

CHAPITRE IX

LE YOGA DE LA SCIENCE SOUVERAINE ET DU SOUVERAIN SECRET

Nous sommes arrivés au neuvième chapitre. C'est un chapitre crucial, car il traite du chemin secret, menant aux révélations secrètes. Avant de plonger dans ce chapitre, faisons un bref résumé des chapitres précédents.

J'espère que chacun d'entre nous est conscient que la science du yoga vise à établir un contact entre la conscience individualisée et la conscience transcendante non individualisée, qui est appelée *Brahman*. La science du yoga, chacune de ses branches, suppose une trinité omnisciente, dont nous devons être conscients quand nous essayons d'étudier la *Gîta*.

Le principe transcendantal de Vie, *Brahman*, est un tout organique indivisible. Il est appelé *Brahman* par les *Vedantins*, *Ishvara* ou Seigneur par le *Hatha Yoga*, *Purusha* par le *Samkhya*, etc. Ainsi, il y a ce *Brahman* transcendantal, ou Seigneur ou *Ishvara*. Puis il y a la matière universelle non individualisée, qui est appelée *mula prakriti* par le *Hatha Yoga* et peut-être par d'autres branches du yoga. Elle est appelée *maya* par les *Vedantins*. Et en troisième position, il y a la conscience individualisée qui est appelée *jiva* par le *Hatha* et le *Raja Yoga*, reflet du *Brahman*, reflet d'*Ishvara* par le *Vedanta*.

Je vous mets devant des termes différents, qui sont utilisés pour la même chose. La trinité omnisciente, pour notre étude du neuvième chapitre, est *Brahman*, *prakriti* et *jiva*. Ces termes seront utilisés dans ce chapitre, donc que ce soit très clair, il y a la conscience individualisée dans la conscience humaine, la conscience universelle dans la matière universelle ou *mula prakriti*, et enfin ce qui dépasse la conscience individualisée et non individualisée. Le yoga vise à établir le contact entre la conscience individualisée et le tout transcendant non individualisé ou conscience holistique. C'est le but de la science du yoga.

La *Gîta* commence sur la frustration et le découragement d'*Arjuna*. Elle expose le *Samkhya Yoga* et continue avec le *Karma Yoga*, le *Jnana Yoga*, le *Vijnana Yoga* et le *Sannyasa Yoga*. Puis, elle en vient au *Yoga Abhyasa* dans le huitième chapitre. Aujourd'hui, nous traiterons du *Raja Yoga*.

Au sein du *Samkhya Yoga* et du *Raja Yoga* il y a le *Hatha Yoga*, que vous tous avez étudié pendant des années et avez pratiqué aussi pendant des années. Le *Hatha Yoga* essaye d'établir le contact entre l'individu et la conscience transcendante, en travaillant sur le corps physique. Le corps physique a toutes les énergies que la matière universelle ou *mula prakriti* a. Il a toutes les énergies, que la matière cosmique a. Mais l'énergie cosmique unifiée, contenue dans cette

matière universelle, est diversifiée dans le corps humain. Vous avez les yeux et il y a la vue. Donc vous estimez que l'énergie de vue est une énergie autonome indépendante. Vous avez des oreilles et toute la structure pour l'audition et vous estimez que l'énergie d'audition est séparée de l'énergie de perception. Il y a l'énergie de vos cordes vocales et vous estimez que c'est une énergie autonome séparée du discours. Vous les considérez comme des énergies séparées.

Vous avez les organes procréateurs et l'énergie sexuelle. Vous estimez que c'est aussi une énergie autonome indépendante. Vous avez les organes digestifs, l'enveloppe des aliments, une autre variété d'énergies. Dans la *mula prakriti*, toutes ces énergies sont unifiées et travaillent d'une façon holistique unitaire. Mais, dans le corps humain, elles sont distribuées aux différents organes, on leur donne des fonctions indépendantes. Donc, cette diversification et cette distribution d'énergie dans des organes séparés, créent l'illusion qu'ils ont tous des énergies indépendantes et la personne s'identifie avec l'un ou certains d'entre eux, ou avec beaucoup.

La science du yoga nous montre la façon de rassembler les énergies distribuées, elle unit les énergies diversifiées et leur apprend ensuite à fonctionner de façon holistique et non fragmentaire. Le *Hatha Yoga* utilise le corps, les *âsanas* et le *prânâyâma* particulièrement à cette fin, disciplinant le corps, disciplinant les énergies. Il utilise le prana, cette énergie dynamique essentielle, pour discipliner et instruire. *Âsanas* et *prânâyâma* sont l'essence de la discipline du Hatha Yoga.

Si vous vous tournez vers le *Bhakti Yoga* (le yoga de la dévotion), là vous utilisez l'aspect émotionnel de la conscience pour unir les énergies, les harmoniser par la dédicace et la dévotion sur un point. L'énergie émotionnelle toute entière est concentrée sur *Ishvara* (la plus haute lecture de l'absolu par l'esprit humain). Et par la concentration de l'énergie émotionnelle, le *Bhakti Yoga* essaye de purifier le corps physique et le corps mental.

Le *Jnana Yoga* utilise l'organe cérébral, la faculté de volition et la faculté d'idéation et par cette connaissance il expérimente, en purifiant et unissant les énergies diversifiées, et en établissant ainsi le contact. Nous n'avons pas besoin de continuer à élaborer chaque branche et de voir comment chaque branche a une façon d'établir le contact, en prenant une certaine partie de notre physique et de notre mental comme instrument.

Le *Hatha Yoga* utilise le corps comme instrument et à l'aide du *prana*, il éveille la *kundalini*, l'énergie de *prana* enroulée à la base de la colonne vertébrale. Et le réveil de cette énergie enroulée de *prana*, stimule tout votre être, stimule votre conscience. Mais le chemin est long, il est laborieux, il consomme beaucoup de temps et énergie.

Ainsi, *Sri Krishna* dit : « regarde *Arjuna*, au lieu de prendre ces chemins longs et détournés du *Bhakti Yoga*, du *Jnana Yoga*, du *Karma Yoga* et même le chemin laborieux et dur du *Hatha Yoga*, je vais te montrer un chemin secret, qui ne consommera pas autant de temps et d'énergie. »

Ces mots, au début du neuvième chapitre, nous donnent en résumé l'essence du chapitre entier. *Sri Krishna* dit : « Je partagerai avec toi la révélation suprême de la vérité et le chemin secret de cette révélation; parce que je le connais et que j'en ai l'expérience ». C'est pour tous et pour chacun, pour qui veut être béni par la révélation de cette vérité et désire marcher sur le chemin secret vers cette révélation secrète. Vous y arriverez, ce n'est pas le privilège de quelques uns. Vous ne devez l'accepter sur l'autorité d'aucune écriture sainte. C'est à la portée de chaque être humain, à condition que cela devienne sa priorité supérieure et qu'il ait un empressement à marcher seul, sur ce chemin secret, vers la révélation de la vérité secrète.

Vous devez connaître les ouvrages intitulés *Doctrines Secretes* de *Mme Blavatsky*. Je suis désolée pour *Mme Blavatsky*, mais ce ne sont pas des doctrines. Ce sont des vérités, ce ne sont pas des théories. Mais cette dame courageuse a utilisé cette terminologie il y a un siècle. Sa langue maternelle n'était pas l'anglais, c'était le russe. Mais nous devons corriger l'expression qui est incorrecte. Ce n'est pas une doctrine secrète, c'est une vérité secrète.

Quand vous êtes obsédés par la vérité que vous avez découverte et que vous commencez à l'affirmer, au lieu de la communiquer, cela devient une doctrine, un dogme. Mais la vérité défie un tel emprisonnement, elle défie n'importe quelle cage, que ce soit celle d'une théorie, d'une doctrine ou d'un dogme, elle vous échappe au moment où vous essayez de l'emprisonner.

Sri Krishna dit que c'est expérimental. Le yoga est une science expérimentale, la spiritualité est une science expérimentale à la portée de chacun. Examinez, explorez, expérimentez, vérifiez et la vérité sera vôtre. Vous voyez cet accent mis sur la liberté intérieure de chaque individu, la liberté psychique de chaque individu. C'est une partie importante des enseignements de la *Gîta*.

Il est à la portée de chacun. Il est facile à poursuivre. Une fois que vous l'avez perçu, une fois que le contact a été établi, il ne peut pas s'en aller, il ne peut pas être coupé. La compréhension ne se termine jamais dans l'oubli. La connaissance peut être oubliée, la compréhension devient la substance de votre être. La lumière de la vérité est impérissable, indestructible.

Tous ces mots sont très importants. Cette souveraine vérité suprême et le souverain chemin secret, qui purifient votre être, ne vont pas utiliser la partie émotionnelle de votre esprit, ni la volonté de votre organe cérébral, mais *chitta*, le dépôt de toutes les énergies psychiques. Ainsi, ni *karma*, ni *bhakti*, ni *jnana*, ni

dhyâna. Elle ne va concentrer ses énergies que sur *chitta*, le dépôt de tous les conditionnements. Elle ne négligera pas le corps, le corps physique. *Les âsanas* et le *prânâyâma* vous accompagneront sur ce chemin, mais ce n'est pas nécessaire pour vous de faire quatre-vingt-quatre *âsanas* et toutes les différentes sortes de *prânâyâmas*.

Que ce soit dans le *Hatha Yoga* ou dans le *Raja Yoga*, comment allons-nous établir le contact ? Regardez la matière universelle, la *mula prakriti*, elle est individualisée dans le corps humain avec un certain équilibre. Dans le corps physique il y a un équilibre naturel et une harmonie naturelle des énergies, quoique dispersées, distribuées pour des fonctions diversifiées. Il y a un équilibre qui est suffisant pour une existence normale et pour avoir des rapports avec les gens, pour vivre dans la société etc.

Mais si vous voulez établir un contact avec le plus haut, le transcendantal, ce sera un voyage ascendant, ce sera une montée. Les énergies et l'équilibre sont utiles pour le fonctionnement horizontal, pour tout ce qui touche à l'orbite de la terre, pour le rapport à la matière, pour ce qui touche aux structures humaines. Ainsi, pour le fonctionnement horizontal de toutes vos énergies, celles des yeux, du nez, des oreilles, de la peau, du sexe, du discours, cet équilibre est suffisant.

Mais si vous voulez prendre un chemin montant, allant vers le haut depuis la matière et les énergies contenues dans la matière, vers le supra sensuel, le supra mental et le cosmique, qui est transcendantal, alors vous devez créer un nouvel équilibre dans le corps physique. Vous devez créer un nouvel équilibre dans ce qu'on appelle l'esprit ou la conscience ordinaire.

Le *Hatha Yoga* vous aide à créer ce nouvel équilibre, par les *âsanas*, le *prânâyâma*, la *kundalini* et le *Raja Yoga* vous aide à créer ce nouvel équilibre, par une certaine maîtrise de votre *chitta*, le dépôt de la conscience, la terre de votre conscience. Pour cela, il est question de créer un nouvel équilibre dans le corps et dans la conscience. Ce n'est pas seulement certaines pratiques et certains *siddhis* qui sont importants, ou le réveil de la *kundalini* pour le plaisir de jouir de certains *siddhis* ou de certains pouvoirs. Ce n'est pas le but de yoga. C'est une déviation. Son essence et son objet fondamental sont tout à fait différents.

Le Yoga est appelé le chemin suprême et souverain, parce qu'il vous donne la capacité d'autonomie. Généralement, dans la vie, les impulsions du corps gouvernent l'esprit. Chez une personne bien éduquée et mentalement développée, l'esprit contrôle les impulsions physiques et gouverne la raison. Ce dont on hérite gouverne l'esprit conscient, les autorités subconscientes gouvernent l'esprit conscient, les émotions écrasent la raison et la rationalité, ainsi il n'y a aucune autonomie. Pour quelque temps, vous êtes dirigés et gouvernés par les pulsions

du corps, parfois vous êtes gouvernés et dirigés par des désirs incompatibles, des vœux et des aspirations contradictoires et vous êtes déchirés.

Le *Raja Yoga* est appelé le Yoga royal, le Roi de la Connaissance, parce qu'il vous permet d'aller vers l'autonomie. Le corps, les énergies contenues dans les impulsions biologiques, l'esprit avec toutes ses facultés et ses énergies, tous suivent volontairement vos inclinations, vos intuitions, vos perceptions. Vous ne devez pas les forcer, ils deviennent volontairement des compagnons, ils deviennent des aides élégants pour vous accomplir. Il est appelé le *Raja Yoga*, le Yoga royal, parce qu'il vous apprend l'autonomie.

Il est appelé « le secret royal », parce que ce que vous faites n'est pas visible par les autres. Quand vous pratiquez *âsanas*, *prânâyâmas* etc., vous le faites collectivement, les gens le savent et vous prenez aussi conscience de ce que vous faites. Vous mesurez les conséquences, combien vous avez progressé ou bien si vous avez échoué, etc. Ce chemin secret ne sera pas visible par un autre que vous, votre conscience individuelle, et par votre maître invisible, la conscience transcendante. C'est une affaire entre les deux. Si j'ai réussi dans une certaine mesure à vous transmettre la signification des trois premiers vers du neuvième chapitre, nous pouvons passer au quatrième vers.

Quelle est la vérité secrète qui a été révélée à *Krishna* par *Brahman*, par le principe transcendantal de la Vie, la conscience holistique, non individualisée, indivisible ? Quelle est cette vérité ? *Krishna* le dit en termes très simples. Pour comprendre ce qu'il a expliqué à *Arjuna*, je préférerais vous donner un exemple, avant de prendre le vers lui-même.

Vous pouvez avoir rencontré par hasard quelqu'un qui écrit des pièces, des drames, ou des romans. Dans son cerveau, dans son esprit, tous les personnages de la pièce sont là. Chaque caractère est développé et le rapport entre les personnages, le héros, le bandit, et l'ordre des événements, la pièce toute entière et tous les personnages sont là. Personne ne les voit, mais il en est conscient. Ils sont tous encore non manifestés. Ainsi, il prend le stylo et le papier et écrit la pièce. Les personnages non manifestés, l'histoire, leur interaction, deviennent maintenant manifeste sur le papier, avec l'aide des mots.

Il peut y avoir un personnage très noble, il peut y en avoir un autre ignoble. Il peut y en avoir certains qui incarnent l'amour et d'autres très cruels. Mais une fois qu'ils sont venus sur le papier, ils sont mis là comme des personnages, jouant leurs rôles. Maintenant, l'auteur n'est pas un de ces personnages dans l'histoire. Il est la cause ou le créateur de l'histoire et des personnages, indépendant d'eux. S'il vous plaît voyez cela. Parce qu'après quelques semaines ou quelques jours, il peut écrire une autre pièce avec d'autres personnages. Bien qu'il ait créé les personnages et la pièce, il les dépasse.

Brahman, le Seigneur de la création, le principe d'intelligence suprême transcendantal, cause l'explosion des univers, cause la manifestation de toutes les énergies contenues dans la matière et pourtant, il n'est pas là. Il est transcendantal, comme l'auteur n'est pas dans les personnages de sa pièce, il est indépendant. Il a son existence propre et il vit cette existence. De la même manière, Krishna dit :

« Regarde *Arjuna*, la vérité qui m'est révélée est que le Seigneur, *Brahman*, est transcendantal. Il n'est pas limité par la création, par les univers innombrables qui sont sortis de lui, qui sont nés de lui. L'existence de l'intelligence transcendantale est maintenue. »

Maintenant, voici un autre aspect du même exemple. Le dramaturge est l'auteur, mais s'il n'a pas éprouvé ces sentiments, ces émotions, s'il ne s'est pas identifié, dans une certaine mesure, avec ses personnages, il ne sera pas capable d'écrire sur eux. Il a vu, quelque part, les permutations et les combinaisons possibles. D'une certaine façon l'auteur a exprimé son caractère dans les personnages de sa pièce. De la même manière l'intelligence, l'intelligence suprême, transcendantale, holistique, est reflétée dans la conscience individuelle. C'est l'immanence et la transcendance de la Vie.

Krishna explique à *Arjuna* le jeu du non manifesté et du manifesté. Le non manifesté soutient le manifesté, le non manifesté est la source du manifesté et reste transcendantal. Il n'est pas contaminé par le comportement des expressions manifestées. Comme le jeu des personnages ne contamine pas l'auteur, de la même manière, ce que les gens font, les individus humains qui sont les émanations de ce *Brahman*, de ce *Paramatman*, d'*Ishvara*, ce qu'ils font ne contaminent pas le principe transcendantal.

Bien, si leur comportement ne contamine pas la conscience transcendantale, contamine-t-il l'*Atman* en eux ? *Krishna* dit « Non. L'*Atman* n'est pas contaminé, n'est pas pollué par le comportement du corps et de l'esprit. »

Les contaminations, les altérations, les perversions, sont toutes dans l'espace à deux dimensions, dans les deux orbites du corps physique et du corps mental. Les expressions d'esclavage et de libération ne sont appropriées que dans l'espace à deux dimensions de votre vie physique et mentale. En dehors de cela, les expressions d'esclavage et d'émancipation perdent leur pertinence. Je suis désolée si cela devient difficile à comprendre, mais *Krishna* va expliquer et clarifier la danse du non manifesté et du manifesté. Le *Brahman* transcendantal suprême, *Paramatman*, l'intelligence, *Chaitanya*, *samvit*, quelle que soit la façon dont vous l'appeliez, s'exprime par la matière universelle, *mula prakriti* et s'individualise. Donc vous devenez un être humain individuel, vous avez votre matière

individualisée, vous avez votre énergie mentale individualisée et en même temps vous conservez dans le physique et le mental, l'élément transcendantal, l'*Atman*.

Ainsi, rappelez-vous la trinité, *Ishvara*, *prakriti* et *jiva*. Dans le corps individuel, dans la vie humaine individuelle, il y a cette conscience du je, que nous avons vue dans le huitième chapitre, la conscience d'être moi, le fait d'être moi, la conscience d'une existence séparée.

Maintenant, cette conscience séparée, que nous appelons la conscience de l'ego, doit se purifier par le silence, se stimuler par le silence, par la méditation, par *dhyâna* et elle peut accéder à la réalisation qu'elle n'est pas née, qu'elle ne mourra jamais, que rien ne peut la tuer, ne peut la détruire. Elle ressemble à l'air, elle est comme l'espace.

Ainsi, le chemin secret est la purification du centre de la conscience et du sens du je, du sens d'être moi. La conscience de l'ego est le centre. Nous allons aborder le centre, le *chitta*, dans lequel la conscience de l'ego demeure. C'est ce point que nous allons traiter. Le *Raja Yoga* a affaire directement avec l'*ahamkara*, avec la conscience de l'ego, laissant de côté la périphérie.

L'intelligence, contenue dans notre corps individuel, s'est habillée dans une conscience du je séparée, la conscience de l'ego, à cause de la fausse identification. Elle s'est identifiée avec la structure physique limitée, elle s'est identifiée avec l'esprit, la connaissance et l'expérience de la race humaine. Donc tout cela devient une chose séparée destructive séparative.

Si l'identification se déplace du corps et de l'esprit, du physique et du mental et soumet son existence à cette intelligence supra mentale ou transcendantale, il ne reste plus d'ego séparé, pas plus qu'il ne reste une conscience du je destructrice, source de toute détresse, de tout conflit, etc.

La purification passera à travers deux processus. Le premier est d'autoriser tous les mouvements mentaux à entrer en suspens, ce qui est le silence qui vous mène à la méditation. Et l'autre, c'est l'instruction du *chitta* pour le libérer d'*avidya* (l'ignorance de la vérité), de *raga* (l'attachement), *dvesha* (la repulsion) etc. Corrigez l'identification, c'est tout.

C'est la nature de *chitta* de rester identifié quelque part. S'il reste identifié avec le corps physique, il succombera aux impulsions du corps, à ses demandes, ses impulsions et ses attractions. S'il reste identifié avec l'esprit, avec la connaissance et l'expérience, il sera écrasé par le passé humain tout entier. Ainsi, l'identification doit être corrigée.

Qui va corriger l'identification ? Si l'ego aime l'identification avec le corps et l'esprit, il ne va sûrement pas la corriger. Il n'a pas la force de le faire. Où sera la source de cette force vitale, de cette énergie complémentaire ?

Il y a deux façons d'avoir cette énergie et cette vitalité. On nous en a déjà donné une avec le *Hatha Yoga*, par *âsanas* et *prânâyâma* : les *âsanas* touchent aux parties respiratoires de notre corps, et on exerce les organes respiratoires par le *prânâyâma* et les *âsanas*. Ils renforcent la poitrine, les poumons, le coeur, et tiennent le dos droit. Très peu d'*âsanas* sont nécessaires pour cela. Ainsi, la stimulation par les *âsanas* et le *prânâyâma* est une chose.

La deuxième façon est de permettre au mouvement mental de cesser complètement. Ni l'exercice du cerveau pour de nouvelles connaissances, ni l'exercice de l'esprit pour de nouvelles expériences, ne sont le chemin d'une relaxation totale. Il ne s'agit pas d'une cessation pendant une heure ou deux heures par jour, non, mais d'une relaxation intérieure pendant toute la journée.

Je me demande si vous avez observé dans votre étude du *Hatha Yoga* que, quand vous vous détendez dans certains *âsanas*, cela ne crée pas de passivité, cela ne stimule pas l'inertie ou la pesanteur. Si vous vous détendez vraiment et respirez avec rythme, même pendant dix minutes, dans un *âsana*, cela vous stimule. J'essaie de partager avec vous comment la relaxation stimule. La relaxation du corps entier et la suspension du mouvement mental devraient être associés.

Si vous vous détendez dans un *âsana* et si vous ne combinez pas cela avec la relaxation de l'esprit, (la non action de l'esprit c'est la relaxation de l'esprit), vous pouvez détendre le corps, mais si pendant l'*âsana* vous continuez à penser, si vous continuez à avoir vos tensions mentales, vous pouvez être détendus dans l'*âsana* pendant une demi-heure, rien n'arrivera en dehors de la relaxation physique. Quand vous êtes assis dans le silence, dans un *âsana*, il devrait y avoir une suspension totale du mouvement mental. Ils doivent être associés. Pour le chemin secret, désigné par *Krishna*, vous devriez combiner les deux.

L'association du *Raja Yoga* et du *Hatha Yoga* est un coup brillant. Le corps physique est complètement détendu, il n'y a pas la plus légère tension dans les systèmes nerveux, musculaire et glandulaire. Et parce que les pensées ne se déplacent pas, rien ne se déplace au niveau mental, il y a aussi relaxation. Et c'est ce qui intensifie la vitalité, stimule ensemble le corps et la conscience, le physique et le mental. La simultanéité des deux produit des miracles.

Pour cette relaxation totale, *Sri Krishna* utilise le mot reddition. Pas par effort, mais facilement, pas par votre mouvement, mais par la suspension de tout mouvement, par la reddition des efforts physiques et mentaux. Alors il y a un transport dans un niveau de Vie plus haut.

Les fonctions diversifiées de tous les organes, les énergies réparties, ont été réunies par la relaxation, elles ont été unies. Elles avaient été dispersées, elles avaient été distribuées, mais par la relaxation, par le silence, elles se sont unifiées,

réunies, et sont devenues une force unitaire. S'il vous plaît voyez avec moi, elles deviennent maintenant une force unique et donc le saut quantique ou le transfert se produit.

Par l'individualisation, par la répartition des énergies dans des organes différents, par la diversification de leurs fonctions, nous nous séparons de *mula prakriti* ou de la matière universelle. A l'heure de la relaxation, de la reddition, la séparation prend fin. Parce que la diversification, la répartition, a été éliminée, vous êtes déjà unis avec la *mula prakriti*, la matrice de la Vie, la matière universelle. C'est appelé cela le *samadhi* au-delà de *dhyaan*, la méditation.

Dharana corrige l'identification. *Dhyâna*, par le vide de conscience et la relaxation du corps physique, stimule et intensifie la vitalité. Et par l'élimination de la séparation avec la matière universelle, *mula prakriti*, il y a ce que vous appelez la dimension du *samadhi*. « *Arjuna*, le *samadhi* est la caverne dans laquelle la révolution peut avoir lieu. » C'est maintenant seulement une question de *mula prakriti* et *Brahman*, c'est seulement une question de *maya* et *Ishvara*. Vous êtes déjà passés de *jiva* à *mula prakriti* ou *maya* et maintenant c'est la dernière étape.

J'essaye de faire honneur au *Raja Yoga*, à *raja vidya*. Nous travaillons dur pour comprendre le *Raja Yoga*, sans prendre refuge dans n'importe quelle des interprétations de *Shankaracharya*, de *Ramakrishna* ou d'*Aurobindo*. Vous savez, j'essaye de mettre en mots la voie non confessionnelle, non dogmatique, simple, comme je l'ai perçue, comme je l'ai comprise. Je ne l'ai pas fait auparavant, en fait je n'avais jamais pris de classes sur la *Gîta* ou les *Upanishads*. Mais sans vous, ce ne serait pas arrivé pour moi dans cette vie. Ainsi, si je n'arrive pas à le rendre très clair, c'est parce que je cherche les mots à tâtons.

La relaxation totale du physique et du mental est le résultat, le sous-produit du *samadhi* : une nouvelle dimension de conscience. La transcendance du physique et du mental a déjà eu lieu. Le *samadhi* est une dimension supra mentale, le *samadhi* est une dimension supra cérébrale, il est au-delà de la pensée, il est au-delà du temps. Appelez-le la dimension de reddition inconditionnelle et totale de l'ego et de ses activités, appelez-le la dimension de relaxation totale et inconditionnelle, la non action.

À ce niveau de conscience, libre de toutes les fausses identifications, de toutes les conséquences des impuretés dues aux fausses identifications, la conscience est purifiée. Elle ressemble à l'air raréfié des cimes, plus l'air est pur, plus il se raréfie. Plus haut vous allez, plus pur vous devenez. C'est une dimension dont je dois parler en termes négatifs : comme non physique, non mental, non raisonnable. Vous savez, il n'y a aucun terme positif pour décrire cette dimension du *samadhi*.

Et *Krishna* dit à *Arjuna* :

« Là je vis, c'est là que je demeure. Et puisse-t-il devenir tien, si tu le veux, *Arjuna*. Tu es un ami cher et tu mérites cette révélation du mystère du non manifesté et du manifesté. Tu mérites la révélation du mystère de l'intégrité organique qui s'individualise et devient un être humain, la révélation du mystère et du chemin secret qui conduit l'individu à retourner à l'intégrité non individualisée de la conscience. C'est une vérité impérissable, facile à percevoir et à éprouver, indestructible, quand la lumière de la vérité est perçue. »

C'est directement expérimentable, c'est à la portée de chaque être humain et malgré tout, cela reste un secret. Cela ne peut pas être codifié, comme les *âsanas* ou les techniques de *prânâyâma*. Cela ne peut pas être organisé, cela ne peut pas être standardisé. C'est unique, propre à chaque individu. Donc, cela est appelé le chemin secret, le chemin royal de *Brahma-vidya*. Ensemble, nous avons regardé les sept premiers vers du neuvième chapitre.

Parmi toutes les branches du *yoga*, le *Raja Yoga* est appelé le Roi des *Yogas* et le chemin secret indiqué par le *Raja Yoga*, est appelé le chemin souverain. Il est ainsi appelé, parce qu'il synthétise pratiquement toutes les autres branches du *yoga*, les harmonise, les associe et crée un chemin majestueux fascinant pour l'auto-éducation, l'auto-purification, pour l'évolution vers un nouvel équilibre dans le corps, une nouvelle équanimité dans la conscience. Ainsi travaille à perfectionner le corps physique et le corps mental donnés à l'être humain. Ceux d'entre vous qui connaissent le *Samkhya Yoga* et le *Dhyâna Yoga*, sur lequel le *Vedanta* est basé, doivent être conscients que ces yogas concentrent toute leur attention et leurs énergies sur le *Purusha*, l'esprit, *Paramatman*, *Brahman*. *Prakriti*, la matière, est ignorée, négligée. On ne s'occupe pas du raffinage ou de la purification de *prakriti*. L'identification intellectuelle avec le Seigneur suprême, *Brahman*, *Paramatman*, est l'essence du *Sankhya Yoga*, du *Dhyâna Yoga*, du *Vedanta*, etc.

Le *Bhakti Yoga* utilise la partie émotionnelle et explique le chemin de l'union avec le *Brahman* suprême, par l'identification émotionnelle. Là, le Seigneur suprême est appelé le père, certains l'appellent l'amant, le bien-aimé, d'autres l'appellent l'enfant *Krishna*. Ainsi, le père, la mère, l'enfant, l'ami, tous ces rapports sont imaginés et projetés sur *Paramatman*, *Brahman* et de nouveau *prakriti* est négligée.

L'intoxication, l'extase de *bhakti* dans la vie de *Ramakrishna Paramahansa* ou d'autres saints indiens, a créé un déséquilibre sur le plan physique. L'identification intellectuelle avec le *Paramatman*, le *Brahman*, l'identification émotionnelle avec *Ishvara*, le fait que ce soit imposé, les rapports imaginaires, le

type de rapports psychologiques, tout cela est un aspect de ces quelques branches du *yoga*.

Le *Hatha Yoga*, le *Tantra Yoga* et le *Mantra Yoga*, concentrent leur attention sur *mula prakriti*, la matière Cosmique, ou sur la *prakriti* individualisée dans le corps. Ils insistent sur la matière et ses énergies. Alors le *Hatha Yoga* manipule la matière et les énergies contenues dans le corps, à l'aide de l'énergie de *prana*. Le *Mantra Yoga* manipule les organes intérieurs, leurs rapports et leurs énergies à l'aide de l'énergie du son. Le *Tantra Yoga* manipule les sept *chakras* dans le corps, ces points significatifs et cruciaux dans le corps, où les divers nerfs et les artères convergent l'un vers l'autre.

Ainsi le *Mantra Yoga*, le *Tantra Yoga*, le *Hatha Yoga*, concentrent leur attention sur *prakriti*. L'énergie du son peut réveiller des pouvoirs latents ou inertes dans votre corps. La manipulation des *chakras*, aussi avec des *mantras*, à l'aide de son très subtil, peut réveiller des énergies latentes cachées dans les organes humains. Et bien sûr, le *Hatha Yoga*, à l'aide du *prânâyâma*, *prana* l'énergie, peut réveiller la *kundalini* et d'autres pouvoirs psychophysiques. Ainsi, le centre et l'accent sont mis sur *prakriti*.

Les trois premiers avaient insisté sur le *Purusha* ; ces trois derniers insistent sur la *prakriti*. Le *Karma Yoga*, le chemin de l'action, utilise la *prakriti*, le corps mental et le corps physique, pour des actions avantageuses ou bonnes envers la société dans laquelle la personne vit. Ce *yoga* veut éliminer la conscience séparative de l'ego. Il utilise la puissance de la pensée aussi bien que la puissance physique. Ainsi, l'identification intellectuelle, l'union émotionnelle et l'effort physique, valorisent autant *Purusha* que *prakriti*.

Le *Raja Yoga* est le seul chemin, où une attention égale est portée à *Ishvara*, à *prakriti* et à l'ego individuel. Il n'épure pas ou ne purifie pas l'un aux dépens de l'autre. Il ne défie pas l'un aux dépens de l'autre. Il les englobe et les oriente tous les trois, simultanément. Et c'est la beauté et le caractère unique du *Raja Yoga*.

La soumission de tous les actes à la Conscience qui réalise que le non manifesté et le manifesté sont la danse d'un même *Brahman* unique, le même principe d'intelligence souveraine. La matière ne peut pas être séparée de l'esprit ou de l'intelligence suprême. L'intelligence suprême, le Seigneur, *Ishvara*, *Brahman*, ne peut jamais être isolé de *prakriti*. Ceci est la base du *Raja Yoga*.

Nous avons vu comment, dans l'état de *samadhi*, les énergies contenues dans le corps physique sont soumises par la relaxation totale inconditionnelle et les énergies mentales de connaissance, la pensée, les expériences, les *samskaras*, sont soumises par le silence. C'est le silence total de l'esprit conditionné et la relaxation totale du corps physique qui constitue l'essence du *samadhi*, la dimension du *samadhi*.

Maintenant, si ce contexte et la perspective holistique du *Raja Yoga* sont suffisamment clairs, continuons. Nous ne pouvons pas continuer si le contexte, la base, l'orientation, dans lesquels la *Gîta* place le *Raja Yoga*, si tout cela n'est pas clairement compris, au moins théoriquement. Nous nous sommes approchés du septième vers et nous commençons par le huitième aujourd'hui. Et j'espère vous prendre avec moi jusqu'au vingt et unième vers du neuvième chapitre.

Krishna plaide la cause du *Brahman*. C'est un dialogue et il communique à la première personne, comme si il était *Brahman*. Il plaide la cause du *Brahman*, de *Paramatman*, du Seigneur, d'*Ishvara*, quelle que soit la façon dont vous aimiez appeler ce principe transcendantal d'intelligence, le *Paramatman*, l'intelligence souveraine. Cette intelligence, à travers *Sri Krishna*, révèle son secret.

Notez s'il vous plaît que le *Brahman*, le Seigneur *Ishvara*, est assis, indestructiblement assis et la *prakriti* est *chit*. Vous pouvez avoir entendu dire qu'ils appellent le Seigneur : *sat-chit-ânanda*. Si quelqu'un demande ce qu'est *Brahman*, ils disent : *Brahman* est la vérité indestructible : *sat*, la conscience auto-générée : *chit*, et le bonheur spontané : *ânanda*.

Maintenant, l'intelligence, *Purushottama*, *Brahman*, dit :

« Quoique *prakriti*, *chit*, la matière, avec toutes ses innombrables énergies contenues en elle, émane de mon être et continue la danse de la manifestation, individualisant des objets, des saveurs, des formes, des tailles etc., je ne me considère jamais comme l'acteur de cela; ce n'est pas mon oeuvre. Quoiqu'elle émane de moi, apparaisse à partir de moi, je ne m'approprie jamais la danse de la manifestation, le monde matériel, la danse des énergies, parce que chaque fois que la matière est individualisée, elle prend non seulement la forme d'un objet mais elle a aussi une énergie spécifique, celle que cet objet contient et exprime. »

Purusha, *Brahman*, le Seigneur, dit : « Je n'agis pas, je ne m'approprie pas cela, cela ne m'appartient pas. Je suis absolument insouciant de ce que la *prakriti* fait, de ce que la matière Cosmique fait, quand progressivement elle continue à s'individualiser et à s'exprimer, en forme de montagnes, de rivières, d'océans, d'arbres, d'animaux ou de personnes et tout ce qui arrive dans leurs interactions. Je ne suis pas celui qui agit, je ne m'approprie pas non plus ces mouvements. Je suis insouciant, non impliqué et libre. »

Des termes très significatifs sont utilisés ici. « Les mouvements de la matière ne m'affectent pas du tout (*Brahman*). Ils ont leur autonomie propre, les énergies ont leur voie propre et leurs interactions produisent de nouveau de nouvelles énergies. Et le jeu du monde de la manifestation continue. Je peux être le principe président de l'intelligence. » Et il continue à clarifier cette question, en donnant un exemple. « Les étincelles d'un feu montent dans le ciel. Bien qu'elles émanent

du bout de bois, le bois ne fait pas le feu ou les étincelles. Les rayons du soleil émanent du soleil et ils apportent avec eux à la terre, la lumière, la chaleur, l'énergie guérissante, etc. Mais le soleil ne crée pas les rayons et ne les envoie pas à la terre. Il n'a aucune volonté, il n'y a là aucune action de la part du soleil. »

Le soleil est lumière, l'être du soleil contient la lumière, il contient la chaleur, il contient de nombreuses énergies de guérison. Les rayons du soleil semblent surgir du soleil, comme les étincelles du feu. Le feu ne fait pas sortir les étincelles, elles surgissent, elles émanent. Le non manifesté se manifeste lui-même sans volonté, sans effort. L'être du soleil est lumière et donc les rayons du soleil apportent la lumière avec eux à la terre.

De la même manière l'intelligence suprême dit : « le contenu de mon être est *sat*, la réalité indestructible, le contenu de mon être est l'intelligence. Ainsi quand la matière joue la danse de la manifestation, la manifestation éternelle de la matière, ne serait-ce que dans un brin d'herbe, elle apporte à la terre un rayon de mon intelligence, parce que la matière émane de moi.

Ainsi, le brin d'herbe contient l'intelligence organique. Il est limité par sa forme, par sa taille. Cela peut durer seulement quelques jours ou quelques heures. Chaque fleur, chaque pétale de la fleur, chaque électron, proton, neutron de la matière, contient un quanta d'énergie et d'intelligence organique, parce qu'il émane de moi. Je ne le donne pas, je ne suis ni producteur, ni donneur et malgré tout il émane de moi.

Arjuna, observe s'il te plaît cette danse du non manifesté et du manifesté, cette attitude majestueuse et magnifique de *Brahman*, le *Purusha* : de son être le Cosmos apparaît, la danse infinie de la matière et de ses énergies. Je ne les produis pas et malgré tout cela arrive. Si vous le comprenez, alors laissez cette compréhension arriver dans votre vie quotidienne. »

Vous avez un corps physique, la matière, avec une énergie différente pour chaque organe. Vous avez l'énergie du temps et de l'espace, vous avez l'énergie de la terre dans votre structure osseuse, vous avez l'énergie de l'eau dans votre sang, l'énergie du soleil dans votre vue, l'énergie du vent dans votre audition. Vous avez toutes ces énergies de la matière, la matière Cosmique individualisée dans votre forme, dans l'individu humain. L'interaction de ces énergies dans votre corps, avec les mêmes énergies à l'extérieur de votre corps, a lieu parce que les énergies dans votre corps sont attirées vers les mêmes énergies, leurs homologues dans la nature. L'attraction, la perception, la prise de contact, l'interaction et vous l'appellez cela votre action. Ce n'est pas votre action. C'est l'appétit dans votre corps qui exige l'alimentation et reçoit la nourriture. Vous ne mangez pas. Regardez ce beau secret que *Sri Krishna* révèle. Le corps demande le repos complet et la faculté de dormir, le sommeil toujours vierge descend sur votre

corps, il crée une contrainte intérieure, vous ne faites que vous coucher. « Comme la matière dans la nature contient ma créativité, votre corps contient aussi cette créativité. »

J'espère que vous avez observé que rien dans la matière n'est dépourvu de pouvoir de régénération, des pouvoirs créateurs. L'argile peut vous guérir, l'eau peut guérir n'importe quelle impureté, n'importe quel déséquilibre. Des déséquilibres chimiques, des déséquilibres neurologiques sont corrigés par le soleil, la lune, l'eau, la terre, la mer. Les mêmes énergies créatrices et guérissantes sont contenues dans votre corps.

Dans la matière extérieure, l'esprit est subconscient, il est muet. Mais dans votre corps, l'esprit est éloquent, il a créé des mots, des langues. Ainsi, dans le corps mental il y a l'énergie de pensée, d'idéation, d'imagination, de calcul, l'énergie de la mémoire. Il y a une interaction constante entre les énergies de conscience, les *samskaras*, et les énergies de votre corps. Vous pouvez les conduire et manifester l'harmonie cachée en elles. Vous n'êtes pas le créateur de l'harmonie, mais en conduisant le mental et le physique d'une façon ordonnée, vous pouvez permettre à l'harmonie intérieure de s'exprimer. Vous n'êtes pas celui qui agit.

La loi du *karma* continue, parce que l'énergie ne peut pas être inoccupée. L'interaction des énergies et le résultat de cette interaction est appelée le *karma*, qu'il ait lieu dans la matière Cosmique, c'est le *karma* universel, ou par l'interaction entre le corps mental, le corps physique et la nature extérieure, c'est le *karma* individuel. C'est un beau triangle dans lequel vous êtes inclus et qui constitue le cadre de l'existence dans laquelle vous devez vivre.

Je me demande si vous savez que le *Tantra Yoga* a le triangle comme un symbole, montrant le corps humain dans des triangles divers. Comme le *Mantra Yoga* parle par d'un cercle et représente l'intégralité de la vie par un cercle ainsi que pour le mouvement cyclique de la nature. Le tantra parle de ce triangle, pour la matière individuelle, pour la matière Cosmique et pour le *Brahman*, aussi appelé *Purusha*, *Ishvara*, ou le Seigneur.

Vous vous rendez compte que l'interaction des énergies doit nécessairement continuer. Le passé en vous, les *samskaras* en vous, le conditionnement en vous et les énergies de votre corps, tout cela va agir dans la réciprocité, agir l'un sur l'autre. Leur interaction peut aboutir parfois à quelque chose d'avantageux pour les autres, parfois à quelque chose de nuisible pour les autres. Si vous constatez que de l'interaction de votre esprit, de votre corps et de la nature produit quelque chose d'avantageux, ne vous l'appropriez pas et ne dites pas : c'est ma bonne action. N'estimez pas que ce soit votre bonne action. Cela est arrivé par vous ;

vous en êtes l'occasion, vous êtes la vie individualisée, peut-être le tremplin pour que cela soit arrivé. C'est une loi de la Vie, un principe de la Vie.

Peut-être est-ce quelque chose de nuisible, quelque chose de mal qui a résulté de cette interaction, alors vous devez être alerte et découvrir là où les choses ont mal tourné. La bonté de votre action indique que d'une façon ou d'une autre vous êtes parvenus à un point d'harmonie avec la Vie universelle, avec les énergies cosmiques. Et le résultat nuisible indique que quelque part vous avez manqué l'harmonie, un peu de désordre, un certain désaccord, un peu d'impureté, un peu de déséquilibre en est la cause. Cette expression alternée de bons et de mauvais résultats, à travers vous, c'est pour votre apprentissage.

Si le mal a lieu par vous, ne continuez pas en créant l'apitoiement sur vous-même car vous risquez de terminer dans la mélancolie, dans la psychose dépressive : « Tant de mal est arrivé, je suis une personne cruelle, je suis ceci, je suis cela. » Ne faites pas cela. C'est une occasion pour vous de découvrir pourquoi le déséquilibre a eu lieu. C'est une occasion pour l'étude.

Si le mal s'est exprimé, quelque chose est faux quelque part. Découvrez-le, corrigez-le. Et si quelque chose de bon arrive, le point de rythme juste, d'harmonie, a d'une façon ou d'une autre été atteint à travers vous. Réjouissez-vous. Mais il n'y a pas de raison d'être attaché à cela, ni au bon, ni aux mauvaises actions qui arrivent par vous.

Krishna montre le chemin du non attachement, de la renonciation, le *sannyasa* intérieur. Comme *Brahman* reste insouciant, non impliqué, libre au niveau cosmique, l'intelligence individuelle devrait rester non impliquée et libre.

Notre responsabilité est de tenir la forme physique pure, de la nettoyer, de la laver des toxines, des déséquilibres, des impuretés, par *yama* et *niyama*, *âsana*, *prânâyâma* etc. C'est aussi de tenir la forme mentale pure par *dharana*, *dhyâna*, *samadhi*. Si finalement il y a quoi que ce soit que l'on puisse faire, c'est de corriger les déséquilibres, de laver les impuretés. Alors la Vie universelle, en vous, s'exprime elle-même, dans sa splendeur primitive. Votre corps et votre esprit en deviennent resplendissants. Le *Hatha Yoga* vous donne la longévité de vie, l'équilibre du corps et le rayonnement de la santé. Le *Raja Yoga* vous donne le rayonnement de la paix, le rayonnement du *samadhi*, la soumission de la matière à l'esprit.

S'il m'a été possible d'exposer ce point clairement, alors nous pouvons continuer. Nous avons atteint les vers douze et treize : L'union avec *Purusha*, qui est *Brahman* dans le *Samkhya Yoga* et le *Dhyâna Yoga*.

Le *Vedanta* reste abstrait, parce qu'il est basé sur l'idée que : « je suis *Brahman* », « le monde entier est *Brahman* ». Tout cela reste des idées ou des

théories pour l'intellect. Le cerveau s'en empare, il est intoxiqué par ces idées : « je ne suis pas le corps limité, je suis *Brahman* illimité ». C'est une abstraction. Et parce que cette identification intellectuelle avec une idée abstraite vous fait ignorer non seulement *prakriti*, qui est votre corps, mais aussi la matière à l'extérieur, la nature, la société, non seulement vous rejetez la matière, mais votre façon de traiter le monde physique n'est pas respectueuse.

De même avec l'esprit. Vous essayez de lui donner des prises. Vous lui donnez un certain modèle à suivre; vous lui donnez un code de conduite etc. La matière est non seulement ignorée, mais elle est presque rejetée. Aucun respect pour elle, aucune réelle acceptation, aucun amour pour elle. Et vous vous retirez parce que si vous êtes *Brahman*, vous n'êtes pas responsables vis-à-vis de la société, vous n'avez aucune responsabilité envers la famille. Comme si l'union imaginaire, par l'identification intellectuelle avec une idée, vous donnait l'autorité morale pour faire tout cela. C'est une union abstraite; c'est une abstraction produisant le retrait, le non respect etc.

Dans le *Bhakti Yoga* cela devient l'union par l'émotion, imposant les rapports de père/mère/enfant, mari/femme, amant/bien-aimée, etc. Il y a tant de variétés de *Bhakti Yoga* en Inde. C'est l'obsession des émotions, avec l'idée d'être relié. Il y avait une idée abstraite, ici c'est une relation qui est imaginée, imposée et vous en êtes hantés. De nouveau l'équilibre de la Vie, par la prise en compte du physique et du mental, n'est pas là.

Par le *Raja Yoga* il n'y a aucune souffrance de n'importe quelle sorte, qu'elle vienne de l'ignorance, de l'attachement, de l'aversion, etc. Vivre sans souffrance mentale est l'essence du *Raja Yoga*. La douleur physique et les maladies seront là, mais la souffrance psychologique, l'attachement, l'engouement, l'obsession, l'irrévérence, la haine, tout cela n'est pas là.

Le *Raja Yoga* dit que, quand ni la *prakriti* ni le *Purusha* ne sont négligés, lorsqu'aucun n'est rejeté et que vous créez un nouvel équilibre dans votre corps et votre esprit (un nouvel équilibre dans votre corps par le *Hatha Yoga* et un nouvel équilibre dans le mental par la méditation etc.), alors la conscience se trouve soulevée.

Ce n'est plus un jeu d'idées abstraites; ce n'est plus un conditionnement émotionnel. C'est une vie concrète. Une nouvelle harmonie, un nouvel équilibre a été produit par la purification, par le raffinement du physique et du mental.

La conscience est soulevée, non académiquement, non théoriquement. Ce n'est pas un jeu que vous jouez avec vous même, ce n'est pas de l'autohypnose. L'union a lieu entre la conscience individuelle et la conscience supra mentale ou la conscience transcendantale. L'union qui a lieu dans la conscience individualisée, entre *jiva* et *Ishvara*, le principe transcendantal, devient un fait.

Cela ne reste pas une idée, ou une obsession émotionnelle. On peut remarquer l'élévation dans la vie d'un *Raja Yogi*.

Le raffinement du physique et du mental, la conscience élevée se trouve unie avec la conscience supra mentale ou transcendantale, cette union produit ce que nous appelons *ânanda* ou le bonheur. Dans la vie d'un individu il y a la manifestation de *sat-chit-ânanda*. La conscience du principe transcendantal d'intelligence est *sat*. La prise en compte des conditionnements passés est *chit*. La prise en compte de la forme physique (et de ses conditionnements) est aussi *chit*, parce que c'est la matière. *Sat-chit-ânanda*, les resplendissantes caractéristiques de l'intelligence souveraine, se manifestent dans le corps humain.

Sri Krishna dit : « C'est ce qui est arrivé dans ma vie. Les gens m'appellent une incarnation, ils m'appellent divin. Mais vous êtes aussi capables d'action divine. La matière, épurée et raffinée, y exprime la qualité divine cachée, l'immanence de cette intelligence suprême en vous. Et l'action divine, l'action qui est libre de l'attachement, de l'engagement personnel, l'action qui est spontanée et facile, permet à cette interaction de se produire. Vous permettez au *karma* d'arriver dans le domaine de votre corps et de votre esprit. Cela devient un *karma* divin. *Arjuna*, vous êtes aussi capables de ce *karma* divin; chaque individu l'est. »

Le *Raja Yoga* donne l'assurance à tous les gens, comme vous et moi, que ce chemin ascendant de la lumière, ce chemin ascendant vers l'intelligence suprême, est à la portée de chacun. Ce n'est pas juste pour quelque privilégié ou quelque élu.

La forte envie d'apprendre et de découvrir, la conscience de la Vie indestructible autour de vous, quand vous voyez cela, le cycle de Vie continue, alors tout cela vous amène à prendre conscience que la Vie est un cycle d'apparition et de disparition. Alors vous ne donnez pas d'importance excessive à la naissance et la mort. Comme les ondulations sur l'eau sont produites et se fondent ensuite dans l'eau, comme les rayons du soleil retournent dans le soleil, aussi l'espèce apparaît de la matière et y retourne quand son potentiel est épuisé.

Alors vous ne donnez pas d'importance excessive à ce qui arrive par vous, le revendiquant comme étant vôtre, vous n'êtes pas déprimé parce que quelque chose tourne mal pour vous, par vous. Si vous suivez le chemin ascendant de raffinement, la purification, l'harmonisation des énergies, le reste suit.

Les vers dix-neuf et vingt expliquent que, si la conscience d'*Ishvara*, *Brahman*, le principe transcendantal souverain de l'intelligence, si la conscience est là comme un courant sous-jacent dans tout que vous faites, alors vous n'avez pas à le prononcer verbalement, vous n'avez pas à en faire un rituel. Si la conscience est là, (vous êtes conscients de votre nom, du pays, du lieu auquel

vous appartenez, vous n'avez pas à en prendre conscience, vous n'avez pas à en parler, intérieurement la Conscience est un courant sous-jacent dans votre conscience de ce que vous êtes, de qui vous êtes, où est votre maison, qui sont les membres de votre famille, tout ce qui est là non manifesté, mais c'est vraiment comme un courant sous-jacent dans la conscience), de la même manière, il y a un courant sous-jacent, une conscience que vous émanez du *Purusha*, de cette intelligence souveraine, une conscience que la matière de votre corps et la matière de la nature proviennent de cette source, si vous êtes conscients de cela, alors cette conscience est le pont entre la matière et l'esprit.

La conscience est le pont entre le manifesté et le non manifesté. Cette conscience fonctionne comme une liaison. Alors vous n'êtes jamais seul, vous n'avez jamais peur.

Si la conscience n'est pas là, alors vous êtes sur le chemin du bas, de l'obscurité, indiquant le chemin de la souffrance mentale. L'un est le chemin de lumière, où il n'y a aucune souffrance psychologique et l'autre est le chemin de l'obscurité, le chemin de l'attachement et de l'identification avec la matière et avec l'esprit. « Vous devez choisir *Arjuna*, entre le chemin de la lumière et le chemin de l'obscurité. »

Encore un point. Dans le *Raja Yoga* il y a un danger. Comme les excellences ont été désignées, maintenant *Sri Krishna* veut avertir *Arjuna*. Il y a une tentation dans le *Hatha Yoga*, par la *kundalini* (le réveil de pouvoirs psycho physiques et l'utilisation de ces pouvoirs pour des expériences occultes), la tentation de se livrer à ces pouvoirs. Le plaisir de ces pouvoirs est là.

Dans le *Karma Yoga* il y a la tentation d'être admiré par d'autres, presque être adoré ou considéré comme un héros ou un leader, ou la tentation de se livrer au sentiment de respectabilité dans la société, parmi les gens. Cette tentation est là.

Et dans le *Bhakti Yoga* il y a la tentation de se livrer à l'intoxication de la musique, de la danse et des rituels. Quand vous chantez des mantras, cela crée une sorte d'intoxication pour le système nerveux, pour le système chimique et vous aimez cette intoxication, vous vous y livrez. Et il y a des pièges dans d'autres *yogas*.

De la même manière, quand les activités physiques ont cédé par la relaxation totale et que les activités mentales ont cédé par le silence ou la méditation et quand la conscience est soulevée jusqu'à la dimension du *samadhi*, qui est au-delà de l'état de veille, du rêve et du sommeil, une dimension en tout différente, quand la conscience est transportée dans cette dimension, au commencement, quand vous avez touché ce point du *samadhi*, il a aussi un effet intoxicant, parce qu'il aboutit à la transe.

Vous savez ce qu'est la transe ? Ce n'est pas votre conscience normale. C'est une sorte de conscience peu commune, parce que l'orbite mentale, le connu, l'esprit conditionné, la structure de la pensée, tout cela est devenu inopérant. Vous avez été soulevés dans une dimension différente.

Mais les énergies dans cette dimension ne se sont pas encore libérées. Elles n'ont pas été activées, elles n'ont pas été mobilisées, elles n'ont pas infusé jusqu'en bas, au niveau sensible. Les énergies dynamiques sont là. Et quand on touche la dimension du *samadhi*, évidemment le corps entier, le cadre physique et le système neurochimique sont stupéfiés. La transe est une sorte de stupéfaction pour le système neurochimique et il y trouve du plaisir aussi.

Ainsi, il y a la tentation de s'attacher à ce no man's land. Comme le sel ou le sucre fondent dans l'eau, la conscience individuelle a disparu. Elle n'a pas encore fondu, mais elle a disparu, elle n'est plus opérationnelle.

Et dans cette transe, quand le mouvement des énergies inconditionnées a lieu et que des pouvoirs inconnus deviennent effectifs dans votre corps, vous voyez l'histoire d'un être humain dans son visage, vous voyez l'avenir. Vous voyez le mouvement de la pensée dans les autres personnes, sans que lui ou elle ouvre la bouche. Vous pouvez voir à une distance de cent ou deux cents kilomètres. Vous avez la clairvoyance, la clairaudience. Vous pouvez toucher une personne malade et il peut être guéri. La manifestation des énergies inconditionnées, quand elles commencent à fonctionner dans l'état de transe, cette phase est une phase dangereuse. Les gens commencent à remarquer la nature extraordinaire des énergies de votre corps, le rougeoiement, l'attraction magnétique vers vous. « *Arjuna*, là est le danger, dans la phase de transe, tout l'inconscient de l'homme vous est exposé et vous pouvez en parler aux gens. Donc cette phase de transe doit être assimilée tranquillement. »

Elle ne doit pas être exprimée, utilisée et exploitée. Autrement, la personne est coincée en haut dans sa transe, le sous-produit du *samadhi*, et elle manque le bonheur réel du *samadhi*. Le sous-produit devient très attirant. C'est pourquoi vous apprécierez l'importance du sutra : « l'humilité est éminemment nécessaire quand la conscience est livrée au puissant pouvoir caché dans le *Brahman* ou le *Purusha*. »

Vous vous souvenez, nous avons commencé le chapitre en disant que l'univers entier est un acte sacrificiel, c'est un mouvement de sacrifice. Si toutes les actions sont faites dans l'attitude de sacrifice et si cette élévation est considérée comme le résultat de la grâce du divin et pas votre propre réussite, pas votre propre accomplissement, si cette humilité de la reddition est là, si l'acuité de la conscience avec l'humilité de la reddition, la clarté de la conscience, la lumière

de conscience avec l'humilité de la reddition est là, alors on passe à travers ce dernier obstacle de la phase de transe.

Si vous voulez vous livrer au plaisir de la transe, vous reviendrez en bas, au chemin d'obscurité. Vous reviendrez à la mort. Alors l'identification avec le cerveau physique, avec la structure de la pensée, reviendra, entrera en vigueur. C'est la source de la souffrance, de la mort. Ici, le mot "mort" est utilisé métaphoriquement. Il représente le royaume de la mort, là où vous souffrez et où l'angoisse et la douleur continuent de pomper vos énergies essentielles. Cela ressemble à un suicide graduel.

Le chemin ascendant est la montée, la conscience du *Brahman* immanent en tout, la révérence pour la matière et les énergies contenues dans cela, et l'humilité de permettre à ces énergies et à l'intelligence souveraine de s'exprimer par vous.

Quand vous êtes entrés dans cette demeure, vous vivez là où votre esprit est. Vous êtes ce qu'est la qualité de votre conscience, pas seulement la forme physique. C'est la gaine extérieure, mais vous êtes ce que la qualité de votre conscience est. Vous êtes ce que votre esprit est, où votre esprit est. Si votre esprit a découvert cette demeure, la conscience du *Brahman* suprême ou du *Purusha*, alors il n'y a plus de mort, il y a une fin à la mort.

Krishna dit à *Arjuna* : « tu as atteint le domicile suprême; c'est mon domicile, c'est où je vis. Je vis dans ce royaume d'immortalité, le royaume de la conscience. Là le soleil de la conscience rayonne brillamment. Je vis là. Et si tu viens là, *Arjuna*, il n'y a désormais aucun retour au chemin de l'obscurité. »

Nous sommes conscients que le dialogue entre *Sri Krishna* et *Arjuna* a eu lieu sur le champ de bataille du *Kurukshetra*. *Arjuna* avait voulu s'échapper de la responsabilité et de l'engagement du combat contre les *Kauravas*. Non seulement il s'est lui-même préparé mentalement pour se battre avec les *Kauravas*, mais il a aussi rassemblé une armée énorme dans ce but et il a demandé à *Sri Krishna* de l'aider dans la bataille. Mais quand il parvient au champ de bataille, il est surmonté par la dépression et l'anéantissement, il veut s'échapper.

Le premier chapitre de la *Gîta* est plein de paroles d'*Arjuna* sans signification, il essaye d'y expliquer à *Krishna* comment les guerres, la violence et le carnage sont désastreux pour l'espèce humaine et le monde. Ce n'est pas seulement ce qui arrive à *Arjuna*; chacun d'entre nous veut échapper un jour ou l'autre, dans sa vie, aux engagements qu'il a pris avec nous ou avec d'autres, au niveau physique ou mental et intellectuel. Nous voulons nous échapper de la responsabilité d'accomplir nos engagements. Et, donc, *Sri Krishna* commence à expliquer *Brahma-vidya* et le *yoga shastra* à son très cher ami et étudiant *Arjuna*.

Il décrit comment toute la Vie est un *yoga*, comment c'est un effort de reconnaissance de l'union de l'esprit et de la matière. Et après la reconnaissance intellectuelle de cela, la façon de le réaliser. La reconnaissance est abstraite, la réalisation est concrète. La réalisation a lieu dans la matière brute et subtile, la reconnaissance est seulement une acceptation mentale du fait. *Sri Krishna* veut qu'*Arjuna* soit réincarné comme un *yogi*. « *Arjuna*, développe en toi l'état de *yoga*, renais de toi-même ». Pour renaître ou se développer en état de *yoga*, il me semble que trois facteurs sont incontournables, non seulement nécessaires, mais inévitables.

D'abord, il y a la connaissance et la reconnaissance de l'infini, de l'éternité de la Vie et du dynamisme de la Vie comme un fait que l'on peut toucher par les sens, saisir par le cerveau et éprouver par le cœur. Ainsi, nous avons la connaissance intellectuelle, avec l'aide des mots, et la reconnaissance du dynamisme de cet infini, de cette éternité, à la fois par les sens et par le mental. La réalité de l'infini et de l'éternité de la Vie est incontournable pour l'étude du *yoga*.

Le deuxième facteur est la compréhension intellectuelle et la reconnaissance du pouvoir de cette vérité, la vérité absolue de la Vie, la vérité absolue de l'éternité et de l'infini de la Vie. Comment cet infini et cette éternité fonctionnent-ils, comment ce principe dynamique de *Chaitanya*, de *Purusha*, de *Brahman* fonctionne-t-il ?

L'infini et l'éternité du *Purusha*, dans ce processus, produisent ce que vous appelez la matière Cosmique. Afin de manifester que cette Vie éternelle est omnisciente, toute-puissante et omniprésente, de manifester ses caractéristiques, il génère l'espace. Car à moins qu'il n'y ait un espace vide, comment voulez-vous être tout-puissant et omniprésent ? Être omniprésent c'est être présent simultanément partout. Mais ce partout doit être d'abord manifesté. L'Espace est la première preuve de l'opération de l'infini et de l'éternité du *Purusha*, de *Brahman* ou de *Chaitanya*.

Dans l'espace est insufflé la *prana shakti* (l'énergie de prana). Tandis que le dynamisme, l'omniscience et l'omnipotence sont prouvés par le vide de l'espace, le dynamisme de cette éternité, ce principe d'intelligence est montré et prouvé par le mouvement de *prana vayu* (le vent).

Le mouvement de *vayu* dans le vide de l'espace produit *agni*, le feu. Du mouvement de *prana*, dans le vide d'espace, naît ce que vous appelez *agni*, le principe de feu. *Prana* est *agni*. Mais *agni* est caché dans *prana* et cela se manifeste.

Le mouvement d'*agni* et de *vayu*, le principe du feu et le dynamisme de *prana*, produit de l'eau, *apa*. Et l'interaction entre eau, feu, et *prana*, dans le vide

d'espace, produit *prithvi*, la solidification des énergies contenues dans l'espace. *Akasha*, *vayu*, *prana*, *agni* et l'eau, sont solidifiés et vous appelez cela *prithvi* ou la terre.

L'énergie de la vérité absolue, du dynamisme, de l'infini et de l'éternité du *Purusha*, le Seigneur *Ishvara*, le *Brahman*, quelle que soit la façon dont vous l'appeliez, cette énergie a provoqué l'apparition de la matière Cosmique. Elle est toujours non individualisée, mais maintenant vous pouvez voir l'omniscience, l'omnipotence et l'omniprésence de *Chaitanya*, de *Purusha*, de cette éternelle Vie. C'est le deuxième facteur qui doit être compris, reconnu et assimilé par la perception, la perception personnelle, la rencontre personnelle au niveau sensuel et cérébral. Cela peut être reconnu et compris.

Et le troisième facteur est que la matière individualisée, c'est ce qu'on appelle les objets et les espèces. Vous et moi sommes le troisième facteur, la matière Cosmique individualisée, un *Purusha*, *Chaitanya*, *Brahman* individualisé.

Krishna l'explique à *Arjuna*, dans le deuxième chapitre sur le *Samkhya Yoga*, qui est basé sur la connaissance intellectuelle. Mais cette connaissance intellectuelle, la reconnaissance intellectuelle et même la réalisation limitée, la réalisation partielle au niveau sensuel et mental, n'aboutissent pas à une nouvelle naissance. Cette connaissance, cette reconnaissance, cette réalisation partielle limitée, les flashes de réalité perçus, les expériences, ne transforment pas, ne transmutent pas la forme physique. Ils ne transforment pas non plus les énergies contenues dans le cadre mental. C'est pourquoi le *Hatha Yoga* et le *Raja Yoga* deviennent nécessaires.

Là, la réorganisation des énergies contenues dans le corps physique, le réarrangement et la réparation des énergies contenues dans la conscience, deviennent nécessaires. Le réarrangement et la réorganisation des énergies contenues dans le cadre physique peuvent être faits par le *Hatha Yoga*. Mais le réarrangement, la réorganisation des énergies mentales, pour que ces énergies soient transformées en de nouvelles énergies, pour que ces énergies mentales perdent toutes les limitations et les conditionnements imposés, cela n'est pas atteint par le *Hatha Yoga* seul, même si vous faites *dharana*, l'exercice de la concentration et de la contemplation. C'est pourquoi, on doit continuer avec le *Raja Yoga*.

Actuellement, les énergies mentales ont un contrôleur appelé l'ego, le Je, le sens du moi, qui assume le rôle d'un principe cohésif, tenant les énergies de la matière grossière, le cadre physique et la matière subtile, l'esprit, sous son contrôle.

La conscience du Je, la conscience de l'ego, veut assumer le rôle du *Brahman* omniscient, omniprésent, tout-puissant, *Purusha*, *Chaitanya*. Ainsi, il

essaye à son niveau de faire au mieux pour contrôler, régler, modeler. Mais le corps physique et le corps mental ont une synergie qui ne commence pas avec votre naissance.

Vous êtes le produit de milliers d'années d'évolution. Évolution dans la nature et évolution dans l'espèce humaine. Vous êtes le produit de tout cela. Ainsi, les énergies et leur impulsion sont très antiques. L'ego, avec l'aide de la conscience, trouve que, quoi qu'il essaye et à maintes reprises, les énergies défient sa volonté. Elles se rebellent. Le physique et le mental se rebellent et se révoltent contre le contrôle, la régulation, la direction donnés par le je, la conscience, le moi.

On doit recourir à quelque chose de drastique, afin que ces énergies soient orientées vers une nouvelle vie, qu'elles soient libérées de l'emprise du passé sur elles, parce que nous sommes un paquet d'habitudes physiques et mentales. Elles constituent notre structure. C'est ce que nous sommes, physiquement et mentalement. Et certaines habitudes sont très rigides, elles n'aiment pas changer. Ces énergies veulent couler dans la direction dans laquelle elles ont été forcées, formées, conditionnées.

Ainsi, pas d'effort intellectuel, pas de lutte émotionnelle, pas de cruauté avec le physique, de répression, de suppression, de déni, de rejet, de négation. Tout ceci est non scientifique. La spiritualité est une science de la Vie. Tout doit être passé en revue scientifiquement, avec une attitude rationnelle, avec un tempérament scientifique, une façon scientifique de fonctionner. Une certaine voie résolue est devenue nécessaire, elle est devenue inévitable. Que peut-elle être ?

C'est le thème de la dernière partie du neuvième chapitre. *Sri Krishna* était non seulement un ami d'*Arjuna*, non seulement une personne ayant muté dans son cadre physique et mental, c'était aussi par excellence un enseignant, quelqu'un qui connaissait la psychologie des gens. Après tout, le *yoga* c'est de la psychologie pratique.

Nous traitons des vers vingt-deux à trente et un.

Regardez la beauté de ses enseignements. *Sri Krishna* dit à *Arjuna* : « le physique et le mental ont été formés pour saisir des choses, les saisir pour les sentir, pour les expérimenter. Cette avidité est enracinée très profondément dans le physique et le mental. Pourquoi ne pas commencer en instruisant le physique et le mental, ne pas changer complètement le processus de saisir en processus de donner ? » Avant que la Vie entière ne puisse être un sacrifice consacré au divin, avant que cela ne puisse devenir un sacrifice holistique, il nous faut commencer par le commencement, apprendre au corps et à l'esprit à donner au lieu de vouloir saisir. S'il saisit, laissez-le au moins se séparer d'une partie de ce qu'il saisit.

Alors vient un beau vers : « *Arjuna*, si une personne offre une feuille, un fruit, ou même un peu d'eau au Seigneur, c'est un commencement ; vous donnez quelque chose que vous considérez vôtre, vous vous séparez de cela. Commencez à donner, et si vous ne pouvez pas donner au nom du Seigneur, du divin, qui est invisible, vous pouvez l'offrir à votre enseignant, vous pouvez l'offrir à un indigent de la société, apprendre à offrir, apprendre à donner. »

Votre corps physique est formaté pour se manifester seulement dans l'acquisition, l'obtention, la réalisation. Pourquoi ne pas éduquer votre physique à servir les autres ? Donnez et offrez, et ensuite recevez de votre action. Pourquoi toutes les actions devraient-elles être égocentriques ? Pourquoi ne seraient-elles pas offertes comme une offrande au divin ?

Rendez service à l'indigent comme si vous l'offriez au Seigneur. Il ne s'agit pas d'obliger la personne malade en la servant, la personne affamée en lui donnant à manger. Vous ne donnez pas quelque chose, vous n'obligez pas, vous servez le Seigneur, l'invisible, qui est omniscient et omniprésent dans tout, dans chaque être, dans chacun.

Servez par le *Karma Yoga*, offrant vos actions, votre argent, vos connaissances aux autres. Mais commencez à donner et à partager, plutôt qu'acquérir, assimiler et garder tout le temps. Quatre ou cinq vers décrivent comment ce partage, cette offrande et ce sacrifice peuvent avoir lieu, graduellement, étape par étape, parce que vous devez vous éduquer.

A moins d'avoir éduqué le physique et le mental (la périphérie) à donner et à partager, à sacrifier et à offrir, la dernière offrande, celle de la conscience de l'ego, ne viendra pas. Parce que l'ego est le centre, le contrôleur, beaucoup plus profond que les autres habitudes de vie, c'est la dernière offrande ; la conscience que vous avez d'être une entité séparée et d'avoir une identité, que vous êtes quelqu'un, quelque chose de très important dans l'univers, cette idée de séparation, cette idée d'être une entité sera votre dernière offrande. Laisser la conscience individuelle s'immerger dans la conscience universelle, par la méditation, c'est la dernière offrande.

Avant cela, il y a un long chemin que vous devez parcourir. Sinon la connaissance intellectuelle de la pénétration du *Purusha* dans *Prakriti*, ou *Chaitanya* dans la matière, ne sera pas vécue. Votre structure n'acceptera pas que le divin soit dans chacun et dans tout. La structure physique ne l'acceptera pas, parce qu'elle est conditionnée à travailler pour sa propre conservation, sa propre procréation, c'est l'instinct de survie, l'instinct pour subvenir aux besoins et préserver le corps physique ainsi que le corps mental. C'est le conditionnement, c'est est la culture. C'est une culture de soi, pas une culture spirituelle.

« Ainsi *Arjuna*, commence à t'éduquer en offrant, en donnant, en servant, en partageant ce que tu possèdes. » Cela doit être traversé, sinon la structure physique ne peut pas coopérer avec toi. Alors tu commences à étudier le *Raja Yoga*. La structure mentale peut ne pas coopérer avec toi, elle peut alors lever des obstacles et des difficultés dans le chemin de la montée, le voyage ascendant, le chemin de la lumière.

Deuxièmement, la structure physique et mentale ne veut pas se remuer, à moins qu'elle ne soit assurée d'un certain bénéfice qui peut être mesuré, que l'on peut montrer à d'autres, qui peut être comparé. Ainsi, après l'acquisition et la propriété vient l'instinct de comparaison, la mesure, l'évaluation, l'énonciation : "j'ai ceci", non seulement l'argent, une maison, une famille et des enfants, mais "j'ai la connaissance, l'expérience, des expériences extrasensorielles, des pouvoirs occultes," faute de pouvoirs matériels. Comment neutralisez-vous cette tendance à entretenir la séparation ? Par l'acquisition de connaissances et d'expériences ? Non.

Par la reddition consciente, en éduquant la structure mentale dans l'humilité. L'humilité viendra par la reconnaissance que la matière toute entière, de laquelle vous avez un corps individualisé, a émané de l'invisible, de l'infini, de la Vie éternelle. Vous ne pouvez pas exister à l'extérieur de cela, *Purusha, Brahman, Chaitanya*. Vous ne pouvez pas être isolés, vous ne pouvez pas être séparés.

Ainsi, avant de prononcer un mot, souviens-toi que le discours n'est possible que grâce à *prana*, qui émane de l'espace, qui s'origine dans *Purusha*. Quand vous prenez votre repas, vous prenez part à la compassion de *Brahman*, la compassion du Seigneur suprême, le divin. Parce que les aliments, les récoltes, les légumes, les fruits, sont cultivés dans la terre et l'être de la terre est sorti de l'eau, du feu, du *prana*, de l'espace, de la source suprême, du *Purusha*. Toute votre existence vient de cela, toutes vos activités et tous les mouvements viennent de cela. Pourquoi ne pas consacrer consciemment chacune de vos activités, chacun de vos mouvements, au Seigneur ? Et comment les consacrez-vous ?

Soyez en conscient. La conscience est l'expression de cette dédicace psychologique intérieure au divin. Sinon, la structure mentale sera consacrée, vouée à ses propres modèles d'habitude. Elle se dévouera et se consacrera à la structure physique, la structure physique à son passé et à ses conditionnements. Quelque part elle leur sera dévouée.

Afin que la conscience du je puisse être un centre stable, elle doit graviter autour de quelque chose. Elle sera consacrée à cette gravitation horizontale autour du passé, autour des habitudes, elle sera consacrée là. Ou bien sa dédicace peut être ascendante, en montée, verticale. Le *Raja Yoga* est le secret de la dédicace verticale et de la dévotion, parce que vous vous offrez à ce qui pénètre

tout. Vos sens ne peuvent pas le voir, votre esprit ne peut pas l'atteindre, les mots ne peuvent pas l'atteindre. L'esprit essaie de son mieux, mais il doit revenir sans l'avoir touché. Les mots non plus ne peuvent pas le toucher. C'est seulement le vide de l'espace qui peut être le terrain pour la révélation de *Chaitanya*. Le silence, le vide de la conscience est le seul domaine où la révélation peut avoir lieu. L'esprit, les mots et les sens physiques, ne peuvent pas l'atteindre. Ce n'est pas un objet spécifique individualisé, ou un individu, que vous pourriez revendiquer vôtre. Horizontalement, ce n'est pas perceptible. Verticalement, on peut avoir la sensation de cela. La compréhension peut se faire avec l'aide des mots, mais la sensation de cela doit être vécu avec votre sensibilité. C'est la sensibilité qui monte vers le haut, verticalement, là où les mots et l'esprit ne peuvent pas atteindre. Seule la sensibilité, la sensibilité perceptive, qui est intelligence, peut l'atteindre, parce que l'intelligence est subtile. L'intellect est la faculté du cerveau, mais l'intelligence est la sensibilité, c'est l'énergie du vide, l'énergie du silence.

Vous devez commencer par le grossier. Prenez d'abord le niveau physique, partager, donner, servir. Venez alors au mental. Instruisez le mental, changez le point de dévotion et la dédicace. Au lieu d'être consacré à vos pensées propres, à vos réactions, à ce que vous aimez ou n'aimez pas, changez le point de dévotion et la dédicace, passez du je et du moi à cela, il ou elle, quelle que soit la façon dont vous appelez le Seigneur, la source de création, l'intelligence.

Changez le point de dédicace, c'est ce dont *Krishna* parle de façon radicale. Cette dédicace consciente, cette détermination pour que la vie soit une consécration, pour que tous les mouvements physiques et mentaux soient maintenant une offrande au divin, une consécration au divin, une offrande à la Vie Cosmique, une offrande à Dieu omniscient, tout-puissant, omniprésent. Ce point de dédicace changé, il en sort une énergie de conscience qui est une énergie très particulière.

La pensée est matière, le corps physique est de la matière grossière, l'esprit et la pensée sont de la matière subtile. L'énergie, la vitesse, la couleur de la pensée, tout cela a été mesuré, identifié. Des livres ont été écrits par des psychologues et des scientifiques. Mais le silence ne peut pas être mesuré, l'amour ne peut pas être mesuré. Cette énergie particulière, qui a été cachée dans le silence, cette énergie d'intelligence est immesurable.

La *prana shakti* qui pénètre tout le Cosmos est immesurable. Quand vous inspirez, dans le processus d'inhalation, vous aspirez non seulement le vent, *vayu*, vous inhalez le *prana* cosmique. Autrement le *prânâyâma* serait juste de la gymnastique. Donc la *prana shakti* est immesurable. De la même manière l'énergie particulière d'intelligence, qui est la sensibilité perceptrice, qui est

appelée *prajna* dans les *Vedas*, les *Upanishads*, la *Gîta* et les *Brahma Sutras*, est capable de montée, de mouvement vertical.

Elle peut se dissocier du physique, de l'élément eau, qui est la circulation du sang, la *prana shakti* dans votre corps. Elle peut se dissocier de tout cela et être unie avec l'illimité, l'immesurable, l'unique. C'est le dernier sacrifice ou la consécration, faisant tout pour le divin, comme une offrande au divin. Chaque mouvement de votre vie, l'acte de vie lui-même devient une offrande au divin.

Si cela arrive, il y a déplacement de l'horizontal au vertical, ne sacrifiant pas l'un pour l'autre, mais coordonnant les deux : l'horizontal au niveau sensuel et le vertical au niveau mental. Alors ce mouvement ascendant de montée de l'énergie d'intelligence en vous, pénètre votre corps tout entier. S'il-vous-plaît voyez cela.

Le corps, comme la terre, a une intelligence organique. Il vous dit quand manger, combien manger, quand dormir, combien dormir. Écoutez cette intelligence et ne devenez pas la victime du passé, des habitudes, des traditions, des conventions, des croyances, des superstitions. Si vous n'êtes pas gouvernés par le passé et que vous écoutez le corps, il vous dit de quoi il a besoin, quels sont les manques dans votre corps, quand lui donner des protéines, des minéraux, des vitamines, etc.

Le corps humain est une manifestation de la Réalité cosmique. Plus vous comprenez la complexité de votre corps physique et le miracle de son mouvement à l'intérieur, son pouvoir d'analyser, de convertir les énergies, de transmuter les énergies, plus vous observez cela plus vous êtes stupéfaits, parce que le corps humain est un tel miracle, autant que je puisse le voir.

Ainsi, le mouvement physique, consacré au divin, exige que vous teniez le corps hors de toutes les impuretés, parce qu'il est une offrande au Seigneur. Comment pouvez-vous le surcharger avec l'alimentation ou le sous-alimenter ? Comment pouvez-vous dormir trop longtemps ou ne pas lui accorder le sommeil convenable ? Comment pouvez-vous employer improprement le discours, qui est un cadeau divin, en en abusant ? Comment pouvez-vous utiliser la faculté de penser, d'imaginer, de mémoriser, de façon injustifiée ?

Il y a un sutra qui dit que la purification est le seul principe stimulant dans notre vie. L'instinct de survie et l'instinct de se nourrir, qui ont été emprisonnés dans un processus d'acquisition exclusive, en sont libérés, pour que la survie et la nourriture soient au service de la purification du corps, pour qu'ils deviennent une offrande appropriée au Seigneur. De même avec le mental, le corps mental : la conscience du je, la conscience de l'ego, se préoccupe de la pureté de son mouvement.

Je n'utilise le terme de purification dans aucun sens éthique ou moral. Je l'utilise pour une mise en ordre scientifique, un réarrangement, une réorganisation des énergies. L'harmonisation des énergies est le but de la science. L'ordre n'est rien qu'harmoniser les énergies pour qu'elles fonctionnent sans à-coup.

Notre corps physique et notre mental sont devenus des instruments dans les mains du Seigneur et les actions mondaines ont la saveur de la divinité. Le yoga est la science de divinisation de ce qui est matériel, divinisation de la vie humaine. Ce n'est pas une évasion de l'homme vers une spiritualité abstraite, mais ici et maintenant permettre au divin de s'exprimer ; comme il s'exprime lui-même dans la matière cosmique, dans la *mula prakriti*, lui permettre de s'exprimer aussi dans la *prakriti* (le corps humain et l'esprit). Ce *Raja Yoga* est si fascinant, c'est le secret chemin souverain d'ascension vers le chemin de lumière, où il n'y a plus aucun retour en arrière vers le chemin de la souffrance et de l'obscurité.

Dans la Vie cosmique, a lieu la danse de l'impérissable et du périssable, de l'infini et du fini, de l'éternel et du temporel : la danse de l'apparition et de la dissolution continue. De la même manière, dans la vie d'un individu qui a appris le secret pour épurer la matière grossière, affiner le mental, et les diviniser tous deux, les transformer en un instrument approprié pour que le divin suprême puisse s'exprimer, c'est la même danse qui continue entre le périssable et l'impérissable.

On doit retenir le dernier point dans ce chapitre neuf : une fois que vous avez dépassé la compréhension intellectuelle ou la reconnaissance intellectuelle, par le réveil de l'intelligence, c'est comme un pont invisible entre le non manifesté et le manifesté de votre corps, une fois que ce pont est construit, il n'est jamais démonté, il ne peut pas être détruit. Quoique vous demeuriez dans votre corps manifesté, vous demeurez aussi dans la source non manifestée de la création.

L'enseignant de *Krishna* était un sage appelé *Aghora* et l'enseignant de ce dernier était un sage appelé *Angirasa*. *Krishna* précise à *Arjuna* : « j'ai appris le secret de cette façon d'être de l'impérissable, de l'éternel, de l'infini, du divin et étant simultanément dans le périssable, le limité, le mortel, je l'ai appris aussi de mes enseignants. Non seulement quand je dors, pendant le sommeil profond, je suis transporté par la conscience dans l'infini. Mais, même en vivant les heures éveillées, quoi que je fasse, j'y demeure. Je demeure dans l'infini et fonctionne dans le fini. Ma conscience est dans le divin, l'éternité, le *Brahman*. Je suis dans la source, avec la source de la création, avec le *Purusha*, le *Brahman* et je suis avec la *prakriti*. *Arjuna*, tu peux aussi apprendre cet art d'être simultanément dans le non manifesté et le manifesté. »

Si quelqu'un d'entre vous a étudié la philosophie bouddhiste, il sait qu'elle parle aussi de cette vie à la source de l'intelligence. Ici aussi, dans la *Gîta*, les

Vedas et les *Upanishads*, l'individu est pénétré par *prajna*, l'intelligence. Les énergies physiques sont limitées par notre forme physique ; les énergies mentales sont limitées par notre structure d'habitude. Mais cette énergie de *prajna*, l'intelligence, née du silence de la méditation est illimitée. Elle est immesurable et elle est infinie.

Notre structure physique et mentale devient le domicile de *prajna*, de l'intelligence. On nomme cela transformation. Ce que les gens appellent l'émancipation, la transformation, la libération, *moksha* n'est rien d'autre que ce qui arrive à une personne qui est remplie de cette intelligence, qui n'est pas attachée, consacrée ou dévouée au corps physique biologique, qui n'est pas non plus attachée, consacrée, identifiée, vouée au corps mental, (lequel est constitué du passé, des conditionnements, des *samskaras*), mais consacrée et vouée seulement au *Brahman*.

« Alors *Arjuna*, tu es parvenu à la maison dans laquelle je demeure, d'où il n'y a aucun retour en arrière, aucune rechute. »

C'est le *Raja Yoga* le plus secret, le chemin de la lumière impérissable. Ainsi s'achève le neuvième chapitre, le chemin souverain pour créer l'équilibre entre la conscience de l'impérissable et la *prakriti* périssable. Vous n'ignorez pas la matière pour être fascinés par l'esprit, vous n'êtes pas non plus fascinés par la matière pour ignorer l'esprit, mais vous créez un nouvel équilibre dans le rapport des deux, dans le fonctionnement des deux. Cette nouvelle équanimité, ce nouvel équilibre est appelé l'essence du *yoga*, c'est ce que nous avons vu dans le deuxième chapitre : « *l'équanimité intérieure et extérieure est l'essence du yoga.* »