

des **seuils** successifs que nous devons franchir. La progression n'est autre que cette suite de franchissements de ces seuils, d'accessions de chacun de ces paliers au suivant.

Le "sentiment" ou mieux, la perception qui reflète, qui restitue ce processus, est un "critère" sûr, indubitable - je ne me rappelle pas qu'il m'ait jamais induit en erreur, que ce soit en maths ou en méditation : que j'aie eu à constater, avec le recul, que ce sentiment aurait été illusoire. Souvent il permet, sans résidu de doute, de distinguer Le vrai du faux, ou de discerner le vrai qui est dans le faux, et le faux dans ce qui est censé être vrai. Mais c'est surtout un **guide** irremplaçable dans toute vraie recherche - un guide prêt à nous informer à chaque moment (pour peu que nous prenions la peine de le consulter) si nous faisons fausse route, ou sommes sur une bonne voie.

Les dispositions d'écoute vis à vis de ce guide sûr ne sont autre chose, [◇]il me semble, que ce qu'en un autre lieu de ma réflexion^{12(*)} j'ai nommé "rigueur". Cette rigueur n'est pas d'essence différente, me semble-t-il, qu'il s'agisse de l'exigence dans une recherche mathématique, ou de celle dans la connaissance de soi, sans quoi il ne peut y avoir une telle connaissance. Mais il va sans dire que cela ne signifie nullement que la présence de cette rigueur, au niveau de tel travail intellectuel, soit garante ou signe de sa présence pour la connaissance de soi et d'autrui. En fait, c'est le contraire qui est vrai, que j'ai pu constater en d'innombrables occasions, à commencer chez moi-même. Dans ce domaine là, la "rigueur" dont je parle ici est apparue dans ma vie en même temps que la méditation. Ou pour mieux dire, je ne saurais vraiment distinguer entre l'une et l'autre. Les moments de méditation dans ma vie ne sont autres que ceux où j'examine ma personne (le plus souvent à travers ma relation à autrui) dans de telles dispositions d'exigence extrême avec moi-même.

^{12(*)} Dans la section "Rigueur et rigueur", n° 26, où je parle de la "rigueur" comme d'une "attention délicate à la **qualité de compréhension** présente à chaque moment" dans une recherche.