

L'interactivité de trois gunas dans la conscience active

1. Kshipta* = rajas + tamas + sattva
2. Vikshipta = rajas + sattva + tamas
3. Moudha = rajas + tamas + (sattva)
4. Ekâgra = sattva + rajas + tamas

Trois principes fondamentaux opèrent constamment dans notre conscience. La somme totale de leurs effets forme *antahkârana*, en bref - le mental. Lorsque les trois principes sont équilibrés, le mental est quasiment inexistant. Affirmer que les principes sont en équilibre, c'est dire qu'ils sont non opérationnels. L'aménagement dans le mental n'est possible que sous 3 formes principales. Quand leur équilibre est rompu, c'est signe que les trois principes sont en état de manifestation.

Lorsque l'un d'entre eux est actif, il ne pourra agir indépendamment car aussitôt les 2 autres se manifestent, bien que dans des proportions différentes selon les phénomènes manifestés. Par conséquent, leur interdépendance est incontournable, même si l'un d'eux domine les autres à un moment donné. Ces 3 principes évoluent continûment mais en proportions variables.

Lorsque par exemple c'est rajas qui prédomine dans un certain phénomène, s'y trouvera aussi une légère trace de *sattva*, ce qui témoigne de la présence effective ce principe, mais à peine exprimé ou développant une forme de conscience, une notion de ce qui est réalisé par *rajas*, sans plus. Ici, *tamas* opère conjointement à *sattva* mais à un moindre degré et avec l'option de ne pas subir son action.

Tamas couvre ainsi *sattva* quasiment dans son intégralité; le reste pénètre dans le champ propre à *rajas* qui donne une forme oscillatoire à la

conscience.

Ce type de conscience est la trace de ce qui reste de *sattva*, éclipsé par *tamas*, et n'en préservant qu'une faible trace. Dans l'état qui caractérise *chitta*, sous l'influence de *rajas* la conscience est agitée ne laissant à *sattva* qu'un rôle moindre alors que le reste demeure sous l'influence de *tamas*.

Il s'agit ici de l'état mental de *kshipta* dans lequel le facteur de la prise de conscience, ou *sattva*, est à peine ébauché, le reste étant éclipsé par *tamas* dont l'effet d'inertie cause l'absorption de *sattva*. La conscience oscillatoire est donc la résultante de l'absorption de *sattva* par *tamas* lorsque les deux sont réunis.

Combien de l'influence de *sattva* peut-on déceler au niveau de la conscience dans l'état de *kshipta*, qui est le facteur dominant de notre vie?

Nous jouissons bien sûr d'une certaine connaissance, de compréhension, d'un intellect, de la faculté de raisonner, comparer, juger, calculer et décider, mais en fait tout cela n'est pas grand-chose.

Quiconque toutefois possède ces facultés et insiste avec succès sur *tamas*, verra ce principe laisser place à *sattva* dans une mesure telle que l'influence de *rajas* ne se fera plus ressentir au niveau des oscillations de la conscience. Privé de son influence *rajasique*, *sattva* prédomine créant ainsi un état appelé *ekâgra*. Dans ce 4ème état du mental, nous aurons ainsi *sattva* plus *rajas* plus *tamas*, dont l'influence est moindre ici tandis que *sattva* devient le facteur prépondérant - alors qu'auparavant c'était soit *rajas* soit *tamas* qui dominaient.

Ainsi donc, lorsque nous réalisons un état où *sattva* est prédominant, c'est le mental tout entier y compris l'intellect qui se différenciera des états où les trois autres principes dominant, et le niveau intellectuel sera affecté.

Au niveau sensoriel les états de *kshipta* et *vikshipta* sont ce que nous avons de mieux. Là notre éminence mentale est surtout du type *rajas*, et bien sûr

nous sommes fiers de notre intellect ou mieux d'avoir une "grosse tête" ». C'est pourtant à ce point précis que se situent nos limites - ce qui est fort dommage, mais il en est ainsi; pour ce qui fait défaut nous nous efforcerons de le trouver ailleurs....

Mais atteindre un état mental *sattvique*, n'est possible que par le développement que prévoit la pratique du Yoga. Une définition très simplifiée du Yoga serait d'affirmer que sa pratique permet au mental de transformer ses trois modalités ordinaires en une quatrième, qui devient alors un réel point de départ. Les trois premières modalités changent constamment, en fonction des individus et dans le temps et des différentes mentalités chez l'homme. Dans ces états de mutation permanents, il n'y a pas de trace du Yoga qui en fait ne commence qu'avec la quatrième - transformation des 3 autres modalités ordinaires de notre vie mentale - dans cet état qui est désigné comme étant *ekâgra*.

Or cela n'est possible qu'à l'aide du Yoga et c'est précisément ici que la concentration mentale commence.

Le processus d'absorption de *tamas*, est inauguré par lui-même dans chacune de ses étapes. Le terme utilisé pour désigner les 5 formes de *tamas* est *bija*. (Pour *rajas* c'est *nada*, et pour *sattva* - *bindu*). A ces débuts le processus d'absorption parcourt les 5 étapes. Le premier effet se produit dans une forme qui est caractérisée par une absorption minimale de *sattva*. Mais déjà à la prochaine étape de la *progression*, c'est-à-dire dans la seconde forme, l'absorption est significative ne cessant de croître jusqu'à la cinquième étape de l'absorption qui est alors à son apogée. Ainsi, au stages grossiers et subtils de *sthula* et *svarupa*, il n'y a de *sattva* que ce qui est nécessaire pour produire les formes oscillatoires de la conscience; et ici notre mental ne peut que percevoir ce qui lui est présenté par l'intermédiaire

des sens. Ce que nous pouvons comprendre à ce stade correspond à l'absorption maximale de *sattva* dans notre mental. Le reste n'est que forme oscillatoire. Ceci explique les limites, à ce niveau du mental, de nos facultés d'appréhension et de connaissance.

C'est pourquoi il est intéressant et pratique d'étudier cette dernière forme si subtile (*sthula*) du mental et la corrélation, ici, entre mental et forme - la relation corps et âme.

*Un des cinq état du mental - *kshipta*, *vikshipta*, *moudha*, *ekâgra*, *nirodha* dans la classification du sage Patanjali.