

Être présent

La caractéristique la plus importante est la présence (voir document).

*Le tantrika grandit dans sa capacité d'être présent
aux évènements et aux autres autant qu'à lui-même.*

Notre mécontentement émerge dans ce monde de la famille, de l'église, de l'école et du travail, où nous vivons un contact superficiel avec les autres.

La plupart du temps nous sommes tellement pris par nos propres affaires, problèmes, agendas que nous ne sommes pas capable d'entretenir un contact de plus de quelques secondes. Et quand si cela se produit nous sommes souvent incapable d'exprimer **comment** nous avons vécu ce contact.

Quelques grand noms

Des témoins rapportent que quand ils étaient en présence du psychologue Carl Rogers, ses yeux les voyaient réellement, ses oreilles captaient leurs mots complètement.

d'autres rapportent une même expérience en présence d'Ida Rolf, initiatrice du Rolfing, qui sentait avec ses doigts le plus subtil des messages des muscles.

D'autres encore avec le psychiatre Milton Erickson qui était comme un chat assis dans son fauteuil pendant qu'il captait le moindre geste, le moindre mouvement des yeux.

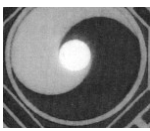
Ceux qui ont connu le maître tibétain Trungpa Rimpoche, racontent que même quand il était un peu saoulé par le saké, était, avec son humour cosmique, pleinement conscient de tout ce qui se passait.

La pratique du tantra

Apprendre à être présent à soi d'abord, ses propres sensations, tensions, sa respirations, les nuances des émotions, les subtilités des mouvements énergétique du corps ... tout un programme. Puis, en contact avec un autre, pouvoir rester attentif sans se laisser emporter par ses filtres de croyances, d'émotions et autre.

La présence est sans aucun doute la caractéristique la plus importante du tantrika vu qu'il implique :

- l'amour pouvoir nécessaire pour établir et soutenir un contact durable
- la conscience
- le contact au niveau du partenaire



Le texte suivant est écrit par de Don Hanlon Johnson, chef de la recherche sur la somatique psychologique et de l'éducation de l'université de Antioch, coordinateur de l'institut Esalen et auteur des livres «Body» et «The Protean Body» et écrivain pour la revue « Somatics ».

L'histoire des traditions spirituelles nous apprend une leçon importante sur les pièges que nous pouvons rencontrer sur le chemin de la présence. Chaque fois de nouveaux des hommes et des femmes, qui, par le biais de l'expérience ont tenté de rentrer en contact avec ce qui est, se sont pris dans des systèmes (concepts) formels. Au lieu de partager leur excitation sur cette découverte ils ont fondés des communautés dédié à la sécurité et au prix de la vérité.

Nous sommes maintenant devant le défi (“uitdagende vraag”) si nous pouvons avoir un avantage que les fondateurs du Judaïsme, de la Chrétienté, de l'Hindouisme, du Bouddhisme, de l'Islam et des Shamans n'avaient pas – c. à d. un respect pour l'histoire, l'anthropologie, la science, les questions d'ordre sexuelle et ethnique, l'économie et le développement démocratique – de façon à pouvoir travailler ensemble pour le construction du monde au lieu de contribuer au sectarisme qui menace nos chances de survie.

La présence inclut aussi d'être empreint qu'il y a des enfants, femmes et vieillards qui crèvent de faim et sont réduit au silence par le militarisme qu'on justifie par des grands idéaux. Que les forêts et les mers meurent. Qu'il y a de moins en moins de papillons dans nos jardins et de plus en plus de sans-abri dans nos rues.