

Conférences par Shri Shyam Sundar Goswami

(I.40)

Les karmendriyas

Si nous analysons l'ensemble de nos actions corporelles volontaires, nous notons qu'en fait elles suivent ont un mouvement qui va du mental au physique, du subtil au grossier, du centre vers la circonférence. Par la volonté ou le désir, nous pouvons modifier ou mettre fin aux activités initiées par notre volonté mais pas toutes les actions, puisque certaines, comme les fonctions organiques, ne relèvent pas directement du mental.

Les muscles externes ou squelettiques sont les instruments physiques qui permettent de mettre en oeuvre la réalisation de la volonté. Ces muscles volontaires sont utilisés dans les *asanas* (postures du Yoga) qui obéissent ainsi aux instructions transmises au cours d'une vague d'impulsions du mental. Assumer une *asana* particulière se résume donc à un certain mouvement descendant. S'exprimant par la volonté, le mental agit sur les nerfs appropriés qui transmettent une impulsion aux muscles sollicités, permettant ainsi d'assumer l'*asana* souhaitée et son maintien statique le cas échéant. L'*asana* est ainsi l'effet d'un mouvement vers le bas. Dès que l'*asana* est en place, le mouvement descendant est absorbé avant de cesser en bout de course. Le mental ne peut pas initier un nouveau mouvement à moins d'interrompre le maintien de l'*asana* adoptée, ce qui n'implique aucunement une influence spécifique de l'*asana* sur le mental, qui demeure toujours libre dans le maintien de l'*asana* et dont le contenu, les pensées, ne cesse d'affluer son univers constamment actif.

L'analyse du flux de nos pensées indique que celles-ci, dans une large mesure, supposent d'une façon ou d'une autre la participation des organes

principaux liés à l'action. On distingue 5 catégories d'organes, appelés *karmendriyas*:

- 1) les organes supérieurs dits préhensifs (bras et des mains);
- 2) les organes inférieurs de locomotion, (jambes et pieds);
- 3) les organes de l'expression orale (gorge, bouche et langue);
- 4) les organes d'élimination (rectum, vessie, peau et poumons)
- 5) les organes génitaux.

Chacune de nos actions implique la pensée qui opère par interaction et en étroite collaboration dans le flux sensoriel des 5 *karmendriyas* - ce qui n'exclut aucunement d'autres associations.

L'action est implicite à la pensée. Pour voir le jour l'action passe nécessairement par un mouvement ondulatoire descendant. Il est difficile d'imaginer quoique ce soit qui n'implique pas ce mouvement vers le bas.

La contribution spécifique du Hatha-Yoga réside dans une thèse qui soutient qu'il est impossible de maîtriser les pensées ordinaires sans créer au préalable un terrain propice à l'introduction d'un schéma de réversion.

Mais comment ?

La réponse se trouve dans la discipline du Hatha-Yoga qui prévoit un processus permettant une inversion ondulatoire des 5 modèles fondamentaux liés aux 5 *karmendriyas*.

Ainsi est-il possible dans plusieurs asanas d'arrêter à volonté le fonctionnement des organes qui impliquent les *karmendriyas*.

Il est tout à fait possible, par exemple, d'inhiber une action exécutée par les bras ou les jambes ; ce qui n'implique pas pour autant un mouvement inversé au niveau mental. Celui-ci peut toujours continuer ses activités au cours du maintien de l'*asana*. C'est précisément sur ce point précis, qu'il faut pourtant soulever le rôle que joue ici la volonté.

La faculté qu'a la volonté d'initier un mouvement sur la musculature squelettique, en fonction de la capacité anatomique de l'individu, se déroule en deux étapes : la volonté elle-même et celle de *kriti* (conation) ou capacité d'agir volontairement. Causale, cette faculté d'agir peut toutefois être inhibée dès lors que le système nerveux ne transmet plus ses impulsions. Dans *l'asana* nous ne pouvons contrôler l'action que jusqu'au point limite de la conation. Bien que cette conation ne représente pas la volonté proprement dite, il n'en demeure pas moins qu'en atteignant ce point précis permet la cessation opératoire de la volonté. C'est ainsi que l'on peut raisonnablement prétendre à un mouvement d'inversion.

Nous ne savons pas exactement ce qui se passe entre le vouloir et le point conatif ou l'action ; nous savons toutefois que lorsque la maîtrise s'étend à la conation, la volonté n'est plus en mesure d'initier un mouvement quelconque. C'est ainsi que l'on peut prétendre que, jusqu'au point de la conation, *l'asana* peut être considérée comme étant un mouvement d'inversion. A contrario, *l'asana* n'est autre qu'une posture quelconque du corps tant que la pensée est libre d'errer à sa guise et la conation non maîtrisée. C'est la raison pour laquelle la discipline du Hatha-Yoga inclut des postures statiques, qui ont la vertu de promouvoir *sthira* et *sukha* (fermeté et aise) deux facteurs fort appréciés dans ce contexte, car c'est alors que l'effet d'inversion amorcé par *l'asana* s'étendra au point conatif pour se déconnecter ensuite de la volonté et empêcher ainsi la production de tout mouvement dérangeant.