

CHAPITRE III

LE YOGA DE L'ACTION

Il faut voir le contexte, les conditionnements économiques et sociaux dans lesquels cette pièce de littérature fut écrite. En fait, le langage reflète la culture et la façon de vivre des gens à travers les différents *Védas*, des chercheurs et des sages des temps les plus anciens (presque préhistoriques). C'est de la pure poésie. Il semble que la nature de la réalité fait un poète d'une personne à partir du moment où elle perçoit. La nature de la réalité est poésie : rythme, musique, vibration de la réalité. La personne devient poète. Les Upanishads plus tardives que les *Védas* sous forme de dialogue entre maître et élèves, décrivent la réalité à la demande des élèves de façon spéciale. Ishavasya nous donne une façon de voir la réalité et *Chandogya* nous parle de la vérité éternelle d'une autre façon. *Katha*, *Mundaka*, toutes différentes, expression d'une vérité éternelle.

Tous les systèmes indiens traditionnelles sont exprimés par des traités, essais, littérature sérieuse, puis littérature épique : *Ramayana* et *Mahabharata*. C'est une forme imagée pour exprimer la complexité de la psychologie humaine, d'où résultent certaines complications dans les relations humaines, générant tensions, conflits et contradictions, conduisant à la violence et à la haine, à l'amertume, à la colère etc....

Dans le *Ramayana*, il y a le caractère de *Rama*, le héros, développant certains aspects de la vérité, de la réalité, en rapport avec le temps où il vivait. De la même façon, la personnalité de *Krishna* qui représente lui aussi la vérité éternelle, parle de façon différente de *Rama*. Quand on étudie cette littérature épique, il faut voir deux aspects :

1) la manière de présenter sous forme de dialogue le drame humain de la relation, conditionné par le temps historique.

2) la communication à propos de l'éternelle réalité, le sel, la valeur de la vie et ce à travers les caractères des héros.

Ainsi, le transitoire et l'éternel sont présentés dans le même texte, le même dialogue.

Ici, le dialogue de *Krishna* et d'*Arjuna* explique la voie du yoga et comment elle s'enracine dans la vision de l'absolue réalité. La voie du yoga suppose de conjuguer le non manifesté et le manifesté, joindre l'éveil à la réalité ultime à chaque mouvement de la Vie. Ainsi *Karma*, l'action, doit s'enraciner dans la vision absolue de la réalité.

La science du yoga commence par une relation au corps et à l'esprit, relation à leurs mécanismes, à la façon dont ils fonctionnent dont ils sont interdépendants. Les sens, les sensations, leurs énergies, leurs fonctionnements. La science du yoga nous enseigne comment purifier les organes des sens, ainsi les énergies contenues en eux peuvent couler harmonieusement et doucement sans faire de dommages. Il nous enseigne la façon de purifier la structure psychologique, contenant les conditionnements du passé ; il nous permet de voir ce qui est derrière, dessous, au-delà des processus comportementaux. L'éducation est le seul moyen de purifier c'est une science non violente avec le corps et l'esprit, avec la parole et la relation. L'éducation est cette façon non violente d'éliminer le déséquilibre, les impuretés, les distorsions et laisser les énergies créatrices essentielles se manifester d'elles-mêmes à travers notre être. Nous commençons le troisième chapitre et il était nécessaire de résumer ce que nous avons traversé jusqu'ici il ne s'agit pas de poursuivre un discours philosophique sur la *Gîtâ* mais de s'entraider sur le chemin de la transformation, de la méditation. Dans ce chapitre, le 1^{er} mot de *Krishna* est très significatif : foi dans le Samkhya yoga et foi dans le *Karma* yoga. Foi dans la discrimination et la connaissance, et foi dans l'action (*Karma*). Ces deux voies ont existé depuis si longtemps (+ de 5000ans). Je vous en ai déjà parlé dit *Krishna* et depuis longtemps. L'emploi du je signifie qu'à travers tous les chercheurs, tous les voyants, c'est l'unique ultime réalité qui s'exprime. L'humanité est dominée par ces deux caractéristiques : la raison, la rationalité ; pour les introvertis, ceux qui regardent en profondeur qui posent toutes les questions à propos de tout, c'est aussi l'introspection dont parle l'occident. L'occident tout entier est très marqué par la raison, la compréhension et il y a une jouissance d'avoir compris intellectuellement même si on ne fait pas assez attention à la nature de notre relation qui souvent ne reflète ni ne représente notre compréhension, cela ne nous gêne pas. La vie actuelle, les relations suivent les normes sociales et par ailleurs pour avoir beaucoup analysé, nous comprenons verbalement, intellectuellement, la vérité. La part de raison qui mène à la connaissance crée une illusion de bonheur. Alors *Krishna* dit tout ceci ne suffit pas, on ne vit pas que par son cerveau seul. Vivre implique le mouvement de tout notre être, les sens, le corps, les facultés, les énergies, leur interaction, la parole, les mouvements, les actions, réactions, réponses, tout ça ensemble est appelé vivre. Pas seulement le mouvement cérébral, même le plus sophistiqué. Ainsi, il dit que l'aspect introverti ne suffit pas, ces personnes qui acquièrent connaissances et théories, même si on les appelle des philosophes.

Il y a une autre dominante qui est extravertie, attirée par les formes extérieures, les formes, les couleurs, les sensations, allant d'un objet à l'autre, d'une activité à une autre, devant toujours faire quelque chose, tout le temps ! Ils doivent s'exprimer de façon incessante. Toutes les activités qui viennent des pulsions internes, ainsi que des idéologies ne sont pas l'Action. L'Action est un mouvement holistique qui s'enracine dans la compréhension, ainsi ceux qui

parlent de *Karma Yoga* sont souvent très occupés à faire quelque chose, à rencontrer, parler, réagir, sinon ils ressentent un vide. Les premiers se sentent vides s'ils ne réfléchissent pas, s'ils n'ont pas d'opinion... Les deux côtés sont incomplets. La Vie est dans le Tout, la compréhension de la Réalité et l'éveil que cela provoque à tous les niveaux et dans tous les actes et à tous les instants.

Au niveau philosophique, symbolique, verbal, pourquoi *Krishna* juge nécessaire de parler de cette dualité et de leur incomplétude ? Parce qu'il sent ce qui arrive à *Arjuna*. *Arjuna* dit « *Krishna*, tu as parlé du Samkhya, tu as parlé du yoga, de la connaissance et de l'action mais maintenant dis-moi quoi faire, de façon claire ? Je ne sais pas quoi faire, je suis perplexe, tu dois me dire. » *Krishna* est un véritable ami et il ne veut pas dicter des réponses, des solutions. Il ne veut pas lui dire de se battre ou de ne pas se battre. Il va expliquer en ami : qu'est-ce que l'action, la compréhension, l'esprit, le cerveau et le laisser totalement libre d'agir. L'action est l'expression du contenu de notre être, les mots émergent de notre connaissance, c'est notre expression. Les théories résultent du passé, les modes de comportement sont hérités, tout cela est une vie de deuxième main, une vie mécanique. *Arjuna* dit : « J'ai placé ma confiance en toi, je crois en toi, réponds-moi ! » *Krishna* répond : « ne crois pas en moi, ne me suis pas mais comprends ! »

Ne remettez pas votre vie. Nous sommes dans l'esprit de la *Gîtâ*, l'essence des Vedas qui donnent la liberté psychique inconditionnelle. Ils ne tolèrent aucune forme d'esclavage. C'est cette liberté qui est inconfortable, nous voulons des livres religieux et des professeurs pour nous donner quelque chose à vivre et à accepter sans discrimination. Les uns ont prêché le renoncement à l'action, les autres s'investissent dans l'action. Il me semble que la *Gîtâ* reflète la complexité de la vie, manifestée et non manifestée, ces aspects inséparables. La véritable existence du manifesté et du non manifesté dépend de chacun. Le manifesté déclare que le non manifesté est l'essence et le non manifesté que le manifesté est contenu dans le vide. Chacun déclare l'existence de l'autre. La diversité illustre l'unité et l'unité s'exprime de mille façons.

Ainsi, quand *Arjuna* demande quoi faire, *Krishna* dit : « Il y a deux chemins, celui de la connaissance et celui de l'action, les deux sont incomplets, il faut les joindre. Sois conscient du matériel, du conditionné, du limité, apprend à « utiliser » le matériel, le psychique, le biologique de façon esthétique, apprend à utiliser toute l'énergie de la matière, du corps et du corps cosmique tout autour. Sois conscient que le vide de l'espace est l'océan duquel les bulles du monde matériel émergent avant d'y retourner. Eveil à l'éternel et conscience du transitoire, éveil à l'universel et conscience du particulier, c'est ce que nous devons gérer. Vivre implique la relation avec le particulier, enraciné dans l'éveil à l'universel. » *Krishna* dit à *Arjuna* que c'est impossible de vivre ou d'exister sans l'Action. « Même si tu veux t'échapper, tu ne peux ». Respirer est action,

boire, penser, manger, digérer. C'est impossible d'échapper au corps, on est donc inévitablement relié aux mondes physiques, aux éléments terre, eau, feu, air, espace. La vie est l'action, vivre c'est agir. La question est de savoir si l'on agit de façon hasardeuse, cruelle, inesthétique ou de façon adéquate, avec modération et ordre, de façon esthétique, belle, sans déséquilibre. On peut aussi se charger de toutes sortes d'impuretés à chaque mouvement, accumulant la poussière des réactions dans chaque relation et se laisser ainsi submerger.

Physiquement, c'est impossible d'exister sans action. Nous sommes obligatoirement en relation, ne serait-ce qu'avec le cosmos, il y a une interaction constante. L'un agit sur l'autre en permanence. La séparation est une illusion et l'unité est un fait, donc « *Arjuna*, tu dois agir. »

En quoi la séparation est une illusion ? Regarder une rivière : il y a le fait, la vérité dans le fait et la réalité derrière cette vérité. Le fait au niveau physique, vérité au niveau psychologique et réalité au niveau trans psychologique (transpersonnel). Les trois niveaux dans lesquels nous vivons simultanément, nous sommes multidimensionnels.

Donc, nous avons tous vu une rivière et la rivière est-elle réelle ? Nous voyons de l'eau couler dans un sillon de terre, la rivière est un concept basé sur une perception.

La purification de la perception est la source de la transformation, si la perception est correcte, le reste prend place de lui-même.

La rivière est un concept qui a été formé dès l'enfance « tu vois une rivière », il y a un seul sillon dans la terre mais deux berges, c'est une illusion d'optique, c'est la même terre. La dualité est construite par l'homme, c'est une construction psychologique et c'est la source de toutes les constructions humaines. Les deux berges, c'est une idée, la rivière aussi. L'eau qui coule est un fait, le sillon de la terre aussi mais la nature réelle de l'eau c'est H₂O, mais est-ce l'ultime réalité, non, c'est l'énergie. Le chercheur doit aller aussi loin que possible, non pour contredire, aimer ou ne pas aimer, mais pour aller jusqu'au bout du questionnement. *Krishna* dit à *Arjuna* : « Nous sommes tous reliés au cosmos et nous ne pouvons échapper à l'action. Pourquoi vouloir échapper au *Karma*, aux relations, aux réponses à la vie relationnelle. » *Krishna* a donc expliqué comment matériellement on ne peut échapper à l'action, il va maintenant à un autre niveau : « le soleil nous donne la lumière, son énergie à travers ses rayons, l'eau nous donne son énergie qui étanche la soif. Le soleil et l'eau nous donnent leur énergie pour que nous puissions vivre, ils imprègnent notre être. C'est *Yajna*. Pourquoi alors que toute la nature se donne, ne nous donnerions-nous pas ? » C'est le mouvement de la relation, ne restez pas en retrait, ne réservez rien. Ceux qui veulent garder, perdent et ceux qui acceptent de perdre gagnent. C'est

un partage avec tout l'univers. Nous avons pillé la planète, nous l'avons polluée, ses ressources nous les avons utilisées à toute sorte d'excès. Si nous avons appris « *Yajna* », appris l'interdépendance, notre planète ne serait pas dans cet état. *Krishna* dit à *Arjuna* ; « Tu vois, moralement, vivre, veut dire recevoir la beauté du tout de la vie et tu voudrais renoncer et ne rien partager, ne rien rendre, ce serait là le vrai péché. »

Ainsi le *Karma* Yoga, c'est donner une réponse responsable, une relation modérée, en étant enraciné dans le Yoga. Si vous vivez avec l'essence, l'action n'enchaîne pas, ce qui enchaîne ce sont tous nos calculs, projets, prévisions. *Krishna* dit à *Arjuna* : « Tu vois ce n'est pas mon problème, je n'ai pas à conduire ton chariot, je ne suis pas responsable de toi, je n'ai pas à t'aider, que tu sois victorieux ou que les Kausavas soient victorieux. »

L'Action est participation cosmique et danse du partage, l'homme a à partager avec les arbres, la terre. Les animaux partagent la planète avec nous. Ainsi moralement *Arjuna*, chacune de tes actions doit te relier à l'éveil, à la réalité. *Karma* est le médiateur pour rester ami, conjoint au réel. L'éveil de la réalité vibre en chacun de nos mouvements pour négocier avec la vie temporelle sans s'y perdre. C'est l'investissement émotionnel qui conduit à l'attachement. Nous devons tout traiter avec respect, tout utiliser mais ne pas dépendre, ne pas s'attacher. »

La relation doit exister avec une totale liberté intérieure. *Brahma vidhya* nous amène à sentir le tout à tous les niveaux, aujourd'hui la relation n'est que fragmentation, dépendance, au lieu de refléter le tout. La *Gîtâ* dit de s'équiper (par le yoga) intérieurement pour garder l'équilibre de notre rôle dans la vie. Réveillons-nous et lâchons tout ce qui encombre nos cœurs, soyons reliés à l'unité de la vie à travers tout ce qui est transitoire, à travers la croissance et le déclin. La *Gîtâ* enseigne le Yoga de la Vie. « *Gîtâ* is teaching the yoga of life, the yoga of living »

Les différentes sociétés présentes sur la planète ont développé une éthique : qu'est-ce que le vice et la vertu ? Cela n'est pas écrit par les lois mais chaque société a défini la moralité, vice/vertu, bien/mal etc.... La notion du juste ou injuste est définie par l'éthique et la moralité. Il y a aussi les religions avec leurs formes instituées qui ont statué sur ce sujet. Ainsi juste ou injuste pour un hindou n'est pas forcément la même chose pour un musulman ou un américain. Ainsi naissent dans un certain contexte certains critères s'imposant à nous, ils viennent de la religion, de l'éthique, des lois. Mais si nous regardons simultanément notre dimension horizontale et verticale, justice et injustice perdent leur signification. Il n'y a qu'une science de la Vie, c'est la spiritualité. Il n'y a plus alors qu'ajustement ou non ajustement, et il y a alors déséquilibre. Ainsi, les termes de justice et injustice ne s'appliquent pas au mouvement cosmique du tout de la vie.

Arjuna doit combattre et non fuir le combat à cause des critères du temps où il vivait. Les castes de ce temps étaient très fortes ainsi que les devoirs liés à chacune. Dans ce contexte très particulier ou prend place le *Mahabharata*. Nous n'envisageons pas seulement les règles sociales et religieuses à l'époque mais aussi ce qui dépasse tous les conditionnements sociaux ce qui est universel et c'est en cela qu'elle nous intéresse aujourd'hui.

La *Gîtâ*, science du yoga fondée sur la perception de l'absolu, est universelle car il y a la bataille des Pandavas et Kauravas, mais aussi l'exposé verbal par *Krishna* à *Arjuna* d'une vérité universelle et éternelle. C'est en nous concentrant sur cet aspect que nous poursuivrons notre étude. La relation de *Krishna* et d'*Arjuna* est vraiment merveilleuse : si tu as compris en toi-même, tu es libre.

Donc en relation avec le Divin, comprendre et vivre cette compréhension. En chaque circonstance c'est à chacun de vivre la vérité qu'il a découverte. Personne ne peut créer un nouvel ordre de ce qui est à faire ou non. La vie inclus tout et n'exclue rien. Justice et injustice sont des termes sociaux.

Continuons la *Gîtâ*.

C'est très difficile d'expliquer certains termes de la *Gîtâ*. Nous ne pouvons nous contenter d'une traduction littérale. Nous devons envisager le terme *Yajna*, d'abord utilisé dans le *Rig-Veda*. Il dit que le corps du Suprême *Purusha*, la cause de la création, s'est fragmenté pour créer le Cosmos. *Purusha* est le terme désignant l'énergie suprême appelée aussi *Atman*, *Paramatman*... Différents termes pour l'Être.

Dans le cosmos d'innombrables univers, des plus grands au plus petit. Plus tard le sens devient : ce qui imprègne chaque être et chaque chose. Dans le *Yajna Veda* ce terme fait référence à l'intelligence (de l'être) qui pousse à partager avec ceux qui ne l'ont pas.

Ce que nous devons apprendre c'est ce que l'on partage avec toute la création, ce qui nous imprègne en totalité, tous nos actes.

Vivre, devient alors une action sacrée, un mouvement béni. C'est l'acte de vivre qui est une bénédiction, si vous faites tout ce que vous avez à faire avec conscience de la globalité et des responsabilités, c'est le sens du mot *Dharma*. *Dharma*, c'est pour chacun l'action qui relie au tout, au divin. *Maya* dérive du mot mesure, mesurer, d'où la diversité sensible de tout ce qui nous entoure. *Maya* c'est mesurer la diversité du potentiel inépuisable de l'unité de la vie.

Les expressions sont innombrables et mesurables et nous sommes reliés à elles ; entrer en relation, c'est vivre ; cela crée de la joie, rapproche de l'unité de

la vie, c'est une bénédiction ! Cela est très différent du plaisir que l'on cherche, que l'on a ou non et qui débouche un jour ou l'autre sur la souffrance du manque. Le même mot *Maya* est aussi utilisé pour signifier la création, l'expression tout entière du principe suprême, inépuisable.

« *Arjuna* ne t'imagines pas que tu puisses la conquérir. »

Maya indique aussi ce qui nous apparaît comme la seule réalité et qui en fait est toujours changeante à chaque instant.

Cela fut traduit par illusion, c'est en fait la seule réalité tangible mais toujours changeante. On a dit « seul le *Purusha* demeure, le monde est illusion », en fait le mot *jagat*, c'est le mouvement et le mouvement c'est *Maya*, l'expression toujours changeante, vivante du *Purusha*.

Si nous nous attachons à ce qui par nature ne dure pas mais se renouvelle sans cesse, nous créons notre propre peine (*Dukam*). On choisit un aspect, une caractéristique qui nous plaît et nous voudrions que ça ne change pas, or tout change : c'est nous qui créons la souffrance par notre attachement émotionnel. *Bouddha* dit que le chemin du *Nirvana* consistait à réaliser que tout changeait et à ne pas s'attacher à ce qui n'est pas attachable.

C'est la même chose pour grandir dans l'état de Yoga. Agir dans le monde sans avoir la fièvre des préférences et parti pris sans tomber dans le piège des mémoires plaisantes et pénibles, d'aimer ou détester, tout ce qui viendrait perturber le flux de l'expression de vie.

La vie peut s'écouler avec élégance et majesté. *Karma*, la loi du *Karma*, est un des quatre piliers de la religion hindoue. Mais la *Gîtâ* n'appartient pas qu'aux hindous, c'est une expression de la vérité universelle, quel que soit le pays, la race, la nation, la communauté. Sinon, nous ne l'étudierions pas ici. Nous sommes intéressés et nous avons la foi en la race humaine à laquelle nous appartenons. Nous cherchons à corriger et purifier nos façons de vivre et ainsi, les expressions chroniques de violence qui ont pris place dans le psychisme humain, comme un cancer de croissance, seront totalement éliminés. La destinée de la race humaine est de partager l'harmonie de la nature cosmique, c'est de grandir à travers le mouvement et les relations jusqu'à la maturité, l'élégance de l'amour et la majesté de la compassion, créant ainsi une société humaine digne de ce nom.

Le mot *Karma* vient d'une racine qui veut dire agir, faire. Le *Karma* est ce qui est fait ; *Karma* signifie d'une part l'héritage : structures et conditionnements psychologiques. Ce sont les faits qui découlent des ancêtres et de la société. Nous pouvons voir et analyser tous ces conditionnements, hérédité, milieu familial, social, racial etc... pour le plaisir de l'intellect et de notre logique.

Il y a quelques décennies, c'était la mode de rejeter ces héritages et de vouloir s'en échapper pour revenir aux simples pulsions, retour à l'animalité, à « fait tout ce que tu veux » au nom de la liberté. Tout ceci créa l'illusion que l'on pouvait échapper aux conditionnements, comme si on pouvait échapper aux conditionnements de notre propre corps. Et pourquoi ? Qu'est-ce qui ne va pas avec les conditionnements (les *samskara*) ? L'essence de la culture est d'appivoiser le sauvage pour le rendre raisonnable puis plus intelligent, même si le « conditionnement » est devenu impopulaire.

La spiritualité ne demande pas de rejeter quoi que ce soit ; c'est vouloir acquérir, profiter, tirer du plaisir qui nous fait rejeter, au nom de la liberté.

La spiritualité est intéressée sur le fait de percevoir, de comprendre et de mettre en application dans le mouvement de la vie. C'est une nouvelle dimension.

La loi du *Karma*, c'est inévitable. Nous ne pouvons échapper à l'action ; elle est déjà en nous. Physiquement, nous sommes obligatoirement en relation avec l'Univers et donc avec les autres, tout et tous étant des expressions diverses du *Purusha* suprême. Nous manifestons tous la vie, nous en sommes tous les expressions, *Karma* c'est *Yajna*.

Pourquoi vouloir échapper à *karma*, au *dharma*, pour quelle satisfaction, prendre et ne pas rendre, c'est du vol, c'est un pêcher contre la vie.

Les plaisirs peuvent nous faire oublier notre véritable nature, d'où nous venons, qui nous sommes et ce que nous avons à faire. C'est ainsi que l'on perd l'énergie et la vitalité de cette cellule de l'intelligence cosmique.

L'humanité de l'être humain et son inépuisable créativité se trouvent fortifier dans le partage pas dans l'acquisition, en manifestant nos possibilités pour le bien de tous, pas en les perdant mais en cherchant à participer harmonieusement à la roue de la vie.

Chacun à travers ses conditions propres participe à la roue de la vie (*Dharma Cakra*). De même que nous partageons notre nature avec l'Univers (*Yajna*), de même nous partageons l'action (*Karma*), manifestant ainsi notre plénitude, notre créativité. Qu'aucun acte, aucun mouvement ne soit sans attention, sans cœur, sans responsabilité.

L'action est différente de l'activité qui est une expression de la fragmentation : un désir → compulsions → tentative de satisfaction.

C'est ce troisième chapitre qui nous recommande d'être alerte, éveillé, conscient de ce que nous faisons et pourquoi nous le faisons. Faire avec précision,

attentivement, de façon adéquate, pas en étant distrait, par hasard, parce que ça se trouve comme ça ! De façon yogique.

Ceux qui cherchent les plaisirs tout le temps sont effrayés de tout ce qui n'est pas connu de la vie, cherchent ce qu'ils appellent la sécurité à travers des codes de conduite, des structures, des modèles. Ils s'isolent eux-mêmes dans ces coins de la psyché, manipulant, gérant des mots. Alors la vie n'est plus *Yajna*, c'est quelque chose de clandestin avec la haine, des prétentions, vouloir apprendre aux autres... une double vie.

Donc, la *Gîtâ* nous dit afin que le mouvement qui nous relie à la vie (l'action) ne dégénère pas en activité isolée, fragmentaire, exclusive, dictée par la volonté, les désirs, les pulsions.

Restez éveillés à la vie dans sa globalité, accepter les conditionnements mais aussi soyez enracinés dans la conscience éveillée de l'intelligence cosmique, laissant le système nerveux et le raisonnement tranquille, sinon il n'y a pas de repos et les sens sont intoxiqués jour et nuit.

Attention ! Pas d'activité mais l'action, sans la fragmentation, dans une expression totale, c'est notre *Dharma*, notre responsabilité d'être humain.

Voyons maintenant la psychologie du *Karma Yoga*. Seuls ceux qui aiment la vie peuvent pénétrer les secrets de la vie, les comprendre et les expliquer aux autres. Ils ont été merveilleux.

Dans ce chapitre, il est dit et répété que : les nombreux mouvements de notre expression biologique et de notre structure psychologique sont conditionnés les premiers par la nature humaine et les seconds par le passé, la civilisation... Nous devons vivre dans cet organisme biologique avec cette structure psychologique et alors apprendre l'art du yoga, transcender les deux conditionnements et nous trouvant alors uni au non conditionné, le fluctuant, utilisant la structure biologique et psychologique comme un véhicule lui-même ayant son origine dans le divin de la vie ? C'est pourquoi ce chapitre dit que la vie ne peut être détruite par le glaive, les flammes...

« Cet *atman* est indestructible » dit *Krishna*. Nous agissons à travers cet organisme et cette structure et tout ce que nous faisons affecte les qualités de nos sens et de notre conscience.

Il y a relation entre *karma* (l'action) et le mental (*chittam*) et tout ce qu'on appelle moi. Tout ce que nous faisons, disons, pensons... quelques soient les raisons nous modifie : marcher, manger, ce que nous mangeons, buvons, la manière de le faire. Ce que nous entendons, écoutons, regardons, nous nourrit et

nous construit, constituant notre *karma*. Les sens vont vers les objets et nous avons en retour des impressions, ce que nous touchons et ce qui nous touche.

C'est le *Raja Yoga* avec ses huit membres dont le *Samâdhi* à travers lequel nous nous transformons, pas seulement le corps mais aussi tout notre contenu physique et mental et par là le type même de nos relations.

Nous sommes maintenant habitués aux mots que nous avons à explorer ensemble. Donc l'action et l'activité laissent des empreintes sur notre être physique et psychologique ; si nous agissons et entrons en relation de façon totale, attentive alors le malaise des actes à demi accomplis ne sera plus là, blessant notre être profond, plaisir et peines ne nous touchent plus pareil. Activité ou travail à demi accompli ne peuvent que laisser en nous des tensions (même si elles ne sont pas conscientes).

Ce n'est que lorsque l'on vit pleinement, totalement, investissant tout notre être, que vivre devient une véritable expression de la Vie. Rien n'est converti en mémoire, ce n'est pas nécessaire, le contentement est tel qu'on ne cherche pas à en retenir quelque chose, vivre et c'est fini, l'instant d'après nous sommes renés (c'est le *Karma* et la réincarnation, bien que ces mots aient été bien souvent mal utilisés).

Si vous voulez vraiment vivre, soyez alertes, éveillés et ne vous fourvoyez pas dans les activités fragmentaires, sources de détresse psychologique, activités incomplètes, insatisfaisantes, créatrices de souffrances. Apprendre le *Karma*, apprendre à vivre chaque moment et à traverser tous les mouvements. Dans la plénitude, partager le sacrifice, être en *Yajna*, et il n'y aura pas de traces. Les yeux d'un yogi sont ouverts et il voit toute chose mais il ne regarde rien et rien n'est enregistré dans le cerveau. Le Yogi agit, traverse l'action peut-être à longueur de journée, mais chaque action est un souffle du tout, de la globalité.

Tout ce qui est intérieurement enregistré comme aimé, haï, préféré est le résultat d'une inattention, d'une action incomplète, non équilibrée. La spiritualité est la science de Vivre, ce n'est pas une spéculation sérieuse mais c'est sain et saint.

Si intérieurement, il n'y a pas toutes ces blessures, ces conflits générés par une façon de vivre fragmentée, alors l'état de conscience devient beaucoup plus clair, l'espace est clair, pur.

Quand on vit totalement, d'instant en instant, exprimant la plénitude de notre vie, on vit, on meurt et on renaît. Mais si nos actes sont calculés en fonction de nos idéologies, on manipule, les actes ne sont plus le fruit de notre être profond mais de nos conditionnements d'où des souffrances et des détresses sans fin. Les autres autour de nous sont aussi conditionnés, ils calculent aussi, ils marchandent

aussi ; au nom de la relation il y a une bagarre continuelle de mouvements ego centrés. C'est le champ de bataille, notre vie, cherchant à convaincre les autres et cherchant à résister aux autres, c'est une attitude défensive. Il s'agit de sortir de ce mouvement défensif propre à l'individu isolé, s'ouvrir est l'essence de la religiosité, c'est s'enraciner dans la globalité, le tout.

C'est être plein, heureux, passionné.

C'est ainsi que le yogi traverse la vie sans être ennuyé, fatigué, agacé. Le *Karma* yoga n'est pas le chemin de l'activité mécanique, répétitive en fonction de codes et de règles, de recettes de bonheur, de modèles et d'idéologies ; ce n'est pas le chemin de l'esclavage et de l'esclavagisme où chacun est à la fois le maître et l'esclave.

Le *karma* Yoga est chemin de liberté, s'il n'y a pas de liberté intérieure, comment peut-il y avoir harmonie, comment peut-il y avoir cette envie d'une coopération spontanée. Donc cette liberté intérieure inconditionnelle est le besoin le plus urgent de la race humaine.

Pour avoir une conscience saine, il est important de rester éveillé, alerte et responsable. Ainsi, on n'a plus de griefs et l'on n'embête plus les autres. La présence d'une telle personne ne cause plus de fatigue, d'agacement. Le Yogi vit dans la vie et la société comme un poisson dans l'eau, sans fatigue, plein de cœur, sans être effrayé par les grosses vagues du monde. Le poisson vit dans l'eau, nage, est soutenu par l'eau, l'eau le nourrit, il y naît, il y meurt. *Arjuna* si tu veux vivre, sois un yogi.

Dernier point, votre action, votre *Karma*, si elle s'enracine dans le tout devient une méditation. L'action devient méditation sans avoir besoin de s'asseoir. Si l'action n'est pas une activité, fragmentaire, manipulée, dictée par nos intérêts mais l'expression de la plénitude de notre être vers tout ce qui nous entoure, c'est une méditation.

Sur le champ de bataille, *Arjuna* doit donc commencer la guerre que ses cousins les Kauravas ont systématiquement rendue inévitable, pas parce qu'il est né dans la caste des guerriers mais parce qu'il en est capable, parce que toutes les tentatives de négociation et de paix ont échoué et que l'injustice demeure. *Arjuna* doit se battre non parce qu'il a la haine, non pour punir les Kauravas mais parce maintenant c'est sa responsabilité, il n'a pas le choix. S'il se battait pour se venger de l'humiliation qu'il a vécu, ce ne serait pas *Karma*, ce ne serait pas partage du sacrifice universel : *Yajna*

Il y a des gens qui passent leur vie au service des autres mais si derrière il y a l'idée de charité, faire quelque chose pour ces pauvres gens, il y a alors un sentiment plus ou moins conscient d'être riche et de devoir donner. Si un service

social est contaminé par le besoin personnel de donner, ce n'est pas du *Karma* yoga. Ce n'est pas l'action en elle-même mais la motivation qui compte. Il n'y a pas d'envie de devenir (bon, riche...) mais la simple expression spontanée de notre être.

Certains auront travaillé dur pendant 40 ans, ce n'est pas pour cela que c'est *Karma* yoga, d'autres auront étudié toute leur vie et joué avec leurs connaissances, les distribuant éventuellement aux autres, ce n'est pas pour cela que c'est *Karma* yoga.

C'est seulement la conscience de cette intelligence qui est omniprésente, omni agissante, cette présence unique dans la diversité du monde manifesté. La conscience et le respect de cette présence manifestée et non manifestée font de la vie et de l'action un *Karma* yoga, une méditation. Quoi que l'on fasse alors vient de l'amour qui est l'intelligence de la vie, toujours alerte.