

Eva Ruchpaul

Nous avons rejoint le bel abri dominant le boucan des rues parisiennes où Eva Ruchpaul, irradiant une douceur pétillante et joyeuse, nous entraîne dans son univers yogique, pratique de vie à laquelle elle s'est consacrée pleinement.

Partager

Je me surprends souvent à raconter ce que j'éprouve, en imaginaire, comme ça, ça marche tout seul, je partage. Je ne sais pas avec qui, mais quand par exemple je réussis des haricots verts très croquants, je me raconte comment j'ai fait, je me repasse le fil et je me demande à qui ça peut bien servir puisque je sais les faire, mais je suis tout le temps en train de partager. Quand, un jour, l'artiste et tarologue Alejandro Jodorowsky m'a invitée à sa table de tarot, il m'a dit : « *Chez vous, je ne vois que le partage !* »

Confiance

Partage et confiance, pour moi, c'est la même chose. Parce que, quand je partage, c'est que j'estime ce que j'ai découvert, donc je fais confiance. Ne joue-t-on pas avec la confiance comme on joue aux dés ? Faisons d'abord confiance, on verra bien si on se trompe. Qu'est-ce qu'on risque ? Rien du tout. J'ai fait toute ma vie preuve d'une confiance étonnante, presque imbécile. Dans un cours de yoga, je demande toujours à la personne qu'elle vienne une fois toute seule. Je ne veux jamais savoir qui elle est, ce qu'elle fait dans la vie, je m'en fiche. Je fais confiance à celle qu'elle devient. Quand on la fait entrer dans cette particularité du travail sur soi, on l'invite aussi à trouver son intimité, sans préjugés. Ce n'est pas l'intérieur "caca" de Monsieur Freud, on se fait confiance. Parfois, on me dit : « *Comment avez-vous pu obtenir ça d'untel ?* » Mais pourquoi pas ? Je lui ai fait confiance. J'ai appris ça pendant mon enfance, en Égypte. Une fois, à l'âge de 16 ans, j'étais en retard pour me rendre au lycée avec ma jambe – atteinte de poliomyélite – que je traînais. J'ai pris un raccourci, un petit sentier situé le long d'une grande faille où passait le tram. C'était le début de l'après-midi, il n'y avait personne. J'ai vu venir un homme, face à moi, qui était déjà en train de se déshabiller, pour la petite affaire. C'était bien le moment de faire un sale coup, il n'y avait rien, à part le vacarme terrible des rails, vous pouviez crier, personne ne vous aurait entendu. J'ai continué à marcher, et je l'ai regardé dans les yeux. Il n'a plus bougé. Je l'ai croisé et là, j'ai eu la trouille parce qu'il a repris ses esprits. Il a commencé à m'insulter, à me crier dessus et moi je n'ai pas accéléré. J'étais foutue, donc foutue pour foutue, je ne risquais rien. Je ne vous dirai pas que c'était facile. Après, j'ai traversé la route, comme tout le monde. C'est une expérience qui m'est restée, mais il doit s'en souvenir aussi. La peur excite l'autre, et je n'ai pas eu le temps d'avoir peur. J'ai peut-être eu peur après. C'est très bizarre comment on crée la réponse d'autrui. J'aime par-dessus tout une petite

phrase du poète Maeterlinck qui dit : « *Ce n'est pas ce qu'on pense qu'il est difficile d'exprimer, mais ce qu'on ne pense pas encore et que l'on sait déjà.* » Je trouve ça superbe parce qu'on n'a pas le courage de s'arrêter à ce qu'on sait déjà, et ce qu'on sait déjà, l'autre le sait aussi, mais on préfère lui transmettre ce qu'on pense. L'autre, ça ne l'intéresse pas, surtout quand on triche. Vous imaginez les gens qui passent leur temps à tricher, les "faux monnayeurs", comme les appelle Gide.

Intention

La pratique du yoga nous place dans cette partie de la conscience, cette période de transit entre ce que l'on sait déjà et ce qu'on ne pense pas encore. Et c'est encourageant. Dans chaque proposition d'exercice, il y a un tout petit moment d'intention, parce qu'on pense qu'on ne sait pas faire, que c'est difficile. Les postures sont des gestes que l'on ne pratique pas dans la vie, c'est pour ça qu'ils sont si sophistiqués. Ils utilisent simplement les circuits cérébraux qui ne sont pas surchargés, qui n'ont jamais servi, mais qui sont quand même là. Dans ce tout petit moment où l'on n'a pas bougé mais où la posture est pourtant déjà réalisée, on a cette intention sur laquelle les Indiens insistent tellement car elle apporte plus de résultats que l'action. Elle ne se cultive pas, on ne peut pas faire des classes d'intention. Il suffit de l'accueillir et le travail est instantané. Il n'y a plus ensuite qu'à jouer, comme on mettrait un gâteau dans son moule. Il ne s'agit pas du tout d'autohypnose du type « *je vais réussir, je vais réussir* » car on sait bien que, quelquefois, même la réussite peut être une catastrophe. Je pense plutôt que ce petit morceau d'intention, non conscient, cette poussée du vivant, nous emmène là où l'on sait faire sans connaître le chemin. En fin de carrière, le scientifique se pose toujours la même question : « *Pourquoi suis-je allé chercher dans ce coin-là ?* » Les plus honnêtes d'entre eux avouent ne pas savoir pourquoi ou comment ils se sont laissés appeler par cette page de leur connaissance. Moi, je crois que le magique est là, dans l'angle invisible. Il n'y a pas de pourquoi, on est en contact avec une réalité, un naturel tout à fait vivant, existant avant le savoir. Je ne m'adresse ni au passé vécu, ni aux ambitions, ni à l'inconscient ou au conscient de la personne qui vient faire du yoga chez moi. Je sollicite son for intérieur. 🌸