

# Jiddu Krishnamurti

## Quatrième Causerie à San Diego

*From the series:*

### *Mettre fin à toute peur*

---

*Jeudi 9 Avril 1970*

#### *Quatrième Causerie à San Diego*

Nous allons parler ce soir de : qu'est-ce que la méditation? Mais avant d'aborder cela, qui constitue vraiment un problème plutôt complexe, nous devrions, me semble-t-il, être très clairs sur l'objet de notre recherche. Nous sommes toujours en quête de quelque chose, particulièrement ceux qui ont un esprit religieux, et même les scientifiques; chercher est devenu une véritable fin en soi. Que cherchons-nous? Je pense qu'il faut avoir bien clarifié et parfaitement compris ceci avant de se pencher sur la nature la méditation et de la raison que nous aurions de la pratiquer. Et quelle est l'utilité de la méditation, où mène-elle?

Avant d'aborder cela, il nous faut être clair sur la nature de ce que nous cherchons, chacun de nous. Et les mots chercher, quérir, courir après, être en quête, impliquent, n'est-ce pas, que nous savons plus ou moins ce que nous cherchons. Quand nous nous disons en quête de vérité, ou en quête de Dieu, si nous avons l'esprit religieux, ou en quête d'une vie parfaite et ainsi de suite, il faut que nous ayons déjà à l'esprit un modèle, une image ou une idée de ce que c'est. Et pour trouver l'objet de cette recherche, il faut bien que nous en connaissions déjà les contours, la couleur, la substance.

Donc le mot rechercher implique, n'est-ce pas, que nous avons perdu quelque chose, et que nous allons le retrouver. Et quand nous le découvrirons, nous serons capable de le reconnaître, ce qui signifie qu'il nous était déjà connu; tout ce qu'il nous reste à faire, c'est aller à sa recherche. Il s'agit donc au départ de se rendre compte qu'il ne faut pas chercher, car ce que vous cherchez est prédéterminé, est ce que vous souhaitez; si vous êtes malheureux, dans la solitude, le désespoir, vous irez à la recherche de l'espérance, d'une compagnie, d'une chose qui vous soutiendra, et que vous découvrirez inévitablement.

Donc dans la méditation, toute forme de recherche doit prendre fin. Et comme nous l'avons dit lors de notre dernière rencontre ici, il faut établir les fondements de l'ordre, c'est-à-dire de la vertu, pas de la respectabilité. La morale sociale n'est pas la morale du tout, mais la moralité, l'ordre, la vertu, émanant d'une compréhension de la nature du désordre, c'est toute autre chose. Et nous l'avons dit, le désordre existe

inévitablement tant qu'il y a conflit, à la fois extérieurement et intérieurement.

Et amener l'ordre, c'est comprendre le désordre. Et par conséquent, l'ordre ne s'agence pas d'après un plan, d'après une autorité, ou d'après votre propre expérience. Et cet ordre ne peut évidemment que s'établir sans effort, parce que l'effort déforme.

Communiquons-nous ensemble? Car nous parlons de quelque chose de très, très difficile : de la façon d'amener l'ordre sans contrôle. Et cet ordre ne peut exister que lorsque le désordre est compris - son origine, la cause de son apparition, c'est-à-dire le conflit qui est en nous; il s'agit de le comprendre, pas de le surmonter, pas de le juguler, pas de le réprimer, mais de l'observer. Et d'observer sans aucune déformation, sans aucun choix, sans la moindre impulsion directive ou obligatoire; c'est une tâche plutôt ardue.

Par conséquent l'ordre, qui est vertu, vient sans aucun effort quand il y a une compréhension du désordre. Et la maîtrise implique soit la répression, soit le rejet, ou l'exclusion, et une division entre celui qui maîtrise et la chose à maîtriser, d'où le conflit. Alors, si l'on comprend toute cette affaire, la maîtrise et le choix prennent totalement fin. Comme nous l'avons expliqué, la maîtrise implique une division, entre celui qui maîtrise et la chose qu'il doit maîtriser. Et cette division comporte le conflit, comporte une déformation. Et quand vous comprenez vraiment ceci, que celui qui maîtrise est la chose maîtrisée, alors toute forme de conflit et de maîtrise prend fin, d'où la fin de la division d'où, par conséquent, la compréhension. Quand il y a compréhension de 'ce qui est', il n'y a alors aucun besoin de maîtriser.

Voilà donc les deux choses essentielles qui doivent être complètement comprises si nous voulons aborder la question de ce qu'est la méditation : l'ordre, par la compréhension de ce qu'est le désordre, et la maîtrise, avec tout ce qu'elle implique de dualité, de contradiction. Et, comme nous l'avons expliqué l'autre jour, l'observateur est l'observé, celui qui est en colère et cherche à se débarrasser de la colère est lui-même la colère. Et quand il se distingue de la colère, de la jalousie, du désespoir ou du désir d'accomplir, il y a inévitablement contradiction, d'où conflit, d'où déformation. N'est-ce pas?

C'est le fondement. Et faute de cela, il vous est impossible de savoir ce qu'est la méditation. Ne vous laissez pas leurrer par tous les livres qu'écrivent sur la méditation tous ces gens qui viennent vous dire comment méditer, ou par ces groupes constitués à cet effet. Car, voyez-vous, en l'absence de vertu, c'est-à-dire d'ordre, il y a nécessairement déformation, l'esprit vit inévitablement dans la contradiction, dans l'effort. Et comment un tel esprit peut-il connaître ou être conscient de tout ce qu'implique la méditation?

Et, comme nous l'avons dit, il faut aussi venir à la rencontre de cette chose étrange appelée amour, - pas intellectuellement mais de tout son être, et donc sans peur. Sans amour - vous savez ce que j'entends par amour : l'amour que n'effleure pas le plaisir, le désir, la jalousie, l'amour qui ne connaît pas la compétition, qui ne se divise pas en mon amour et votre amour. Il faut qu'il y ait cela. Tout ceci est nécessaire, car alors l'esprit, y compris le cerveau, les émotions, sont en complète harmonie - il le faut, sinon la méditation devient de l'auto-hypnose. N'est-ce pas?

Vous savez Messieurs, il ne faut pas vous endormir là-dessus. Car, comme nous l'avons dit, nous communiquons les uns avec les autres, ce qui signifie que nous partageons ensemble, nous voyageons ensemble, sans être laissés à la traîne pour qu'un d'autre prenne la tête : ou nous allons ensemble, ou pas du tout, ce qui signifie qu'il faut avoir travaillé cette semaine, très dur, pour découvrir les activités de votre propre esprit, comment il fonctionne, vos activités égocentriques, le 'moi' et le 'non moi'. Il faut vous être bien familiarisé avec vous-même et avec tous les jeux que l'esprit se joue à lui-même, les illusions et les tromperies, l'image, et l'imagination que l'on a, et les idées romanesques, parce qu'un esprit capable de sentimentalité est incapable d'amour, car le sentiment engendre la cruauté, la brutalité, la violence, pas l'amour.

Ainsi, j'espère que dans votre propre intérêt, pas à cause de moi, l'orateur, vous avez plus ou moins

profondément établi cela en vous. C'est une formidable discipline intérieure, très ardue, très exigeante - la discipline consistant à apprendre, pas à apprendre d'un autre, mais apprendre en observant ce qui se passe en soi. Et cette observation est impossible si elle est teintée de quelque préjugé, conclusion, ou formule que ce soit. Si vous observez d'après un psychologue, vous ne vous observez pas vraiment, vous observez ce que vous a dit le psychologue, et c'est à travers cela que vous observez. Il n'y a donc pas de connaissance de soi.

Et ceci demande de la lucidité. Vous savez, il y a en Asie de nombreuses écoles - et je crois qu'elles sont en train de s'introduire dans ce pays-ci - où l'on vous apprend à être conscient, ou à être attentif. Avant tout, si je puis me permettre, ne vous ralliez à rien, ne vous ralliez à aucun groupe, à aucune organisation - j'espère qu'ici personne ne dirige des organisations, (rires) ou des groupes. Ne faites pas cela, car il vous faut un esprit capable de se tenir complètement seul, sans le poids de la propagande des autres ou des expériences des autres. L'illumination ne vient pas par le canal d'un leader, d'un maître, elle vient par la compréhension de 'ce qui est', c'est-à-dire de ce qu'il y a en vous, sans vous fuir vous-même. Alors, si je puis très respectueusement vous le suggérer, ne vous ralliez à rien, particulièrement pas aux bizarreries religieuses qui vous promettent le Nirvana ou Dieu pour 5 dollars, ou vous procurent une sorte de talisman sous forme de paroles - nous allons voir cela sous peu; car l'esprit doit comprendre effectivement ce qui se passe dans le domaine psychologique, dans son propre domaine, et il doit donc être conscient de ce qui a lieu, sans la moindre déformation, sans aucun choix, sans aucun ressentiment, ni amertume, ni explication ou justification, mais en se contentant d'observer.

Alors dans la mesure où ceci est établi avec bonheur, aisance, grande joie, non par obligation, mais avec aise, avec félicité, sans le moindre espoir de parvenir à quoi que ce soit, car si vous avez de l'espoir, vous vous écarterez du désespoir; il faut donc comprendre le désespoir, ne pas se lancer à la recherche de l'espoir. Le désespoir ne vient qu'en l'absence d'une compréhension de 'ce qui est'. Du désespoir vient l'amertume. La compréhension de 'ce qui est' ne comporte ni désespoir, ni espoir.

N'est-ce pas là trop demander de l'esprit humain? Non? En ne demandant pas l'impossible, vous tombez dans le piège du possible. Et [tomber dans] ce piège est très facile, il faut exiger le maximum de l'esprit, l'esprit et le coeur doivent requérir la plus grande exigence, sinon nous glisserons vers la facilité, le possible, le pratique, le confortable.

Sommes-nous toujours tous ensemble? Vous l'êtes probablement verbalement, mais le mot n'est pas la chose. Nous n'avons fait que décrire. La description n'est pas la chose décrite. Ainsi, si vous entreprenez un voyage avec l'orateur, il s'agit véritablement d'un voyage - pas théoriquement, pas comme une idée, mais d'une chose que vous observez en fait vous-même, et ce n'est donc pas une expérience. Il y a une différence entre l'observation, l'exploration, et l'expérience. Puis-je aborder tout cela? Je me demande comment vous supportez tout ceci. (Rires) Car voyez-vous, ceci est la vie de l'orateur, par conséquent, il peut poursuivre sans discontinuer, car c'est une fontaine qui coule sans fin. Mais vous, l'autre, l'auditeur, si vous n'avez pas fait en profondeur ce voyage intérieur, cela n'aura que bien peu de sens.

Nous demandons donc : qu'est-ce que la méditation? Et pourquoi devrions-nous méditer tant soit peu, pourquoi tout ce bruit autour de ce mot? Il est probable que certains - ou beaucoup - d'entre vous, entendent ce mot pour la première fois. Ou vous en avez déjà un concept, ou vous vous êtes déjà fait dire par un moine errant venant de l'Inde qu'il faut méditer, et il vous a donné une formule pour cela. Et malheureusement, par avidité de votre part - et c'est bien de l'avidité et rien d'autre - vous l'avez suivi. Ici, nous ne vous offrons rien - comprenez le bien, je vous prie, car toute formule, toute méthode, tout système devient bientôt répétitif et machinal, quelle que soit la personne qui vous donne cette formule ou ce système. Si vous vous y adonnez, vous devenez ce qu'offre cette méthode, et ce qu'offre la méthode n'est pas la Vérité, car la Vérité est une chose vivante, la méthode est mécanique. Et si vous la mettez en pratique, il y a dans la pratique, en vous observant, celui qui met en pratique et la chose à pratiquer, d'où division, d'où conflit, d'où déformation, d'où désordre. Est-ce clair? N'admettez donc aucun système de qui que ce soit.

Oui Messieurs, ce qui signifie que vous devez observer sans aucune aide, sans aucun encouragement. L'observation est toute autre chose que l'exploration, laquelle implique l'analyse. N'est-ce pas? L'analyse comporte toujours celui qui analyse et la chose à analyser. Explorer : il faut une entité qui explore, et l'exploration diffère ainsi de l'observation. L'observation est un apprentissage continu, pas une accumulation continue. J'espère que vous voyez la différence. Apprendre est autre chose qu'apprendre pour accumuler et agir ou penser à partir de cette accumulation. Tandis que dans l'exploration, on accumule, là, l'esprit acquiert, et à partir de cette acquisition, il ajoute des choses, etc.

L'étude peut donc être logique - doit être logique, saine, rationnelle, mais l'observation est tout autre chose : observer sans l'observateur. Nous avons déjà vu cela, et je n'y reviendrai pas maintenant, car nous n'en aurons pas le temps. Puis il y a toute la question de l'expérience. Je me demande pourquoi nous voulons faire des expériences. Y avez-vous jamais réfléchi? Nous faisons tout le temps des milliers d'expériences, dont nous avons conscience ou non. Les expériences ont lieu. Mais nous voulons des expériences plus profondes, plus vastes - pourquoi? Ne voulez-vous pas tous de merveilleuses expériences? Mystiques, mystérieuses, profondes, transcendentales, divines, spirituelles - vous en voulez n'est-ce pas? Pourquoi? N'est-ce pas parce que la vie de chacun est si médiocre, si malheureuse, si ténue, si mesquine. Non? Et par conséquent vous voulez oublier tout cela, et vous déplacer dans une toute autre dimension. Comment un petit esprit mesquin, soucieux, apeuré, se préoccupant du mobilier, du cuisinier, des soucis, des problèmes qui se succèdent, comment un tel esprit peut-il expérimenter autre chose que ses propres projections et activités?

Et rechercher une plus vaste expérience, c'est fuir le 'ce qui est'. Et 'ce qui est' est la chose la plus mystérieuse de la vie. Et l'expérience implique aussi tout le processus de reconnaissance, sinon vous ne sauriez pas que vous avez eu une expérience, il vous faut la reconnaître en tant que chose agréable, ou transcendente, ou noble, ou belle, heureuse ou autre chose. Sinon vous ne sauriez pas que c'est une expérience.

Ainsi, quand vous la reconnaissez, c'est que vous l'avez déjà connue. Donc généralement, votre expérience est issue du passé, par conséquent, elle n'a rien de neuf. Il y a donc une différence entre observer, voir, explorer de façon critique, rationnelle, saine, et cette soif d'expérience.

Dès lors, si c'est clair, pas verbalement ou intellectuellement, mais clair dans le sens où vous l'avez totalement écarté, y compris la méthode, le but, la quête - vous savez, tout ceci est extraordinairement subtile, et demande une grande attention intérieure - on peut alors poursuivre et demander : qu'est-ce que la méditation, qu'est-ce que tout ce bruit fait autour de la méditation? Des volumes ont été écrits là dessus, de grands yogis, - grands comme quoi, je l'ignore - qui viennent vous apprendre à méditer. Maintenant, pour commencer, vous ne savez vraiment rien de tout cela, n'est-ce pas? Effectivement, sauf si l'on vous en parle. D'accord? Soyons tant soit peu honnêtes. Alors que dans toute l'Asie, ils parlent de la méditation, c'est là une de leurs habitudes, comme celle de croire en Dieu, ou en autre chose. Ils s'assoient dix minutes par jour dans une pièce tranquille, et méditent, se concentrent, focalisent leur esprit sur une image - image qu'ils ont eux-mêmes créée, ou que la propagande d'autrui leur a offerte. Et pendant ces dix minutes, ils essaient de maîtriser leur esprit, et se débattent avec cela, car l'esprit veut s'évader, et ils luttent pour le ramener, d'où ce va et vient, vous connaissez ce jeu auquel ils se livrent sans fin. Et c'est ce qu'ils appellent la méditation. N'est-ce pas?

Alors, qu'est-ce que la méditation? Tout d'abord, l'esprit, cet esprit qui bavarde, qui projette des idées, qui a des contradictions, qui vit continuellement dans le conflit et la comparaison, cet esprit doit évidemment être très tranquille, n'est-ce pas? Cet esprit doit être extraordinairement calme pour observer. Si je veux écouter ce que vous dites, je dois y prêter attention, je n'ai pas lieu de bavarder, ou de penser à autre chose. Je ne dois pas comparer ce que vous dites à ce que je sais déjà. Je dois en fait vous écouter totalement. Cela signifie que l'esprit doit être attentif, silencieux, tranquille, n'est-ce pas? Par conséquent, vu la nécessité qu'il

y a d'être tranquille pour observer clairement, l'esprit doit être calme pour voir clairement .

Et parce qu'il est impératif de voir clairement toute la structure de la violence, et donc de la regarder, l'esprit doit être totalement immobile. Vous avez donc un esprit immobile. Je ne sais si vous suivez ceci. Inutile de cultiver un esprit immobile, n'est-ce pas Messieurs? Parce que cultiver un esprit immobile implique que quelqu'un cultive dans le domaine du temps ce qu'il espère accomplir. Voyez combien tout ce que je viens de dire est difficile. Car tous ceux qui essaient d'enseigner la méditation disent maîtrisez votre esprit, votre esprit doit être absolument tranquille. Et vous essayez de le contrôler, et ainsi vous luttez continuellement contre lui, et passez quarante ans à le maîtriser, ce qui est tout à fait stupide, car n'importe quel écolier est capable de se concentrer, de maîtriser. Ce n'est pas du tout ce que nous disons, au contraire, nous disons que l'esprit qui observe - écoutez, je vous prie - cet esprit n'analyse pas, n'est pas en quête d'expérience; il se contente d'observer, il doit être libre de tout bruit. Par conséquent l'esprit devient tout à fait tranquille. Si je dois vous écouter, il faut que je le fasse sans traduire ce que vous dites, ni l'interpréter à ma convenance, ni le condamner, ni le juger. Il faut que j'écoute.

Ainsi, cet acte même d'écoute est attention, ce qui signifie ne pas s'y exercer du tout. Si vous vous y exercez, vous êtes déjà devenu inattentif. Suivez-vous tout ceci?

Si pendant que vous êtes attentif, votre esprit se met à vagabonder, cela indique qu'il est inattentif, laissez-le vagabonder, sachant qu'il est inattentif, et la conscience même de cette inattention est attention. Ne luttez pas contre l'inattention, n'essayez pas, ne dites pas 'je dois être attentif', c'est puénil. Sachez que vous êtes inattentif, soyez conscient, sans choix, que vous êtes inattentif. Et alors? (Rires) Mais dès l'instant où il y a de l'action dans cette inattention, soyez conscient de cette action.

Le silence de l'esprit est la beauté en soi. Ecoutez l'oiseau, la voix d'un être humain, le politicien, le prêtre, tout le bruit persistant de la propagande, écoutez dans un silence total, et alors vous entendez, vous voyez bien davantage.

Mais ce silence n'est pas possible si votre corps, l'organisme, n'est pas lui aussi complètement immobile. Vous comprenez? Si votre corps, l'organisme avec toutes ses réactions nerveuses, toute la nervosité, le mouvement incessant des doigts, des yeux, vous savez, l'agitation du corps - tout cela doit complètement cesser. Avez-vous jamais essayé de rester assis totalement immobile, sans le moindre mouvement du corps, y compris les yeux? Faites-le à l'occasion et vous verrez. Vous pouvez le faire pendant 5 minutes, ou 2 minutes, c'est déjà ça. Ne dites pas 'comment puis-je maintenir cela pendant 10 minutes ou une heure?' Ne le faites pas, c'est de l'avidité. Deux minutes suffisent. Pendant ces 2 minutes, tout est révélé, si vous savez regarder.

Il faut donc que le corps soit immobile, car alors la circulation du sang vers la tête s'intensifie. Si vous êtes accroupi, affalé, le sang va alors plus difficilement à la tête. Ce qui signifie que le corps a sa propre intelligence, que l'esprit a gâchée, que la pensée a détruite. La pensée recherche le plaisir, donc des aliments savoureux, vous suivez? Se suralimenter, se livrer à des abus, sexuels ou autres, obligeant le corps à faire certaines choses, s'il est paresseux, le forcer à ne pas l'être, ou prendre un cachet pour rester éveillé. En sorte que nous détruisons l'intelligence innée de l'organisme. Et ce faisant, l'organisme devient insensible. Or une grande sensibilité est nécessaire, et il faut donc faire attention à ce qu'on mange. Je ne vais pas m'étendre sur tout cela, c'est votre affaire. Car si vous mangez trop, vous savez ce qui en découle, la disgrâce et tout cela. Nous avons donc besoin d'un corps éminemment sensible, hautement intelligent. Et conséquemment, l'amour, qui ne devient pas plaisir, l'amour est alors source de joie, il est la joie. Le plaisir a toujours un motif, la joie n'en a aucun, elle est intemporelle. Vous ne pouvez dire 'je suis joyeux' : dès l'instant où vous l'avez dit, c'est fini. Ou si vous cherchez la cause de cette joie, si vous voulez qu'elle se répète, ce n'est alors plus la joie.

Il y a donc ces trois éléments essentiels : l'intelligence du corps, la capacité, la plénitude de l'amour non

altéré par le plaisir, ce qui ne veut pas dire qu'il n'y a pas de plaisirs, mais ceux-ci ne doivent pas altérer l'esprit. Regardez, vous savez, beaucoup d'entre-nous éprouvent la douleur, une douleur physique, sous une forme ou une autre. Et cette douleur altère en général l'esprit, n'est-ce pas? 'Si je pouvais ne pas la subir, si je pouvais me sentir mieux' - vous savez bien, on passe des jours, des années à y penser. Alors, quand le corps souffre d'une douleur, il faut observer celle-ci, et ne pas la laisser agir sur l'esprit. Vous suivez tout ceci? Faites le Messieurs.

Ainsi, le corps, y compris l'esprit, le cerveau, et le cœur auquel on associe l'amour, tout cela doit être en parfaite harmonie. Maintenant, à quoi tout cela sert-il, à quoi sert une vie de cette sorte, cette qualité d'harmonie, quel bien cela amène-t-il à ce monde, où tout le monde souffre, et où une ou deux personnes mènent cette vie extatique, à quoi bon tout cela? Je me demande qui pose une telle question? Si c'est vous qui posez la question 'à quoi bon', [la réponse est] à RIEN du tout. Mais si cette chose extraordinaire se déroule dans votre vie, alors c'est TOUT, vous devenez alors l'enseignant, le disciple, le voisin, la beauté du nuage, vous êtes tout cela. Et c'est l'amour.

Un autre point se pose alors dans la méditation - vous voulez qu'on l'aborde? Vous savez, l'esprit qui est éveillé pendant la journée, et qui fonctionne selon les schémas auxquels il a été formé, l'esprit conscient, avec toutes ses activités quotidiennes, poursuit pendant le sommeil les mêmes activités. Ne l'avez-vous pas remarqué? De l'action se poursuit dans la plupart des rêves, d'une façon ou d'une autre, certaines choses ont lieu, comme dans la vie diurne. N'est-ce pas? Votre sommeil est donc une continuation des heures de veille. Suivez-vous tout ceci?

Sentez-vous la fatigue à la fin de cette causerie? Je suis surpris que vous ne soyez pas fatigués; vous avez dû avoir une rude journée, et ceci n'est pas un divertissement, c'est un vrai travail, un travail que vous n'avez encore jamais fait, et ce doit donc être épuisant.

Le sommeil est une continuation des heures de veille. Et nous entourons les rêves de tout un halo de mystère. Et puis ces rêves doivent être interprétés, et vous avez tous ces professionnels qui vous les interprètent, alors que vous pouvez observer vous-même très simplement, pour peu que vous soyez attentif à votre vie diurne. La question est donc celle-ci : quelle est la raison d'être des rêves? D'après ce que nous disent les psychologues, il faut avoir des rêves, autrement on deviendrait fou. Mais quand vous aurez observé très attentivement vos heures de veille et toutes vos activités, égocentriques, craintives, anxieuses, coupables, que y aurez été attentif toute la journée, vous constaterez alors que quand vous sombrez dans le sommeil, vous dormez, vous n'avez pas de rêves, car, pendant la journée, vous avez observé chaque mouvement de la pensée, l'esprit a été attentif à chaque mot. Travaillez-y et vous en verrez la beauté, pas la fatigue...pas l'ennui de l'observation, mais la beauté de l'observation.

Ainsi, quand l'esprit est attentif pendant la journée, il y a alors attention dans le sommeil. Je crains que peu importe que vous compreniez ou non, je vais poursuivre, car un jour, quelqu'un comprendra cela. Et il est important de le comprendre, car l'esprit conscient, l'esprit attentif pendant le jour, qui s'observe, ne peut toutefois effleurer quelque chose d'entièrement différent, même s'il est attentif dans le sommeil. Et c'est pourquoi la méditation - cette chose dont nous avons parlé pendant cette heure - devient extraordinairement importante et valable, pleine de dignité, de grâce et de beauté, quand vous comprenez l'attention, non seulement pendant les heures de veille, mais aussi pendant le sommeil. L'esprit tout entier est alors totalement éveillé. Et au-delà de cela toute forme de description n'est pas la chose décrite, par conséquent n'en parlez pas. Tout ce que l'on peut faire, c'est d'indiquer la porte. Et si vous êtes prêt à y aller, à faire le voyage vers cette porte, c'est à vous de marcher. Au-delà, personne ne peut décrire l'innommable, peu importe que cet innommable soit rien ou soit tout. Quiconque le décrit ne le connaît pas. Et celui qui prétend savoir, ne sait pas.