

**Conférences
par
Shri Shyam Sundar Goswami**

VOLUME 1

Conférence 1

La signification du yoga n'est pas bien perçue en Occident. Le Yoga a un arrière-plan philosophique encore que cela dépend de ce que nous entendons par philosophie. Il ne s'agit pas simplement de l'étude intellectuelle d'un sujet, bien que l'aspect intellectuel joue aussi un rôle important. Bien que ce soit une philosophie, ce terme est ici utilisée comme un équivalent au mot sanscrit *darshana*, qui veut simplement dire littéralement « voir ». Et cela signifie ici la réalisation de la Vérité, bien que cette réalisation ne soit pas une reconnaissance intellectuelle de quelque chose, puisqu'aussi bien notre intellect ne peut jamais aller au-delà du niveau sensoriel.

Au-delà se trouve un aspect du mental, par lequel la Vérité est réalisée, ce qui n'est pas possible au niveau sensoriel. Mais cette Vérité peut alors être ramenée au niveau sensoriel. A ce niveau nous pouvons seulement voir à l'aide de nos yeux, et de même avec les autres quatre sens : l'ouïe, le toucher, le goût, l'odorat.

Or, tous ces phénomènes sensoriels sont limités par les organes physiques externes, et par les sens opérant à travers eux. Aussi tous nos points de vue à ce niveau mettent en exergue le mental restreint. Derrière ces phénomènes de perception se trouve le phénomène exclusif du mental, par lequel les facteurs de perception sont modifiés.

Mais *darshana*, que nous obtenons par l'extra-sensoriel, aux niveaux suprasensoriel et présensoriel, est une réalisation sans l'aide d'aucun organe physique. Quand la Vérité est aperçue (au sens technique du

terme) de cette façon c'est-à-dire sans l'aide des sens, c'est d'abord pour une expression, une communication envers les autres, ou comme un souvenir, réduit au niveau sensoriel, et donc l'individu ne le connaît complètement que par *smriti*, ou mémoire, l'ensemble devenant un *vritti*, ou le moulage de la conscience objective dans un modèle particulier comme cela se produit chaque fois qu'une image du monde est reflétée dans l'aspect objectif de la conscience.

Et la conscience est une connaissance - mais de quoi ? Celle-ci est intimement liée à ce que nous souhaitons connaître, ce qui ne saurait exister à moins qu'il y ait un connaisseur. Celui qui connaît est alors le sujet, ou Je – principe, qui peut être soit vague, soit prédominant. Ainsi la conscience du Je, l'entité qui connaît, est la conscience subjective. Mais cette connaissance est restreinte et quand il y a quelque chose dans le Je, ce savoir n'est pas alimenté de l'intérieur, mais le Je, c'est-à-dire le connaisseur se projette au-delà de sa frontière. Ce qui doit être connu devient alors l'objet. Aussi, Je, en tant que sujet, projetant au-delà de sa frontière comme conscience subjective, tend vers ce qui doit être connu qui est donc la conscience objective. Ainsi notre conscience est toujours double : en tant que Je – conscience, et tout ce qui lui est externe, ou objet.

Mais quand l'objet est connu au-delà du sensoriel, par exemple sans son aide, c'est alors une réalisation de l'objet par un processus entièrement différent qui s'opère à l'aide de la puissance interne du mental. Saturé de son pouvoir, le Je peut ainsi connaître. Au niveau sensoriel nous ne pouvons savoir qu'en utilisant nos sens. Le monde cosmique que nous vivons est le résultat du fonctionnement de nos cinq sens dans leur interaction. Cependant, nous ne savons pas du tout ce qu'est la réelle forme du monde qui nous entoure, limités que nous sommes par les sens ; nous le percevons alors comme à travers des verres teintés qui le

modifient. Le monde objectif se trouve modifié par l'action des sens, et nous l'acceptons tel qu'il est.

LA plupart d'entre nous utilisant les mêmes méthodes, nous arrivons à peu près aux mêmes résultats dans la connaissance du monde cosmique - un mélange des cinq sens, et des formes qui ne sont que comme nous les voyons. Mais quand nous prenons connaissance du monde à partir des niveaux extra-sensoriels, nous pouvons alors dire que là commence le véritable *darshana*, puisque la réalisation ne dépend plus des sens mais du mental proprement dit. La philosophie c'est précisément lorsque la réalisation de cette Vérité est ramenée au niveau sensoriel, exprimée et soumise à l'intellect. Il est habituellement noté que quand on donne une forme sensorielle à des formes de pensée élevées, bien des gens, ne incapables d'une réflexion profonde, les considèrent comme simple verbiage dans leur incapacité de les saisir. Et pourtant c'est lorsqu'il lui est donné une forme sensorielle, que cette haute Vérité intérieure devient la philosophie du Yoga. Car le Yoga devient effectivement philosophie, quand il est ramené au plan sensoriel. Au dessus de ce niveau, c'est la science de la réalisation proprement dite, laquelle n'est pas obtenue à l'aide des sens mais dans une aperception - connaissance directe. Cette distinction est très importance. Ainsi avons-nous deux formes de connaissance :

- 1) la connaissance du monde sensoriel, que est appréhendé par les sens
- 2) la connaissance de ce qui ne peut pas être appréhendé par les sens.

Le savoir sensoriel est toujours restreint. Nous voyons par exemple une chose à l'aide de nos yeux ; mais quand elle est placée à une grande distance, les yeux ne peuvent pas la saisir, comme si elle disparaissait de notre vue, alors qu'elle est toujours là. La cause en est la limitation de notre vision. Les restrictions sensorielles sont de 3 sortes :

- 1) l'espace, mesuré par la distance,

- 2) la taille de l'objet - s'il devient trop petit, il ne peut plus être vu,
- 3) l'obstruction ; si quelque chose se trouve entre nous et l'objet, nous ne pouvons pas le voir, même s'il est là.

Ces limitations opèrent dans tous les phénomènes sensoriels. Il est vrai que la portée des sens peut être augmentée par voie instrumentale (par exemple le microscope, les lunettes, etc.) qui améliorant le pouvoir sensoriel. Mais là où l'appareil le plus sensible échoue à montrer quelque chose, l'objet indique sa dimension extra-sensorielle. Il y a donc de choses, qui échappent à nos sens, qui sont ici nos seuls moyens de connaissance. L'expérience olfactive, par exemple, ne peut être obtenue que par l'odorat. Or, certains facteurs d'odeur ne peuvent pas être perçus par notre sens olfactif et, n'existant pas au niveau sensoriel, nous disons simplement qu'ils n'existent pas du tout. Néanmoins, à un certain niveau mental ils peuvent être perçus. C'est alors le niveau suprasensoriel. Aussi devons faire la différence entre le niveau ordinaire de perception et ce niveau suprasensoriel. Et nous avons là l'appréhension directe du mental, qui est *darshana*, ou une réalisation qui ne peut être atteinte, à moins de nous élever à ce niveau, et que nous lui donnions alors la forme sensorielle qui s'ensuit de cette réalisation. Cette réalisation peu paraître simple et pourtant suppose plus d'explications pour devenir intelligible, et donc une présentation intellectuelle. Ce qui a été réalisé au-delà du niveau sensoriel est pure philosophie alors que les objets sensible qui dépendent de la perception sensorielle peuvent être expliqués plus aisément.

Le Yoga est une Vérité « réalisée » et c'est pour le bénéfice de ceux qui ne sont pas capables de s'élever à ces niveaux supérieurs que des grands maîtres lui ont donné et lui donnent encore une forme intellectuelle, connue comme la philosophie du Yoga. Nous y trouvons deux principes majeurs : la reconnaissance d'expériences qui se situent au-delà du niveau sensoriel et la reconnaissance d'expériences sensorielles façonnées dans un modèle avec l'aide duquel nous pouvons alors dépasser le

sensoriel, pour la réalisation d'une Vérité, qui est bien plus raréfiée que cela ne peut jamais être au niveau ordinaire de la perception.

Cependant, cet arrière-plan philosophique nécessite plusieurs explications car le Yoga n'est pas une philosophie courante dont l'objet n'est pas réalisé par le philosophe, qui se limite donc le plus souvent à un savoir purement intellectuel exposé dans un langage savant. Ici nous avons une vérité intérieure latente et la possibilité de sa réalisation, qui permet à l'homme de fonctionner et vivre d'une bien meilleure manière. C'est donc une réalisation spirituelle qui nous aide à tendre vers un mode de vie plus harmonieux et meilleur et à comprendre aussi la vie de façon plus lucide.

Allons-nous nous efforcer d'obtenir cela, pour tirer meilleur profit des plaisirs de la vie ? Ou la motivation réside-t-elle en notre lassitude grandissante des expériences et échecs ici-bas et qui nous dégoûte de la vie ? La reconnaissance de ce que la vie nous donne ici et maintenant sous forme de plaisirs et de souffrances n'a guère d'importance. C'est ce qui se cache derrière qui est important.

Le Yoga n'a pas pour but de nous débarrasser du sensoriel, mais de l'utiliser d'une meilleure manière, puisqu'il a aussi sa raison d'être. Au départ nous sommes bien des êtres vivants pour lesquels le sensoriel a sa pleine raison d'être. Le Yoga enseigne que nous pouvons mieux nous adapter ici-bas de sorte que les phénomènes sensoriels ne nous interdisent pas

l'acquisition et la réalisation de potentialités élevées. Le Yoga est le lien qui réunit le sensoriel et l'au-delà. Le sujet du Hatha-Yoga est donc la science, à l'aide de laquelle nous pouvons façonner le corps, les sens et le mental en un modèle qui nous aidera à dépasser le sensoriel et à prendre conscience d'une vérité plus haute et du pouvoir mental.

Les croyants et gens pieux sont fort bien conscients de l'aspect spirituel de la vie. Mais beaucoup pensent que c'est contraire à tout plaisir. La

spiritualité a cependant des dimensions tout aussi bien matérielles qu'immatérielles. C'est là notre point de départ. Mais à moins d'être spirituellement éveillé, quelle possibilité avons-nous de nous manifester en tant qu'êtres humains, différents de l'animal ? L'ensemble des facultés humaines et de la pensée n'est pas suffisant. Le mental laisse constamment fuir sa force et se retrouve ainsi, par des oscillations incessantes, dans un état confus. Il en résulte que beaucoup d'énergie physique est ainsi gaspillée et que nous ne pouvons pas faire comme nous voulons, ou pourrions le faire, si nous étions capables de conserver cette énergie. Aussi, l'éveil à nous-mêmes est la toute première priorité qui nous fera prendre conscience qu'en nous réside d'immenses richesses, et le plus souvent à notre insu. Beaucoup, en raison de la faible estime qu'ils ont d'eux-mêmes, ne croient même pas que de telles facultés latentes puissent exister. C'est pourquoi la toute première étape de la voie spirituelle consiste à apprendre à reconnaître nos pouvoirs latents, qui n'attendent que d'être réveillés. C'est là que commence la véritable vie spirituelle. Car le spirituel est aussi réel que nous le sommes: il existe comme nous existons bien que, bien sûr, nous pouvons le laisser passer et l'ignorer, trop occupés que nous sommes par des choses extérieures, au point même d'ignorer de voir et de croire en cette force.

Le Yoga peut ainsi parfaire notre éducation. Si l'étude et la formation permettent d'acquérir maintes choses, la connaissance de nous-mêmes en est absente. Il s'agit là d'une éducation que l'on peut considérée comme étant déséquilibrée.

C'est pourquoi le Yoga dit : « Lève toi, réveille toi et cherche un maître qui t'instruise afin que tu puisses savoir qui tu es, car cela est réellement nécessaire ». Le reste doit bien sûr être aussi appris, mais c'est ce facteur si essentiel qui fera la différence. Car nous pourrions alors développer notre pouvoir de contrôle sur le corps, notre système nerveux et notre vie entière, tant au niveau théorique que pratique, à condition toutefois de faire preuve de patience et de détermination.

