

Depuis plusieurs semaines, lorsque je reçois des appels téléphoniques pour des stages pour couples, ce sont principalement les épouses ou partenaires féminines qui prennent contact pour demander des renseignements, parce qu'elles se sentent vraiment frustrées dans leur relation et souhaiteraient apporter une dimension supplémentaire à leur intimité.

Pour donner suite à leur demande d'inscription, j'ai toujours un entretien téléphonique avec leur mari ou partenaire afin de vérifier leur motivation car cette démarche demande un engagement réel des 2 conjoints.

Je suis assez consternée de voir à quel point certains hommes ne savent même pas où ils vont mettre les pieds. Ils suivent leur femme parce que c'est sa demande mais ne se sentent pas totalement concernés. Certains n'ont même aucune idée de ce que l'on va faire dans ce stage ni même ce que c'est que le tantra. Bien souvent ils suivent car ils sont mis au pied du mur mais dans leur tête, le problème c'est elle, pour eux tout va bien !

Une fois la consternation passée, la tristesse s'empare de moi. Que de manque d'engouement de la part de certains hommes à co-crée avec leur partenaire dans le domaine de la sexualité. L'homme n'a pas saisi à quel point il avait à gagner en s'investissant un peu plus dans ce domaine. En même temps, je réalise à quel point il est coupé de lui-même car finalement il ne se satisfait que du minimum, prenant cela pour la totalité de l'expérience.

J'ai de la compassion également pour ces femmes qui aiment leur partenaire et qui souhaiteraient vraiment partager cet amour profond avec eux, et qui finalement sont profondément frustrées de se heurter à un mur. Petit à petit leur désir sexuel s'émousse car leur désir d'amour n'est pas comblé. Dans ce cas, le sexe s'arrête au sexe car l'énergie sexuelle n'est pas transformée en amour. Ce qu'elle souhaite c'est la communion du sexe et de l'amour et pour cela l'ouverture des deux partenaires est nécessaire.

Dans les stages je constate combien l'énergie mentale envahit tout et coupe les individus de leurs potentialités.

J'en étais là de mes constatations et du constat d'impuissance que l'on peut ressentir face à quelqu'un qui ne s'ouvre pas lorsque j'ai reçu ce texte d'Osho(1) qui venait souligner mes réflexions. J'avais donc vraiment envie de vous le faire partager en vous disant : « *réveillez-vous, secouer vous de la torpeur dans laquelle le quotidien vous enferme, levez le nez du guidon vous foncez contre le mur !!!* » Parfois le choc est salutaire pour pouvoir s'arrêter et se repositionner, mais il n'est pas non plus nécessaire de souffrir pour s'éveiller. Pour ma part, je ressens de plus en plus qu'il est nécessaire de s'offrir pour s'éveiller... mais chacun ses choix !

Voici donc un extrait d'une conférence d'Osho intitulée :

Le petit-ami

Question d'un participant :

Ma copine m'a dit que j'étais plutôt ennuyeux, pas vraiment 'savoureux', très dépendant et une victime. J'observe cette énergie destructrice en moi et je sens que d'une certaine façon... elle me plaît ! Est-il possible d'utiliser cette énergie d'une manière créative ?

Réponse d'Osho :

Votre amie est pleine de compassion, parce que chaque homme, au final, devient barbant et pas qu'un peu. Réalisez-vous que ce que vous appelez l'amour est une répétition : la même gymnastique stupide encore et toujours ? Et dans tout ce jeu, l'homme est le perdant. Il dissipe son énergie, transpire, souffle comme un bœuf, et la fille garde les yeux fermés en se disant, « Il y en a seulement pour deux ou trois minutes et le cauchemar sera terminé ».

Les gens manquent tellement d'inventivité qu'ils se persuadent que répéter toujours les mêmes actes les rend plus intéressants. C'est pourquoi je dis que votre amie est vraiment pleine de compassion – elle vous dit seulement que vous n'êtes pas très marrant. Je vous le dis : vous êtes barbant au plus haut point !

Que sont vos rapports sexuels ?

Si vous y regardez de plus près, vous allez prendre conscience que c'est absolument ennuyeux. Et pour la femme particulièrement, c'est davantage barbant, parce que l'homme en a fini en deux ou trois minutes, et qu'elle n'a pas encore démarré. Et partout dans le monde, les cultures ont imposé l'idée dans l'esprit des femmes qu'elles n'ont pas à manifester le moindre intérêt, qu'elles n'ont pas à bouger, ni à être joueuses – c'est considéré comme vulgaire ; les prostituées le font, pas les femmes bien ! Les « ladies » doivent s'étendre presque mortes, et laisser le vieux partenaire faire ce qu'il veut ; jamais rien de neuf, il n'y a même rien de neuf à voir.

Vous ne devriez pas prendre ce que vous a dit votre amie pour un manque de respect à votre égard. Votre amie vous dit quelque chose de réellement sincère et honnête. Lui avez-vous procuré une joie orgasmique ? Ou bien l'avez-vous utilisée pour évacuer votre énergie sexuelle ? L'avez-vous réduite à n'être qu'un objet ?

Elle a été conditionnée à l'accepter, mais cette acceptation ne peut pas être joyeuse. Vous faites l'amour dans le même lit où vous avez des conflits tous les jours. En fait, les conflits servent de préliminaires, une négociation est nécessaire. Votre amour n'est seulement qu'une négociation !

Si vous êtes un homme avec une sensibilité esthétique, alors la chambre où vous faites l'amour devrait être un lieu sacré, parce que c'est dans cette chambre d'amour que la vie est née. Il devrait y avoir de jolies fleurs, de l'encens, du parfum ; vous devriez y entrer avec un profond respect.

Et l'amour ne devrait pas être quelque chose d'abrupt – s'emparer de la femme... Cette affaire éclair n'est pas de l'amour. L'amour doit avoir un préambule : une jolie musique, danser ensemble, méditer ensemble. L'amour ne devrait pas être une chose mentale où vous êtes continuellement à penser à comment faire l'amour... et puis vous vous endormez ! L'amour doit être un investissement beaucoup plus profond **de tout votre être**, et il ne doit pas être projeté par le mental, mais il doit venir spontanément. Une belle musique, des parfums, vous dansez main dans la main, vous êtes redevenus de petits enfants qui jouent... Si spontanément, l'amour arrive dans cette atmosphère sacrée, cela aura une autre qualité.

Vous devez comprendre que la femme est capable d'orgasmes multiples, parce qu'elle ne perd pas d'énergie du tout. L'homme n'est capable que d'un seul orgasme, et il perd son énergie, il se sent déprimé. Même le matin suivant vous pouvez voir son état... et plus il avance en âge, plus cela devient difficile. Cette différence doit être comprise. La femme est dans la réceptivité – elle doit l'être parce qu'elle doit devenir mère, elle a besoin de davantage d'énergie. Mais son orgasme se produit d'une façon complètement différente. La sexualité de l'homme est locale, comme l'anesthésie locale. Le corps de la femme est entièrement sexuel, et à moins que tout son corps ne se mette à trembler de joie, que chaque cellule de son corps y soit engagée, elle ne peut pas avoir d'explosion orgasmique. Ce n'est donc pas seulement votre histoire, c'est l'histoire de presque 99% des femmes du monde. La situation doit être changée complètement.

Ça lui prend du temps pour que tout son corps s'échauffe, et si vous n'êtes pas présent, elle n'aura pas assez de temps. Ainsi vous vous rencontrez, mais ce n'est pas une belle rencontre, une rencontre d'amour, c'est juste utilitaire.

La femme n'a pas à se comporter comme une lady, elle doit se comporter comme une femme authentique. La lady a seulement été créée par l'homme ; la femme, elle, a été créée par l'existence.

La seconde chose que vous dites, « *Ma copine m'a dit que je n'étais pas très savoureux* ». Alors devenez un peu plus savoureux !, le devenir n'est pas très difficile. Elle vous donne de bons conseils, et vous, dans votre stupidité, vous pensez qu'elle vous condamne.

Quand elle dit, « *Tu es très dépendant et une victime* », je peux voir, même à partir de votre question, qu'elle a raison. Vous êtes une victime, tout comme chaque être humain est une victime – une victime de stupides idéologies, qui ont créé d'étonnants sentiments de culpabilité et ne vous ont pas permis d'être espiègles. Bien que vous fassiez l'amour, vous savez que vous commettez un péché et que l'enfer n'est pas loin !

Becky Goldberg disait à Goldberg : « Tu es un bon amant ! »

Goldberg dit : « Mais tu ne m'as jamais dit cela jusqu'à maintenant. J'attendais que quelqu'un me dise que j'étais un bon amant, mais j'en ai laissé tomber l'idée parce qu'il semble que je ne le sois pas ».

Becky Goldberg lui dit : « Non, tu es un bon amant, et j'ai voulu te le dire bien des fois, mais tu n'étais pas présent ! »

Faisant l'amour à Becky... Goldberg n'est pas là. Il est en train de compter son argent, de faire ses comptes, son mental fait mille et une choses. Dans chaque lit où il y a deux amants, il y a au moins – je veux dire au minimum – quatre personnes. Il y a des gens plus inventifs encore, il peut y avoir toute une foule dans le lit. La femme peut être en train de faire l'amour avec Goldberg et penser à Mohamed Ali. Goldberg fait l'amour comme un devoir et il pense à plein de belles actrices ; mais son mental n'est pas là, et le mental de sa femme n'est pas là non plus. Dans leurs têtes, ils sont dans leurs rêves.

Un homme dit à son ami : « La nuit dernière, j'ai eu un rêve fantastique. Je dois te le raconter. J'ai attendu jusqu'à ce matin pour le faire.

L'homme dit : « Quelle sorte de rêve ? »

Il dit : « Dans mon rêve je suis parti pêcher et j'ai pris un poisson tellement gros que rien que de le tirer vers le bord fut un travail épuisant. Et j'ai pris tellement de poissons ! Je ne sais pas où tous ces poissons disparaissent le jour. »

L'autre homme dit : « Arrête toutes ces bêtises, tu ne sais pas ce à quoi j'ai rêvé. Dans mon rêve il y avait près de moi, d'un côté, Sophia Loren, complètement nue. Et je me suis dit, « Mon Dieu, suis-je arrivé au ciel ? » Et de l'autre côté il y avait une autre femme magnifique. Il était impossible de dire laquelle était la plus belle. »

L'homme se mit en colère et dit : « Espèce d'idiot ! Tu prétends être mon meilleur ami. Pourquoi ne m'as-tu pas appelé ? »

Il dit : « Je t'ai appelé, mais ta femme a dit que tu étais parti pêcher ! »...

Personne n'est où vous pensez qu'il est. Personne n'est chez lui. Pendant que vous faites l'amour, faites-en **un processus méditatif**. Votre **présence entière doit se trouver là**, versant votre amour sur la femme. La femme doit être là, versant toute sa beauté et sa grâce sur son amant. Alors vous ne serez pas une victime, autrement vous êtes une victime.

Vos soi-disant religions, parfaitement idiotes, n'acceptent pas que l'amour soit une expérience naturelle et amusante. Elles le condamnent. Elles en ont fait une condition : à moins que vous ne quittiez votre femme vous n'atteindrez jamais la vérité. Et ce conditionnement dure depuis si

longtemps qu'il est presque devenu une vérité, bien que ce soit un mensonge absolu. Vous êtes une victime des religions, et vous êtes certainement dépendant.

Vous dites : « *J'observe cette énergie destructrice en moi et je sens que d'une certaine façon... elle me plaît !* » Tout le monde a de l'énergie destructive, parce que l'énergie, si elle est laissée à elle-même, est forcée d'être destructive – à moins qu'elle soit utilisée avec conscience et qu'elle devienne créative. Mais la chose la plus importante que vous dites est, « *D'une certaine façon... elle me plaît* ». Alors comment allez-vous faire pour la changer ? Avec une chose qui vous plaît, vous êtes obligé de rester à son niveau ; vous ne pouvez pas la changer, parce que vous n'aimerez peut-être pas le changement. Vous possédez l'énergie. Trouver plaisante l'énergie destructive est suicidaire, faire ainsi c'est être au service de la mort. Si vous en prenez conscience, vous allez devoir passer par une transformation. Utilisez votre énergie d'une manière créative. Peut-être que cela vous rendra moins barbant, plus excitant, moins dépendant, moins une victime. Et le plus important est que vous ne vous sentirez pas coupable et déprimé. Aucune personne créative ne se sent coupable et déprimée. Sa participation à l'univers, par son action créative, la rend extrêmement satisfaite et lui donne sa dignité. C'est le droit de naissance lui-même de chaque être humain, mais très peu de gens le revendiquent.

Et il n'y a là aucune difficulté, c'est si facile d'utiliser l'énergie dans des domaines créatifs. Peignez, occupez-vous du jardin, faites pousser des fleurs, écrivez de la poésie, apprenez la musique, dansez. Apprenez tout ce qui change votre énergie destructive en énergie créative. Alors vous ne serez pas en colère contre l'existence, ou contre la vie, vous serez reconnaissant. Comment une personne créative pourrait-elle être contre la vie, contre l'amour ? C'est impossible, ce n'est jamais arrivé. Ce sont seulement les gens non-créatifs qui sont contre tout.

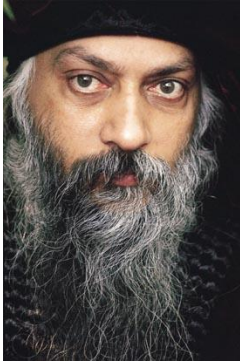
Votre amie a soulevé de très importantes questions concernant votre vie. Le plus facile serait de changer de partenaire, mais mon opinion est que votre amie est une vraie amie, et que ce qu'elle a dit est absolument sincère, authentique. Soyez reconnaissant à son égard et mettez-vous à changer les choses. Le jour où elle vous trouvera attirant, vivant, intéressant sera un grand jour dans votre vie. Alors ne soyez pas lâche et ne changez pas de partenaire simplement parce qu'elle a dérangé votre mental, et que vous voulez trouver une autre amie.

Vous avez de la chance d'avoir trouvé une femme aussi compatissante.

Votre prochain choix sera très difficile ; votre nouvelle amie vous fera vous sentir coupable, un bon à rien. Parce que... qu'aurez-vous fait pour être digne de son intérêt ? Qu'aurez-vous fait pour ne pas être barbant ? Qu'aurez-vous fait pour être indépendant ? Qu'aurez-vous fait pour ne plus être une victime ? C'est le bon moment, vous devriez changer. Vous en serez toujours reconnaissant à votre amie.

Et je voudrais dire à votre amie, 'Continuez à taper sur ce gars, jusqu'à ce que vous soyez satisfaite, qu'il ne soit plus barbant, mais plein de vie, absolument intéressant, enjoué, faisant la fête. Et si vous le perdez au fil du chemin de la vie, vous l'aurez préparé pour une autre femme ; autrement de la façon dont il est maintenant, il est parti pour torturer de nombreuses femmes, et pour se torturer lui-même.'

OSHO : *The Book of Man* – chap 14 'The Boyfriend' - Penguin Books edition
©Osho International Foundation



Osho (11 December 1931 – 19 January 1990) est un mystique contemporain d'origine indienne, qui apporte la sagesse des temps anciens en réponse aux questions des hommes et des femmes d'aujourd'hui. Il nous éclaire sur l'essence de toutes les traditions religieuses et spirituelles : soufisme, bouddhisme, Tantra, Tao, Yoga, Zen, hindouisme, christianisme, hassidisme... Osho est un iconoclaste qui propose une vision nouvelle de l'homme et c'est ce mélange étrange qui fait de lui peut-être un des maîtres spirituels d'aujourd'hui!

Il est à la fois un maître **zen**, **soufi** et **tantrique**.

Maître de Tantra, car il intègre le corps et le sexe dans la vision de la spiritualité: "vivez votre sexualité !", "toutes les religions y compris le christianisme répriment votre sexualité" et "je suis contre toutes formes de répressions car elles mènent toutes à la perversion..." et inversement, il nous met en garde contre **l'excès contraire**, une sexualité sans amour et il suggère à l'homme et la femme de faire évoluer le sexe, l'amour et la méditation par le Tantra.

Pour plus d'infos : www.osho.com