

#### 4. L'ouverture comme remède à la saisie et voie de la non dualité

Maintenant que nous avons perçu le rôle de la dessaisie et son importance, il est essentiel de considérer plus précisément la relation entre la dessaisie et l'ouverture.

Le modèle de la conscience comme polarisation\* que nous avons vu dans le chapitre 1 ("Bref aperçu sur les sciences contemplatives", la conscience habituelle et son modèle cognitif) met en évidence que la conscience a deux pôles : le sujet et ses objets, l'observateur et ce qui est observé qui se posent l'un par rapport à l'autre dans leur polarité. Les deux pôles sont interdépendants dans la relation qui les unit. L'intensité de la polarisation étant aussi celle de la "solidité" ou de la densité de ses deux pôles, saisisseur-saisie et saisi sont proportionnels. Il en résulte qu'une diminution d'intensité de la saisie cognitive implique une diminution proportionnelle de l'intensité de la polarité ou dualité entre les deux pôles et, inversement, qu'une augmentation de la saisie cognitive intensifie la dualité entre les deux pôles. Et non seulement l'intensité de la dualité-polarité entre les deux pôles varie proportionnellement à l'intensité de la saisie, mais la densité – la solidité, en quelque sorte – de chacun des deux pôles, varie aussi.

Dans ce contexte, nous avons aussi vu que l'ouverture de la conscience se fait dans le relâchement de la saisie, la dessaisie. Ouverture et dessaisie sont ainsi concomitantes. Le point important est que la saisie sujet-objet et sa dualité se réduisent, se déchargent dans l'ouvert. Très simplement : la dessaisie se cultive dans l'ouverture alors que la saisie provoque la fermeture. La dessaisie cognitive conduit à la réduction et finalement à la disparition de la dualité. Ouverture et dessaisie sont deux aspects d'une même expérience. L'ouverture permet la décharge de la polarisation duelle et conduit à la non dualité. L'ouverture est la voie de la non dualité.