

## Message 59

10 Août 2003, Yoga Kendra à Santiago del Chile

### PRATYABHIJNAHRDAYAM

Perception post Patanjali du Shivaïsme du Cachemire

PRATI : Contraire

ABHIJNA : Connaissable ou expérimenté.

HRDAYAM : Cœur.

Le cerveau est le cadre de l'expérience et du savoir, c'est à dire la mémoire et l'intellect, autrement dit «chitta», la conscience fragmentée.

A l'opposé du savoir (les concepts et conclusions) est la connaissance intérieure (la perception). La source, ou le siège de cette perception est peut-être un branchement de «Chiti» - la conscience totale – dans le cœur. Ce branchement de la taille d'un pouce avec l'Intelligence universelle dans le cœur (d'après le Katopanishad) est la Réalité. La «chitta» (le mental) est valide, mais il n'est pas réel. «Chiti» est réelle et le mental n'est qu'un mythe. De la même manière qu'un équipement électrique ne peut pas fonctionner par la vertu de sa propre machinerie tant qu'il n'est pas branché sur une prise de courant électrique, de même les gunas dans l'être humain ne peuvent agir sans être branchées sur Chiti. Cette connexion est l'âme ou le cœur (Hridayam).

Les Yoga Sutras de Patanjali se terminent par “Chiti-Shakti-iti”[Et maintenant silence]. Les Sutras que nous considérons maintenant commencent ici par «Chiti» et on peut donc les voir comme la suite des Yogas Sutras dans la plus sublime et la plus subtile dimension de «Siva» (Shiva) - la dissolution complète de «chitta» (la conscience fragmentée qui est la structure de l'expérience de l'ego) et l'émergence de Chiti (l'Intelligence, c'est à dire la conscience pure et totale, non contaminée par la mémoire et l'intellect qui est un phénomène fragmenté). Voici “Chidananda rupa Sivoham Sivoham”. Par l'intermédiaire des sutras de ce texte, les Yoga Sutras vont maintenant nous conduire vers l'état de Shiva, c'est à dire le Vedanta – la fin du savoir et le début de la connaissance.

Le mot “Shiva” est issu des racines «Si» et «Svi». «Si» signifie être couché, être tenu dans. «Svi» signifie sectionner, couper, couper en morceaux. «Shiva» est le «purna chaitanya» - l'intelligence suprême, c'est à dire la conscience holistique. Et tout est soutenu par cette bienveillance, cette bénédiction et béatitude suprêmes. Ce «Shiva» ou «Chiti» - L'Intelligence – est la réalité fondamentale qui sauve, par des flashes et par sa grâce, de la poubelle des manies et des machinations de l'intellect ou mental (chitta-vritti).

Il n'y a pas d'autre “Sauveur”. La propagande au sujet des «Sauveurs» dans les religions organisées provient de la puissance d'illusion du mental qui est toujours en quête de dépendance, de sécurité et de consolation. Tout le banditisme théologique qui divise l'humanité au nom de la religion, de Dieu, de Son seul Fils, du Sauveur, du prophète, du pape, des paramahamsa, des avatars, n'est rien d'autre qu'un ensemble de concepts trompeurs, de calculs et de conclusions du mental – la conscience séparatrice.

Shiva fait aussi voler en éclats tous les péchés du mental. Le mental est le péché comme le péché est le mental. La vie –l'Intelligence, Chiti – ne connaît aucun péché. La libération de l'emprise du mental est la libération du péché. C'est pour cela qu'il est dit: «syati papam iti sivah», ce qui signifie : seul Shiva, la dissolution du mental, peut faire voler en éclats tous les péchés. Shiva est la Réalité la plus haute et le Bien le plus Haut. La dissolution du mental, c'est à dire la disparition de toutes les passions, de la peur et de la dépendance est la plus grande illumination. La cessation de la dualité à tous les niveaux de notre vie est libération inconditionnelle et absolue de la conscience séparatrice (mental–ego).

Sutra 1 : Chitih swatantra vishwa siddhi chiti hetuh.

L'Intelligence est autonome et absolue. Elle fait partie du processus de perfection universelle, qui est l'émergence de l'universalité en dépit de l'unicité de chaque individu.

Sutra 2 : Swechchaya swabhittau Vishwam-unmilayati.

Elle (l'Intelligence) déploie volontairement l'univers sur son propre terrain.

Sutra 3 : Tannana Anurupa Grahya – Grakaka Bhedat.

Les différentes facettes de la vie courante qui apparaissent, sont dues à la dichotomie entre le sujet et l'objet, entre le spectateur et le spectacle, entre l'observateur et ce qui est observé.

Sutra 4 : Chitisankochatma chetanopi sankuchita-vishyamayah.

Le corps individuel, qui est connecté à un niveau énergétique inférieur du pouvoir de l'Intelligence universelle (Chiti), peut être considéré comme un univers en miniature. Ainsi l'intelligence (chetana) du corps est qualitativement la même que l'Intelligence universelle, bien que plus réduite quantitativement. (Cette intelligence chetana = chitta + na = "non-mental", qui n'est pas l'intellect, est l'existence pure, séparée de la structure de l'expérience qui surgit du cerveau, le super ordinateur qui gère le processus mémoire/intellect/mental/ego. L'intelligence (perception) est libérée lorsque l'intellect ou le mental n'est plus obsédé par des pré-concepts ou des conclusions prédéterminées. La vie peut être vraiment vécue quand le mental disparaît).

Sutra 5 : Chitireva chetanapadarudha chetyasankochni chittam.

L'Intelligence, qui est conscience pure universelle, devient conscience impure (l'impureté étant la dualité, le désir et la dépendance), rétractée dans le corps individuel à cause de son association psychologique avec les objets de la conscience (chetya).

Sutra 6 : Tanmayo Mayapramata.

Le soi-ego, le soi apparent (maya) est cette conscience rétractée qui est chitta. (Le moi et le mental sont identiques. On ne doit pas dire «mon mental», car le moi est le mental et le mental est le moi. Cette dualité apparente est la cause de la douleur et de la souffrance).

Sutra 7 : Sa Chaiko Durrupastrimayaschatwratma sapta panchankaswabhavah.

Et bien que l'Intelligence soit une, elle devient deux, trois, quatre puis 7 pentagones.  
La perception est une: le stimulus et la réponse réunis en un mouvement unitaire.  
La cognition est double : c'est la dichotomie entre le stimulus et la réponse (Grahya–Grahaka Bheda).  
L'intellect est triple: c'est la catégorisation des cognitions.  
L'expérience est quadruple: c'est la classification des catégorisations, les choix psychologiques qui dépendent de l'éducation et de l'expérience, c'est à dire des acquis culturels et des réponses conditionnées que sont les concepts: agréable ou désagréable, profitable ou non profitable, douloureux ou pas douloureux, gratifiant ou pas gratifiant etc.

Les sept dimensions du temps sont:

1. Le temps chronologique (Vijnana Kala)
2. Le temps biologique (Pralaya Kala)
3. Le temps psychologique (le mental) (Sa kala)
4. La libération vis à vis du temps (Man-tra) – transcender le temps.
5. La perception sublime et subtile de la liberté (Linga mantra). (Mantresvara)
6. L'état de non-expérience (Alinga – sans forme) – existence joyeuse (Mantra–Maheswara)
7. Vide–Vertu–Bonté et Béatitude éternelle (Siva – pramata)

Tout cela est en relation avec les cinq dimensions de la perception sensorielle. Ce qui fait sept pentagones.

Sutra 8 : Tad Bhumikah sarva darshan sthitayah.

Les différents rôles de l'Intelligence sont à la base de toute véritable clarté de compréhension.

Sutra 9 : Chidwatta chchhakti sankochat malavritah sansari.

Quand un corps individuel n'a pas l'énergie de la compréhension, il acquiert une mentalité mondaine qui se laisse contaminer (contamination = désirs + conflits).

Sutra 10 : Tathapi Tadvat Pancha krityani karoti.

Même alors, à l'instar de l'Intelligence universelle, chaque individu accomplit cinq actions de base. Voici les cinq phénomènes de base (actions) de l'Intelligence universelle (Chiti):

1. Sristi : la traduction ou l'interprétation habituelle de ce mot est "création". Cela implique une division ou dichotomie entre le créateur et ce qui est créé. Cette dualité est la dénégation de la divinité en tant qu'elle est le

commencement du désir - le mental et sa malice qui sont la racine de l'illusion et de la souffrance (dukkha). La réelle signification de Sristi est «émanation», l'expulsion de soi, la libération de l'univers.

2. Sthiti : la préservation de l'univers.

3. Samhara : le retrait ou réabsorption (ici encore la traduction habituelle est «destruction», traduction qui n'est pas correcte). La Divinité est amour. Elle ne détruit pas. Elle réabsorbe simplement l'univers, afin de l'émaner à nouveau.

4. Vilaya : Voiler sa propre nature. Elle n'est ni connue ni inconnue. Elle est inconnaissable. La réalité est existence et non pas expérience.

5. Anugraha : la grâce, la bonté suprême, ce qu'il y a de meilleur.

Chiti, Shiva ou l'Intelligence Universelle laisse l'univers sortir de son sein, lui accorde l'existence et finalement le réabsorbe en son sein afin de l'émaner à nouveau. L'Intelligence et son Energie englobent toute chose. Ce cycle est appelé «Kalpa» du processus cosmique, et se répète d'éternité en éternité.

Anugraha est l'acte de Grâce par lequel l'Intelligence (Chiti) apporte la libération absolue et inconditionnelle (Moksha) à l'humanité, ce qui est la fin de toutes les fins et le commencement de tous les commencements – le samadhi ultime dans un corps humain. Anugraha est l'amour et la compassion immenses de Shiva – Chiti c'est à dire l'Intelligence. Celle-ci est présente partout et si une personne est suffisamment innocente (pas ignorante) c'est à dire «Bhola», elle peut en avoir un flash. (Cette Anugraha est peut-être particulièrement abondante en un lieu de cette planète appelé Varanasi (en Inde) – la résidence favorite de Bholanath (Shiva) là où le fleuve sacré fait comme un demi-tour. Varanasi fut appelé Bénarès ou Banaras par les Britanniques).

Maintenant, considérez ceci:

Chaque individu accomplit aussi cinq actions de base :

1. La procréation

2. La survie

3. La mort

4. L'attraction (une motivation sans motif) pour le Mystérieux. La curiosité est la manifestation grossière de l'attraction intense pour le Divin. Par conséquent, la curiosité d'un être humain est une façon de masquer sa nature essentielle qui est la recherche du Divin.

5. L'amour et la compassion.

( Ce sutra est une profonde constatation de l'harmonie entre les hommes et l'univers).

Sutra 11 : Abhasan-Rakti-Vimarshan-Beejavasthapan-Vilapanatastani

Et Chiti, l'Intelligence, peut aussi accomplir tout ce qui suit : manifester, savourer la bienveillance, semer la graine (de la compréhension), dissoudre (ne jamais accumuler).

(C'est un courant de présence, qui n'accumule ni n'acquiert d'aucune manière. L'accumulation est le passé, la structure de l'expérience, la dimension du savoir, la conscience séparatrice, le mental, l'ego et toutes les tragédies et tentatives de l'humanité).

Sutra 12 : Tadaparijname Swashaktibhivyarmohitata Sansaritwam.

L'ignorance de Cela (c'est à dire du véritable auteur de l'activité quintuple) dégrade l'homme en un être grossier (sansarin) en raison de la croyance illusoire que l'ego est l'acteur.

(L'ego parle beaucoup du «pouvoir de la volonté», mais cette volonté est l'ego. Tout arrive en raison du «pouvoir sans volonté» c'est à dire l'Energie Divine).

Sutra 13 : Tatparijnane Chittameva Antarmukhibhavana Chetanapadadhyarohat Chitih.

Par la parfaite perception de Cela (c'est à dire du véritable auteur de l'activité quintuple), la conscience séparatrice ou mental (chitta), accède au statut de «non-mental» (chitta + na = chetana). Par la suite, à la faveur d'une bienveillance centripète et de la grâce, chetana explose en Chiti – l'Intelligence Universelle, ce qui veut dire qu'une mutation sans nom prend place.

Sutra 14 : Chiti vanhira varoha pade chhannopi Matraya Meyendhanan Plusyati.

Lorsque le feu de l'Intelligence (Chiti) qui est l'énergie de la compréhension, descend dans la conscience fragmentée, elle brûle partiellement le combustible du conditionnement (meyendhanan), bien qu'elle soit encore couverte (par la fumée de la conscience fragmentée) (chhannopi).

Sutra 15 : Balalabhe Vishwamatmasatkaroti

Lorsqu'on est réceptif à la force (le feu) de Chiti, on dissout tout ce qui est mondain, c'est à dire qu'on est éjecté hors des préoccupations mentales, et qu'on s'ouvre à la globalité de la vie.

Sutra 16 : Chidanandalabhe Dehadisu Chetyamaneswapi Chidaikatmyapratipatti dardhyan Jivan mukti.  
L'état de Jivan mukti (la libération pendant qu'on est encore en vie) est possible lorsqu'on atteint la béatitude de l'Intelligence (Chiti). Par l'intermédiaire de cette béatitude, un mouvement unitaire s'installe entre les consciences séparatrices et holistique, c'est à dire entre le mental et la vie, bien que la structure de l'expérience continue à fonctionner dans le corps. (C'est cela la libération du connu, qui reste cependant disponible si besoin est, pour la vie courante)

Sutra 17 : Madhaya vikasachchidanandalabhah.

La béatitude de l'Intelligence (Chiti) s'épanouit suite à une éclosion dans le centre (du cœur).

Sutra 18 : Vikalpakshyaya-Shaktisankochavikasa-Vahachchedadyanta-koti-nibhalanadaya Ihopayah.

La béatitude de Chiti-Sakti est la conséquence de :

1. L'étiement des choix, des classifications, des oppositions, des divisions, de la dualité et de la résistance.
2. Une circulation de l'énergie contrôlée et libérée.
3. La neutralisation de l'inspiration par l'expiration (par le pranayama de la respiration interne). (dans la Gita : Pranapanau gati ruddha or pranapanau samau kritya Nasabhyantara-Charinau). (Ici vahachchedat. Vaha ou Pravaha est Pran-apanau Vayu. Chhedat veut dire couper c'est à dire neutraliser) (Dans Patanjali : Chittavritti Nirodha , la discontinuité dans la circulation des pensées et des Gunas).
4. La pratique de l'attention (Nibhalanadaya) portée entre (deux) points (Anta-koti) ( distants de 12 doigts - citation tirée du 51° verset d'un texte appelé Vijnana Bhairava –“dvadasanta”). Ceci est le Pranayama mental.

Sutra 19 : Samadhi samskarvati vyutttahane Bhuyo Bhuyaschidaikya marshannityodita-Samadhilabha.

On peut accéder à un état de Samadhi perpétuel (équanimité) dans un mouvement unifié de Chiti et chitta (Intelligence et intellect), par une observation attentive des cycles répétés (kramas) des réflexes conditionnés et ainsi s'en libérer. (Ceci est aussi appelé krama-mudra).

Sutra 20 : Tada prakashananda saramaha mantraviryatmakapurnahantaveshat sada sarva sargasanhakarinija samviddevatachakre shwarata praptir bhateeti Shivam.

L'état de Shiva (Shivoham) est la suprême félicité de Chiti – la conscience pure ou Intelligence Universelle. Cette nature de Shiva est aussi émanation, préservation et réabsorption. Elle est la divinité des divinités. Shiva est l'énergie holistique du plus sacré des sons (mantra) [le mantra est la transcendance (tra) du mental (mana)]. Shiva est l'essence de la lumière et de la joie. La manifestation de Shiva est le remplacement de l'ego limité par la merveille et la totalité du ciel bleu, avec sa béatitude et sa bénédiction. Tout cela fait suite à la réalisation de Krama mudra.

Note: Il n'est pas facile de comprendre les Sutras que l'on vient de citer. Dans une telle situation, il est recommandé de ne pas se lancer dans des interprétations hasardeuses ou bien d'en venir à des conclusions fantaisistes d'un mental conditionné. Par contre, il vaut mieux chanter l'un des mantras suivants dans un état de lâcher prise. Ils ont un extraordinaire pouvoir de déconditionnement. Et alors, l'énergie de la compréhension pourra descendre !

## I

Jai Siva shankara  
Bom Bom Hara Hara (2 fois)

Bom Bom Hara Hara  
Bom Bom Hara Hara (2 fois)

Hara Hara Hara Hara  
Bom Bom Hara Hara (2 fois)

(à répéter en boucle)

## II

Siva Siva Siva Shambho  
Siva Siva Siva Sambho (2 fois)

Mahadeva Shambho  
Mahadeva Shambho (2 fois)

Jay jay Siva Shambho  
Jay jay Siva Shambho (2 fois)

(à répéter en boucle)

III

Om Namah Shivaya  
Shivaya Namah Om

(à répéter en boucle)

IV

Hara Hara Mahadeva Shambho  
Kashi Viswanath Gange

V

Kashi Ramanath Gange  
Kashi Ramanath Gange (2 fois)  
Kashi Bholenath Gange  
Kashi Bholenath Gange (2 fois)

Jaya Jaya Mahadeva Sambho  
Kashi Annapurna Gange (2 fois)

(à répéter en boucle)

Jai Baba Bholenath  
Kashi ji ki

(Kashi est l'ancien nom de Varanasi ou Bénarès)