

Message 53

Ananda Sanga, Somerset West, Afrique du Sud le 17 Décembre 2002.

Quintessence des enseignements d'introduction à l'Initiation au Kriya Yoga.

Le Kriya Yoga, ce qu'il n'est pas :

Ce n'est pas une méthode de culture physique, un programme d'auto-hypnose, une pseudo entreprise de guérison, une supercherie Tantrique, Mantrique ou Yantrique ; ce n'est pas un lavage de cerveau par un système de croyances roublard, calculateur, fantastique et fanatique ; ce n'est pas une recherche de sédation, de sécurité et de consolation au travers de récits, de conjectures et de vente de miracles ; ce ne sont pas des justifications morales ni des sermons stupides ; ce ne sont ni des phrases ronflantes ni des quêtes saintes ou des paradoxes ; ni une connaissance philosophique, ni des techniques psychologiques ; ni une croyance, ni une secte ou un culte ; ni prétention ni postulat d'aucune sorte ; ce n'est pas de l'adoration de soi, du développement de soi ou de la promotion de soi sous le masque de la Réalisation de Soi ; ce n'est pas un encouragement à la perpétuation des réflexes conditionnés résultant de l'éducation ou de l'expérience ; ce n'est pas fuir nos relations et nos responsabilités ; ce ne sont ni des titres ni un vêtement ou une coiffure spéciale ; ce n'est pas la violence, la malice, l'addiction ou l'attachement ; ce n'est pas une accumulation de pieux mensonges ; ce n'est pas l'ambition, la peur, l'envie, la dépendance sous différentes formes ; ce n'est pas de la corruption psychologique ou un chantage d'astrologue, de diseur de bonne aventure ou de médium.

Le Kriya Yoga, ce qu'il est :

C'est être calme et établi dans le contentement sans avoir continuellement des pensées, ce qui est l'indication d'une conscience bornée. Dans la vie en yoga, les pensées apparaissent de manière discontinue, quand cela s'avère nécessaire, comme une réponse à un stimulus ou à un besoin de la vie courante, puis elles retournent régulièrement au silence (absence de pensée). La vie avec son instinct de survie et son intelligence créative (non pas l'intellect limité) gouverne le corps qui est de ce fait soustrait à la domination et à la préoccupation de la conscience séparatrice (le mental et l'ego). Le corps est alors disponible à une conscience pleine de décorum, aérienne et aiguës, au delà des opposés, et non à la conscience du "je" étroite, déformée, déprimante et plongée dans l'illusion. La vie est alors simple et austère, pleine de charité et de compassion, basée sur les perceptions sensorielles et non sur la sensualité ; basée sur les justes besoins et non sur les désirs et les gratifications. La vie est alors régulée par les kriyas du frein de la langue, par la neutralisation de l'inspiration par l'expiration, par les vibrations du son cosmique au niveau du nombril, par la neutralisation de la sexualité sans interférence avec l'énergie sexuelle, par l'élimination des inhibitions, des obsessions, du stress et des refoulements, dans un processus et une pratique qui ne demandent pas beaucoup d'efforts. Les dépendances et des conflits cessent alors tout naturellement. La méditation survient alors sans la présence du méditant nuisible (le mental et l'ego). Le Samadhi n'est plus alors un coma de type diabétique ou engendré par une fatigue excessive, mais c'est être réceptif à une formidable énergie d'équanimité, à la profonde sagesse de "celui qui n'agit pas", aux pures actions de perception, et non aux activités qui séparent et qui résultent du conditionnement, des conclusions, des conjectures et des conflits d'un médiocre petit "je". En Samadhi, la vie est la danse "insensée" de l'énergie dissolvante de Shiva, et non les plans "sensés" d'un mental mesquin qui engendrent toutes sortes de faux problèmes. Le Samadhi, c'est être dans la solitude sans être solitaire, c'est être seul sans être isolé, c'est être connecté avec la sainteté malgré la banalité de notre existence mondaine.

Dans le Swadhyay du Kriya Yoga, nous ne lisons pas les écritures ; nous essayons plutôt de lire le livre du "Je", de lire le manuscrit de l'ego. Les hommes ont construit des images et des investissements psychologiques d'ordre religieux, politiques ou personnels en eux-mêmes, comme moyens de protection, pour avoir de la sécurité et de la consolation. Ceux-ci se manifestent sous forme de symboles, d'idées et de systèmes de croyances. Le fardeau, la servitude, la bigoterie et les batailles engendrées par ces images, par la perpétuation de nos lavages de cerveau, par notre éducation stupide, par ce que nous entreprenons, tout cela influence malheureusement notre façon de penser, nos relations et notre vie quotidienne.

Les images et les impressions sont la cause première de nos problèmes car elles favorisent toutes sortes de divisions, dissensions, corruptions et conflits. Swadhyay et Tapas du Kriya Yoga peuvent provoquer une révolution et une révélation, une fusion et une plénitude, une modification alchimique dans le corps et un état de conscience modifiée qui est totalité et sainteté. Le caractère unique de l'homme ne se trouve pas dans ses identités et titres superficiels et séparateurs, mais dans sa capacité à se libérer de l'emprise des "gunas", c'est-à-dire du réseau psychologique de l'ego. Swadhyay commence en regardant les choses sans attirance ou répulsion, sans direction ou distorsion, sans peur de la punition ou espoir de la récompense, sans aucun mobile de quelque nature que se soit. Swadhyay examine notre relation avec les êtres humains en posant des questions comme celles-ci :

Sommes-nous des co-opérateurs ou juste des compétiteurs clandestins?

Sommes-nous des amis ou des ennemis subtils ?

Sommes-nous des collègues ou seulement des co-ennemis?

Aimons-nous, ou aspirons-nous seulement à la gratification, à la dépendance, à la domination, aux attachements, au sentiment et à l'émotion égoïstes ?

Swadhyay examine aussi notre rapport avec les idées, la connaissance intellectuelle, les livres, les écritures, les principes, les doctrines et toutes les différentes sortes de brigandages théocratiques. Dans Swadhyay, nous sondons aussi notre rapport avec les traditions, la nationalité, les attachements à notre région, l'affinité linguistique, nos affiliations aux biens matériels, aux possessions, à la situation professionnelle, aux penchants particuliers, au statut social, à la renommée, aux castes, à la couleur de peau, au credo, aux races, aux groupes religieux, aux cultes, au gourou, au prêtre, au maître et à tout le reste. Nous essayons aussi, directement pour nous et par nous-mêmes, de comprendre la teneur et les constituants de notre mental ; mais pas par l'intermédiaire de psychologues ou de psychanalystes, de best-sellers, de vieux concepts, de belles phrases ronflantes, de "saints" et de "saintes".

Dans l'état naturel qui résulte de la pratique du Kriya, le mental se comporte comme du miel, et pas comme de l'eau. Le miel, même après avoir été secoué, revient rapidement à son état d'immobilité, alors que l'eau entre dans un état d'agitation dans les mêmes conditions. Nous n'opposons pas de résistance à la pensée, mais nous nous désintéressons simplement de la perpétuation des pensées. Dans l'état naturel, chaque chose apparaît et disparaît selon son propre rythme; nous ne méditons pas mais nous ne nous opposons pas à ce que la méditation survienne.

Le Kriya-yoga n'est pas le Yoga de l'obtention de ce qui ne fait qu'asservir, il est plutôt le Yoga du renoncement, qui libère et remplit d'amour. C'est alors que la véritable paix, la véritable protection et la véritable prospérité deviennent nôtres. Le Dieu des religions est un produit du mental, mais le Dieu du Kriya-yoga est la poésie du "non-mental". Vivre selon les religions, c'est traîner avec soi des idées intellectuelles et des croyances, mais vivre la vie en Kriya-Yogi, c'est danser dans la vision intérieure et la béatitude. Dans le Kriya-Yoga, nous arrêtons de croire en ce que nous sommes pour apprendre que nous ne sommes rien ! Par le Kriya-Yoga, on met un terme à tous les désirs, même à celui d'être sans désir ! La théorie Hindoue de la réincarnation est simplement une tactique pour masquer la peur et le désir qu'a le petit "moi" de se donner de la continuité. Avec le Kriya-Yoga, on se réincarne tous les matins. La vie ne meurt jamais, c'est le corps-mental matériel qui meurt. Dans le Kriya-Yoga, le mot liberté n'est jamais une expression banale de l'arbitraire ni une absence de modération ; c'est surtout un signe d'humilité que d'être libre de l'ignorance et de l'arrogance, des images et des influences. C'est la folie des hommes qui leur fait croire que du moment qu'ils ont la liberté de choix, c'est qu'ils sont libres. Les choix ne font qu'enchaîner et engendrer confusion et chaos. Il n'y a pas de "libre-arbitre", il n'existe que la liberté vis à vis de la volonté qui n'est qu'un mot agréable pour désigner l'ego.

En Swadhiyay, nous comprenons ce qui asservit et ce qui libère de la façon suivante :

ASSERVIT	LIBERE
1. Utopie	Compréhension
2. Pensée	Vérité
3. Postulat	Perception
4. Analyse	Vigilance
5. Idée	Vision intérieure
6. Obsession	Ouverture
7. Emotion	Vide
8. Désir	Amour
9. Intellect	Intelligence
10. Ignorance	Innocence
11. Sentimentalité	Sens des proportions et santé mentale
12. Colère	Humilité
13. Prière	Méditation profonde
14. Rechercher	Voir
15. Egoïsme	Désintéressement
16. Sensualité	Perception sensorielle
17. Sexualité	Energie sexuelle
18. Mental	'Non-mental' (La vie)

Swadhiyay révèle aussi la nature du soi conceptuel et du soi réel comme suit :

SOI CONCEPTUEL	SOI REEL
1 Fragmentation	Plénitude
2 Corruption	Compassion
3 Obscurité	Omniscience
4 Avidité	Dieu
5 Mythe	Sacré
6 Connaissance	Connaître
7 Notions	Nullité
8 Agitation	Transe
9 Vanité	Véracité
10 Vice	Vertu
11 Parole	Sagesse
12 Accumulations	Ascension
13 Illusion	Divin
14 Devenir	Etre
15 Espoir	Saint
16 Croyances	Bénédiction
17 Expérience	Existence
18 Espérance	Vacuité
19 Rhétorique	Réalisation
20 Logique	Analogie
21 Masque	Mélodie
22 Mensonge	Vérité

Le Kriya Yoga conduit à Sat-Chit-Ananda. Nous vivons comme des invités dans ce monde. Nous sommes calmes et détachés dans notre vigilance. Nous évitons les plaisirs pour être réceptifs à la joie qui n'est pas le contraire forcé de la tristesse.

Historiquement, le Kriya-Yoga est très ancien. Il est mentionné dans les Yoga Sutras de Patanjali. On dit que la Bhagavad-Gita parle elle aussi de ce profond phénomène. C'est le chemin qui part de Duryodhana vers Arjuna pour aboutir à Krishna. Ce qui veut dire qu'on part de l'inintelligence (la stupidité) vers le mental, pour arriver au "non-mental" (la plus haute intelligence). Au 19ème siècle, Le Saint chef de famille Lahiri Mahasaya (1828-1895) le ranima, suite à sa rencontre inattendue et merveilleuse avec un mystérieux Saint des Himalayas qu'il appelait Babaji (il est de coutume en Inde d'appeler les saints Babaji et les saintes Mataji). A cet égard, l'enseignement a par la suite emprunté deux chemins, à savoir la voie de la lignée familiale et celle de plusieurs lignées de disciples. Un des petits-disciples (c'est à dire disciple de disciple) de Lahiri Mahasaya, bien connu sous le nom de Paramahansa Yogananda (1893-1952) révéla, dans son fameux livre "Autobiographie d'un Yogi", Lahiri Mahasaya comme une prodigieuse force spirituelle qui toucha cette planète, parfait Yogi chef de famille, qui vivait presque incognito et de manière anonyme à Bénarès (Varanasi). Un autre petit-disciple de Lahiri Mahashay, Paramahansa Hariharananda, est décédé il y a juste deux semaines à l'âge de 96 ans. Quant à Shibendu Lahiri, arrière petit-fils de Lahiri Mahasaya, né en 1939 et l'actuel enseignant de la lignée familiale, il voyage partout dans le monde à l'invitation de ses étudiants, sans organisation formelle ni institution. Lahiri Mahasaya avait découragé la mise sur pied d'organisations dans le domaine spirituel, répétant que la vérité dégénère en harangues mortes et hypocrites, dès lors qu'elle est prise en charge par une institution dans laquelle on nourrit de manière subtile l'ego de la hiérarchie. La lignée familiale entretient seulement un temple privé mais n'a pas de hiérarchie. Le Kriya-Yoga fut découvert par des Hindous, mais il n'est pas leur propriété. Il appartient à toute l'humanité.

Que Lahiri Mahasaya soit le chéri de l'humanité. Jay Satguru