

PREM SAGAR

SAHAJ MARG

SADHANA

Méthode de pratique spirituelle

Thèse de doctorat de recherche en philosophie

Contribution à la Renaissance de la philosophie Indienne Traduit de l'anglais par Isabelle Doré Dubard ; Traduction du livre en anglais SAHAJ MARG SADHANA.

Adhyatma Vijnana Prakashana Bahadurgarh (Haryana) INDIA

PS : note de l'éditeur du site :

Cette thèse de doctorat avait à l'époque été approuvée par Babuji comme étant « un très bon travail »

TABLE DES MATIERES

Préface

Introduction

Philosophie indienne et renaissance contemporaine Sahaj Sadhana et philosophie Indienne

Théorie du Sahaj Marg

Mouvement moderne du Sahaj Marg

Etre. L'Ultime Réalité

Devenir : l'évolution cosmique

Théorie de la connaissance (Epistémologie)

Pratique du Sahaj Marg

Constitution de l'homme (Psychologie) But de la pratique spirituelle

Technique et méthode (Rôle de l'Aspirant) Technique et méthode (Rôle du Guide) Etapes du progrès sur le chemin

Sahaj Marg et les autres systèmes de Yoga

NOTE :

L'édition originale anglaise comporte une abondante bibliographie et un nombre considérable de notes. Elles n'ont pas été reportées ici car si quelques-unes se rapportent à des ouvrages écrits en anglais, la plupart correspondent à des livres écrits soit en sanscrit, soit dans d'autres langues indiennes et ne seraient pas utilisables pour un lecteur francophone. Elles sont cependant disponibles sur la version originale en Anglais sur ce site.

PRÉFACE

Lorsque nous parlons de l'Inde ou *Hindustan*, *Bharata* ou *Aryavarta*, elle signifie la terre spirituelle des Aryens. Ses frontières peuvent changer et ses dirigeants peuvent venir et disparaître mais elle a continué à être la terre des tentatives spirituelles et de l'originalité des expériences depuis des temps immémoriaux. L'histoire de l'Inde a couvert un long voyage et on dit qu'elle a atteint un état de stagnation au cours des périodes médiévales et modernes. Mais c'était réellement une période d'incubation qui a rendu à l'Inde sa vitalité originelle et sa gloire virgine. Un courant d'éveil s'est révélé vers la fin du dix-neuvième siècle et a suscité une renaissance dans la Philosophie Indienne. Cette renaissance a commencé comme un mouvement de réforme qui a remis lentement et régulièrement en état la structure socio-religio-philosophique de la culture Indienne. Les efforts de Raja Ram Mohan Roy envers la réforme sociale, ceux de Swami Dayanand Saravasti pour la régénération religieuse et ceux de Swami Vivekananda dans le domaine de la Philosophie et de la spiritualité ont contribué à une vie et à un esprit nouveaux et ils ont ressuscité l'Inde d'un sommeil mystique et dogmatique causant presque décadence et déclin plutôt presque l'annihilation de sa pureté virgine. Ils ont annoncé une nouvelle 'Ère d'Éveil Spirituel' qui donna plus tard une impulsion à la créativité et comme résultat l'Inde contemporaine envisage une période mature de renaissance. Des efforts notables pour systématiser la Philosophie Indienne contemporaine ont été faits par les Dr. Radhakrishnan, Dr. V.S. Narvane, Sh. K. Sachchidananda Murti et Dr. R. S. Srivastava. Particulièrement Dr. D. M. Datta avec minutie a indiqué et donné un bon exposé des contributions de la Philosophie Indienne moderne à la Philosophie Mondiale.

L'aspect de la *sadhana* qui constitue le cœur de la Philosophie Indienne est arrivé à être régénéré et rajeuni au cours de la période de la renaissance dans la Philosophie Indienne. Swami Vivekananda, Swami Ram Tirth, Sri Aurobindo, Maharshi Ramana, Professeur Ranade, Sh. K. Sachchidananda Murti etc., ont commencé une chaîne d'importantes contributions dans cette direction.

Le système du Sahaj Marg de la pratique yogique est le lien le plus récent dans cette chaîne. Le travail actuel incorpore un exposé de ses efforts pour introduire une méthode Rajayogique modifiée et une technique de pratique spirituelle (*sadhana*) à la lumière de son rôle dans la renaissance contemporaine. Le système du Sahaj Marg a une courte histoire mais elle possède un vaste trésor d'expériences spirituelles qui ont été vérifiées et peuvent vraiment l'être par un chercheur sincère sur le chemin de la pratique spirituelle. Shri Ram Chandrajī l'a institutionnalisé

comme une organisation sous le nom de 'Shri Ram Chandraji Mission' à Shahjanpur (U.P.) en 1945 après le nom de son guide spirituel Samarth Sadguru Mahatma Shri Ram Chandraji de Fatehgarh dans le district Farrukhabad (U.P.) ayant, par coïncidence, le même nom. Ces deux maîtres sont connus respectivement comme le 'Président-Fondateur' et 'l'Adi Guru' du mouvement du Sahaj Marg et sont affectueusement appelés 'Shri Babuji' et Shri Lalaji' chez leurs adeptes et disciples en Inde et à l'étranger.

Sahaj Marg signifie normalement 'chemin facile' : mais de fait c'est un chemin naturel, une façon simple d'élévation spirituelle. Il introduit une technique efficace de pratique spirituelle yogique qui est une version modifiée de Rajayoga. Il simplifie la méthodologie yogique afin de la rendre disponible pour la pratique même à l'homme ordinaire. Il fournit une formation spirituelle à travers une technique très adaptée en conformité avec la vie quotidienne dans la société présente. Il a réalisé certaines innovations dans le chemin traditionnel de Patanjali à huit étapes avec une vision pour le simplifier et le rendre plus naturel, le dépouillant presque complètement de ses aspects mystérieux et dissuasifs. En premier lieu les cinq étapes préliminaires (*yama*, *niyama*, *asana*, *pranayama* et *pratyahara*) sont mis de côté, non comme non nécessaires mais comme ceux-ci étant les résultats naturels du cœur réel de la pratique yogique qui consiste dans le processus de méditation comprenant les trois dernières étapes (*dharana*, *dhyâna* et *samadhi*) du yoga Patanjala synthétisé dans un seul tout, compact, harmonieux comme seconde contribution notable du Sahaj Marg envers la simplification du yoga. La troisième contribution consiste dans l'affirmation que *Samadhi* n'est pas le niveau final de l'atteinte spirituelle, qu'il est plutôt juste un commencement et qu'il y a un vaste champ à explorer après le niveau de *Samadhi*. Finalement, la contribution la plus importante de ce système consiste dans l'accent mis sur la 'transmission' (*pranahuti*), un terme technique connotant la fonction très importante du guide compétent au cours de la pratique yogique.

Le travail présent donne un profil des aspects pratiques et théoriques du Sahaj Marg comme une 'nouvelle école de pensée' ou 'Nouveau Darsana' (New Darsana). Le nouveau, se développe essentiellement à partir de toute la tradition de pensée et d'action qui se trouve derrière elle. Comme tel afin d'avoir un tableau complet d'une nouvelle école de pensée, il est nécessaire d'avoir une évaluation de tout l'arrière-plan dans les perspectives historiques de son origine et de ses principales contributions.

De ce fait, ce travail traite avec toute l'histoire de la tradition de sagesse de la Philosophie Indienne, au départ, et explique les tendances à la renaissance dans

la Philosophie Indienne moderne. Il examine aussi les différentes écoles de Sahaj Sadhana et décrit la contribution du mouvement de Sahaj Marg moderne dans ce contexte. En outre, les aspects théoriques et pratiques de Sahaj Marg Sadhana ont été élaborés, suite aux comparaisons, où cela est possible, avec d'autres écoles, traditionnelles et modernes, de pensée dans l'histoire de la Philosophie Indienne. Finalement il évalue le rôle et la place du mouvement du Sahaj Marg dans la Philosophie Indienne contemporaine.

Je ne peux pas reconnaître de façon adéquate ma dette au Dr. S. P. Srivastava à qui je dois ma carrière en tant qu'humble étudiant en philosophie. Sa conduite compétente et sa supervision de ce travail de recherche sont au-delà de ce qui peut être dit. Je suis grandement reconnaissant au Révéré Shri Ram Chandraji de Shahjahanpur (U. P.) pour son encouragement qui m'a inspiré au cours de la période difficile de la réalisation de cette tâche ardue. Mes visites au Révéré Babuji à sa résidence à Shahjahanpur ont progressivement infusé vigueur et zèle dans mon esprit inquisiteur fournissant l'assurance d'une assistance dans des sujets de compréhension conceptuelle. Je suis reconnaissant au Dr. B. I. Goswami, Principal du Collège Gouvernemental, Bahadurgarh (Haryana), pour avoir pris la peine de vérifier le manuscrit du Second Chapitre se rapportant aux perspectives historiques du Sahaj Sadhana traditionnel et pour ses suggestions remarquables à ce sujet. Je remercie Shri Ganpar Singh, le Principal Y. D. Collège, Lakhimpur-Kheri (U. P.) pour m'avoir permis de continuer ma recherche et à l'Équipe de la Bibliothèque du Collège pour le libre accès aux livres de la bibliothèque. Je manifeste mes remerciements les plus cordiaux aux fils du Feu Shri Jagannath Prasad Nigam pour différentes sortes d'aide au cours de la préparation de ce travail. Smt. Sarojini Nigam mérite des remerciements particuliers pour m'avoir permis de consulter sa précieuse collection de presque tous les numéros annuels particuliers de 'Kalyana' de la Presse Gorakhpur Gita. Je suis reconnaissant au Prof. V.G. Goswami, Faculté de Droit à l'Université de Lucknow, pour avoir facilité le travail de frappe et m'avoir aidé dans la correction des pages de la thèse frappées. Des remerciements sont dus à Shri N. I. Sharma pour le travail ardu de frapper cette thèse avec soin et sincérité et à Km. Savitri Sharma pour avoir préparé les illustrations incorporées dans le corps de la thèse. J'inclus aussi mes solennels remerciements à ma chère sœur Smt. Pushpa Lata Sharma pour son assistance au cours de la réalisation du travail de frappe de la thèse à Lucknow et à tous les autres qui m'ont, directement ou indirectement, aidé.

Guru Purnima

PREMSAGAR

Le 18 Juillet 1970

INTRODUCTION

1. Philosophie Indienne et Renaissance contemporaine
2. Le Sahaj Marg Sadhana dans la philosophie indienne

1

Philosophie Indienne

et

Renaissance Contemporaine

Introduction :

L'Inde est connue et respectée partout dans le monde pour sa Philosophie et sa Spiritualité. Commenter la quête des Indiens, se torturer l'esprit pour explorer l'inconnu Ghate le fait de façon juste : « ... nulle part ne sont faites des tentatives aussi osées et audacieuses pour résoudre l'énigme de l'univers comme en Inde. »

L'histoire de la Philosophie Indienne présente l'histoire de ces prophètes, sages, conquérants et des illuminés qui ont eu une expérience directe de ce qu'ils ont chanté dans leurs hymnes et prêché dans leurs assemblées.

Au cours de l'histoire, de la vénérable Civilisation de la Vallée de l'Indus à l'actuelle république démocratique de l'Inde libre, il y a eu une chaîne de tentatives pour révéler le secret de l'existence humaine et son but. En conséquence, différentes sectes et systèmes sont apparus sur la scène avec leurs nombreuses méthodes et techniques.

De ce fait, l'Inde présente un spectacle aux multiples couleurs de différentes écoles de pensée. Il y a de nombreuses voies à travers lesquelles les érudits et les chercheurs ont étudié et évalué l'histoire de la gloire passée de l'Inde. Elles ont divisé l'histoire de la Philosophie Indienne dans des ères successives (yugas), périodes ou âges selon l'étendue de leur recherche et le but de leur étude. Mais

W.D. Whitney souligne que « toutes les dates données dans l'histoire littéraire sont des repères mis pour être de nouveau remis en question. » Winterhitz est également d'accord : « Nous pouvons souvent dire : ce livre ou celui-là, cette classe de littérature ou celle-là sont plus vieux que certains autres ; toutefois en regard avec leur âge réel il n'est possible que d'offrir des hypothèses. » L'étude de la Philosophie Indienne à la lumière des hypothétiques périodes ou âges successifs et les dates relatives qui leur sont assignées supporterait difficilement des conclusions catégoriques.

Une étude concernant un siècle ou une période peut fournir une certaine idée d'un courant de pensée continuellement fluide en Inde mais ne réussit pas à offrir une vue unifiée et synthétique de la Philosophie Indienne. Tout en divisant l'histoire de l'Inde en périodes ou âges il a été très difficile de fixer une certaine date pour distinguer une forme de pensée ou de technique de la suivante.

De fait, chaque nouveau mouvement a seulement essayé d'affiner et de reconstruire le mode mère pour le rendre plus adapté aux besoins et aux exigences des temps qui ont changés.

Ainsi, il est nécessaire d'étudier et d'évaluer la tradition de la Philosophie Indienne afin d'en obtenir une vue unifiée et complète. Si la tradition Védique a son origine dans les temps immémoriaux, elle n'a pas pris fin lorsque le Bouddhisme a pris la prééminence.

Le Bouddhisme, aussi, à son tour n'a pas trouvé son aboutissement lorsque les Védantins ont relevé leurs têtes. De ce fait, l'étude concernant la tradition sera réellement plus fructueuse pour éclairer le lien étroit et les caractéristiques communes des différentes écoles de pensée dans l'histoire de la Philosophie Indienne et particulièrement en référence à l'arrivée de la renaissance contemporaine dans la Philosophie Indienne.

En outre, « tradition » est un terme plus complet et plus précis que « période » ou « âge ». Comme Norman Powell Williams le dit : « le mot 'tradition' signifie, étymologiquement, 'transmettre'. Cette conception de la tradition implique donc (a) un 'dépôt', qui est transmis et (b) des 'dépositaires' c.-à-d. des personnes qui sont en possession du dépôt et sont chargées de le préserver et de le transmettre aux successeurs. » La plupart des systèmes religieux prétendent porter en eux-mêmes un dépôt consistant en des célébrations cérémonielles, des mythes, des dogmes ou éthiques ou de certains de ces éléments révélés par une certaine

autorité ultime divine ou quasi divine destinés à être transmis à la postérité par une succession de responsables dument qualifiés.

Max Radin soutient aussi la conception que le terme 'tradition' dans son aspect religieux est « ... une livraison d'un précieux dépôt dont les sources sont tenues pour être divines à une ou des personnes particulièrement sélectionnées. » Udyotkara utilise le terme '*sampradaya*' (une traduction Hindi du mot 'tradition') et dit que « ... C'est une succession ininterrompue d'élèves et d'enseignants par laquelle la connaissance livresque est conversée ou transmise. » Dr. S. Radhakrishnan est aussi d'accord en commentant : « une culture vivante préserve le trésor du passé et crée celui du futur. »

Maintenant, il est clair que la tradition n'est pas une émergence soudaine mais le résultat de l'évolution durant le cours de l'histoire couvrant parfois de nombreux siècles afin de construire une nouvelle tradition. Dr. S. Radhakrishnan déclare justement : « Cela prend des siècles de vie pour faire une petite histoire et cela prend des siècles d'histoire pour produire une petite tradition et nous ne pouvons, à la légère, la mettre de côté. »

Le temps doit donc faire un long voyage afin de donner naissance à une nouvelle tradition. La création d'une nouvelle tradition et l'émergence d'un nouvel ordre signifient un tournant dans l'histoire d'un mode de pensée vers une tendance régénératrice et réformatrice plus appropriée à l'environnement changé de cet âge.

H.L. Hariappa remarque aussi : « Si une nation doit être unie c'est par la TRADITION dont elle hérite et qu'elle chérit. » L'apparition d'une nouvelle tradition est invariablement une nouvelle création et « la période de création a été des périodes de grande souffrance. Le monde traversera une phase de douleurs croissantes avant d'atteindre un nouvel équilibre. » En outre, « nous ne pouvons changer d'un coup notre héritage subconscient sur l'ordre du précédent. Les vieilles idées ne peuvent être déracinées à moins que nous soyons élevés à un niveau moral et intellectuel plus haut. »

De cette façon, la description de l'histoire de la Philosophie Indienne telle qu'elle est analysée dans l'âge, la période, le système, ou l'ère etc., peut fournir une étude analytique mais cela serait de préférence révélateur si le cours de la transition concernant une tradition affirmée et évaluée à la lumière de la renaissance et des tendances régénératrices telles qu'elles étaient considérées plus

haut. L'affirmation mentionnée précédemment des érudits et des chercheurs soutien et va dans ce sens.

Il y a de grandes variétés de traditions et cela exigerait donc une sélection suivant le besoin de la recherche du travail présent disponible. Pour garder en vue le sujet de la pratique spirituelle (*sadhana*) et son développement on peut entreprendre de considérer les principales traditions suivantes :

Tradition Non-Aryenne,

Tradition Védique,

Tradition Bouddhiste,

Tradition Jain,

Tradition Vedanta et

Tradition des Saints.

Toutes ces traditions ont eu un large impact sur le milieu et ont apporté de la

vitalité à un courant toujours fluide de la culture et des civilisations glorieuses de l'Inde. La version détaillée avec suffisamment de détails peut être vue dans le volumineux traité sur la Philosophie Indienne écrite par des érudits renommés comme S.N. Dasgupta, J.N. Sinha et S. Radhakrishnan. Il n'est pas nécessaire de mentionner que seulement un coup d'œil sur ces traditions serait possible dans l'espace limité d'un chapitre.

(i) Tradition Non-Aryenne :

La distinction entre la Philosophie de l'Inde et la Philosophie Occidentale est très commune. En outre, une sous-division dans la Philosophie Indienne peut-être une tendance récente à déchiffrer la différence de pensée et de culture entre le Nord et le Sud de l'Inde a aussi été établie par les anthropologues et les historiens sur les terrains d'études linguistiques et des restes archéologiques trouvés dans la Civilisation de la Vallée de l'Indus et ainsi une différence entre les traditions Aryenne (Védique) et Non- Aryenne (Non-Védique) a été délimitée.

Cette tradition Non-Aryenne a préfixé un chapitre de plus au développement historique de la Philosophie Indienne qui est traditionnellement

considérée prendre son départ chez les Vedas. Depuis cette tradition non-Védique contient distinctement certaines racines et les aperçus de poursuites spirituelles similaires à celles qui sont mentionnées dans le développement de la culture Védique (Aryenne). Baudhayana Dharma Sutra énumère cinq points de différence entre les coutumes particulières observées dans le Nord et celles dans le Sud. Buhler affirme aussi que certaines de ces coutumes décrites ici sont toujours courantes parmi elles. D'ailleurs ce Sutra dit clairement que certains hommes naissent Aryens et certains Non-Aryens. Apastamba Dharma Sutra enjoint : « Celui qui cohabite avec une femme Non-Aryenne, celui qui prête de l'argent avec intérêt, celui qui boit des spiritueux (autres que *Sura*), celui qui loue quelqu'un d'une manière indigne de Brahmana, s'assiera sur l'herbe permettant à son dos d'être brûlé (par le soleil). » Gautama Dharma Sutra dit aussi que l'on « ne conversera avec personne qui ne soit Aryen. »

Lord Krishna dans la Gita (II, 2) caractérise aussi le désespoir d'Arjuna pour ne pas livrer bataille comme digne de devenir un Non-Aryen (*anaryaajustam*).

Littéralement 'Non-Aryen' signifie 'celui qui n'est pas Aryen' c.-à-d., celui qui n'a pas la croyance/foi dans les Vedas et qui ignore les règles et les réglementations établies dans les Brahmanas, contenant les instructions en respect des rites et des rituels à réaliser dans la vie quotidienne des Aryens. Cette tradition Non-Aryenne ne fait pas référence à une tribu ou une race particulière ; plutôt de nombreuses tribus et races ont été associées au concept de 'Non-Aryen'. Elles avaient leur propre culture et leur propre civilisation et avaient développé leur propre empire et leur propre prédominance sur les régions dominées par les Aryens. Cette tradition appartient à ces Vratyas, qui étaient solennisés comme Aryens grâce à des rites cérémoniels à la séance Vratyastoma yajna (sacrifice) ; à ces esclaves (*dasas*) et voleurs (*dasyus*), qui étaient ennemis des Aryens et encore plus de ceux qui étaient souvent condamnés comme 'adorateurs du phallus' (*sisnadevah*).

Dravidiens est un terme général qui a été utilisé par les historiens et les archéologues pour désigner ces Non-Aryens. À côté de ceux-ci de beaucoup plus de termes ont aussi été utilisés pour désigner les Non-Aryens par ex. Kikatas, Panis, Kiratas, Yavanas, Pulindas, Sakas, Kambojas, Kalingas, Usinaras etc., (certains de ceux-ci sont même les derniers envahisseurs du Nord sur les Indo-Aryens).

Il y a une controverse concernant l'identité de ces Non-Aryens. La plupart des penseurs occidentaux les ont identifiés aux Dravidiens et leur ont attribué la

civilisation de la Vallée de l'Indus. Certains d'entre eux croient aussi que les Dravidiens étaient à l'origine des habitants de l'Inde et qu'ils ont eu une large influence sur la structure religieuse, culturelle et sociale de la race Indo-Aryenne qui a migré, d'une terre lointaine d'Asie Mineure, en Inde. E. J. Rapson écrit que : « La civilisation Dravidienne était prédominante en Inde avant l'arrivée des Aryens... et il n'y a aucun doute quant au fait qu'ils ont grandement influencé la civilisation Aryenne et la religion Aryenne dans le Nord. » E. B. Havell déclare que : « le système indigène Dravidien était selon toute probabilité la fondation sur laquelle la superstructure économique Indo-Aryenne était construite. » Hall dit aussi la même façon de voir lorsqu'il affirme que : « la culture de l'Inde est pré-Aryenne et la culture Aryenne doit sa civilisation et sa dégénérescence aux Dravidiens. »

En parlant de l'influence des Non-Aryens sur les Aryens Rao Saheb P. R. Ranganatha Punja prétend même que l'Inde du Sud a été la patrie et le lieu de l'origine de l'être humain qui est apparu en premier dans l'Inde du Sud et s'est après répandu sur toute la terre. Selon A. P. Karamarkar les Mohan-jo-dariens ont eu leur propre culte religieux indépendant qui était appelé *anyavrata* par les bardes Védiques. R. C. Majumdar prend la peine d'exposer brièvement la controverse : « Certains archéologues qui sont mal informés quant à la littérature Védique ont mis l'accent sur l'importance de la culture de la Vallée de l'Indus et rapetissé la civilisation Védique... Certains éminents érudits sont allés jusqu'à décrire les Indo-Aryens comme des barbares qui ont détruit une splendide culture sans être capables d'apporter quelque chose de nouveau. Ils ont donc décrit la Regveda comme l'« Épopée de la Destruction. »

L'opinion de Majumdar que les Dravidiens ou Non-Aryens ont influencé la culture et la civilisation Aryenne dans le nord n'est pas tenable parce que cette opinion est basée sur une fausse information du Texte Védique avec la présupposition que les Non-Aryens étaient les habitants d'origine pré-Védique ou qui sont venus en Inde à une certaine période préhistorique avant la migration Aryenne. De tels érudits et historiens ont créé un large gouffre entre les Aryens à peau claire et les Dravidiens au teint mat.

En réalité ces Dravidiens n'étaient pas Non-Aryens mais des Aryens à demi civilisés. Dans la Rigveda il y a une description quand Indra dit : « C'est moi qui n'ai pas donné le nom de dasyu à Arya » et aussi « C'est moi qui viens, voit et sélectionne dasas et Aryas ? »

Le Dr. Sampurnanand citant ces exemples affirme que si ces dasyus ou dasas – les soi-disant Non-Aryens – n’avaient pas ressemblé aux dasyus ou dasas – les soi-disant Non-Aryens – n’avaient pas ressemblé aux Aryens il n’aurait pas été question de sélection et de faux noms donnés par Indra. Ceci montre clairement que tant les Non-Aryens que les Aryens présentaient quelque ressemblance. Ils étaient aussi les habitants de l’Inde et ils ressemblaient aux Indiens.

Ces Non-Aryens étaient à l’origine Aryens, ils avaient développé leurs propres coutumes religieuses et leur propre civilisation après la migration vers le sud et vivant presque en exil loin du sein de Brahman à cause de la désobéissance à certaines règles ou au déshonneur à l’autorité des Vedas. En réalité les Dravidiens, les soi-disant Non-Aryens, étaient Ksatriyas et étaient dégradés parce qu’ils négligeaient la règle de vie Brahmanique. Mahabharata et Manusmṛti tous deux se réfèrent au fait que les sakas, yavanas, kambojas, dravidas, kalingas, pulindas, usinaras, kolisarpas, etc., étaient dégradés pour ne pas avoir observé les instructions prescrites ou pour avoir omis les rites sacrés. De cette façon tout en considérant la tradition Non-Aryenne on doit garder à l’esprit que cette tradition des Non-Aryens n’était pas un culte hétérodoxe contre les Aryens, mais un lien dans le développement de la Philosophie et de la religion Indienne qui définitivement mérite une considération et une évaluation respectables sous une rubrique séparée. Ces Non-Aryens sont généralement considérés « comme *akarman* (sans rite), *adevyu* (indifférents aux dieux Aryens), *avrata* (sans loi), *ayajvan* (ne faisant pas de sacrifice), et *abrahman* (sans *brahman*). » Pancavimsa Brahmana catégorise ces Non-Aryens en quatre classes – (i) Hina, (ii) Garagirs, (iii) Samanica-Medhra et (iv) Nindita.

Les études philologiques et les considérations linguistiques attribuent le langage Tamila aux Dravidiens. Rawlinson déclare que « le Tamila est la langue Dravidienne la plus vieille : d’autres sont Telugu, le langage Andhra, et Kanarese, le langage de Mysore ; Malayalama est le dernier développement du Tamil. » Reinhold Rost dit aussi : « le Tamil est la sœur de Malayalam, Telugu, Kanarese et Tulu. » Le plus grand poète en Tamil était Turuvalluvar. Son Tirrakkural ou Kural traite de trois sujets – la vertu, la richesse et le plaisir – est considéré comme le Veda de la littérature Tamil. Leur développement littéraire est de beaucoup postérieure à celle des Aryens.

Maintenant venant au point qui concerne la pratique spirituelle (*sadhana*) telle qu’elle est observée par les Non-Aryens il est assez clair qu’ils adhéraient à un

mode séparé d'adoration et de dévotion. Ils rejetaient tout ce qui était suivi par les Aryens et ainsi leur méthode était tout à fait différente. Ils ignoraient les rites, les rituels, les ordonnances et les instructions des Aryens. À cet égard les Aryens les traitaient comme un clan sans loi. Ils ne pratiquaient pas les oblations au feu (*yajna*), ce qui était un trait caractéristique des Aryens. L'objet d'adoration le plus commun pour ces personnes a été Mère Déesse. D'ailleurs, l'adoration de Lord Siva, particulièrement sous la forme de phallus (*Linga*) est une caractéristique particulière de ces Non-Aryens. La pratique de l'adoration du serpent/des serpents (*Naga*) était aussi dominante chez eux comme des serpents étant associés au Lord Siva. Ils ne faisaient pas de crémation mais avaient l'habitude d'enterrer les morts. Encore un autre trait caractéristique des Non-Aryens était la coutume chez eux à des occasions saintes et propices de danser en groupes alignés en cercle.

La pratique yogique est un fait de gloire parfaite et elle a stimulé la pensée Indienne depuis les temps primitifs et a attisé presque toutes les fibres de la Philosophie Indienne d'une façon ou d'une autre. Les reliques de la Vallée de l'Indus, attribuées aux Non-Aryens, dépeignent que la pratique yogique était dominante chez eux. Les restes archéologiques trouvés ici jettent de la lumière sur différentes poses (*mudras*), postures physiques (*asanas*) et une variété de mode d'adoration étaient en vogue à cette époque. De nombreuses figures gravées/inscrites sur des poteries, des sceaux, des amulettes sont la preuve évidente de l'existence de la pratique yogique parmi les habitants de la civilisation de la Vallée de l'Indus. Dans ce contexte une déité à trois faces portant une coiffure avec des cornes, assise les jambes croisées et entourée d'animaux, vaut la peine d'être mentionnée. Dr. R. C. Majumdar confirme que cette figure représente « au moins trois concepts c.-à-d. (i) Tri-mukha, (ii) Pasupati (Seigneur des animaux) et (iii) Yogeshvara, un mahayogi. » Il faut noter ici que Lord Siva est une déité qui est considérée comme l'incarnation plutôt comme l'initiateur de la pratique yogique. Son adoration telle qu'elle est dépeinte dans les reliques de Mohen-jodaro n'est pas seulement iconique mais aussi sous la forme de phallus comme elle peut être dérivée de la présence d'un grand nombre de pièces de pierre coniques et cylindriques et pour cette raison ces Non-Aryens étaient souvent considérés comme les adorateurs du phallus. (*sisnadevah*).

Il est aussi mention de Vratyas dans Atharvaveda. Ils ont aussi suivi la pratique yogique. Les Ekavratyas, comme décrits dans l'Atharvaveda, sont désignés comme mahayogis. Il y a aussi la description d'un hymne connu comme Vratyakanda dans Atharvaveda. Il contient des mystères profonds et remarquablement spirituels qui ne peuvent être connus que par une personne adepte

des pratiques yogiques. A. E. Gough a aussi essayé de faire remonter l'origine de la pratique yogique à des races de couleur avec lesquelles les Aryens s'étaient mélangés. Tylor a aussi remarqué dans son livre 'Culture Primitive' que les conditions extatiques excitées par la méditation, le jeûne et les stimulants narcotiques sont tenus en haute estime parmi les personnes sauvages dans l'Inde ancienne.

L'ensemble de cette analyse amène à la conclusion qu'il a existé un clan, ou disons une tribu qui côtoyait les Aryens. Qu'ils aient été pré-Aryens ou post-Aryens est la préoccupation des historiens, mais il est plausible d'assumer que cette tradition soi-disant Non-Aryenne observait la pratique spirituelle qui comprenait des similarités avec les pratiques yogiques. Ils avaient une vie rustique et vivaient dans des maisons construites en pierre sur des collines dans les forêts. Ils dépendaient en premier des animaux domestiques. Ils adoraient la nature et préféraient une vie innocente près de la nature. L'idéal de ces habitants primitifs était la sécurité de leur clan et de leur progéniture.

Il est douteux qu'ils aient eu un texte religieux ou spirituel comme le Veda des Aryens. Du moins ceci peut être assumé fort bien à propos – partout où l'être humain a vécu et dans quelque condition que ce soit, l'humanité a toujours conçu une certaine sorte de déité à laquelle elle soumettait ses offrandes avec des sentiments de respect pour obtenir santé, richesse et force. D'une façon ou d'une autre les hommes priaient pour la sauvegarde de leurs intérêts. Ils n'étaient pas des adorateurs du feu et aimaient les choses circulaires. Ils ne croyaient pas en l'immortalité de l'âme et ils avaient la coutume d'enterrer leurs morts. Ils sont les habitants primitifs du sol Indien et peuvent être considérés comme la source première du système du milieu matérialiste et athée qui plus tard a été désigné comme le système Carvaka dans la Philosophie Indienne. Donc, cette tradition peut être antérieure à la tradition Védique mais son existence avec la tradition Védique est assez évidente sur la base que ce système était critiqué et rejeté par les adhérents Védiques.

(ii) Tradition Védique :

Il y a quatre Vedas par ex., Rigveda, Samaveda, Yajurveda et Atharvaveda. Ce sont les plus vieilles littératures disponibles dans l'histoire littéraire de la civilisation humaine du monde. L'édifice de la spiritualité Indienne se tient sur la fondation des quatre Vedas. Ils contiennent le plus vieux langage, des rituels

primitifs, des compréhensions philosophiques et des récits de la culture et de la civilisation primitives. Weber le confirme : « Nous trouvons chez eux les plus vieux rituels. Nous avons les explications linguistiques les plus vieilles, les récits traditionnels les plus anciens et les plus anciennes spéculations philosophiques. »

Ces Vedas sont appelés les ‘*srutis*’ (révélation) distingués des ‘*smrtis*’ (souvenirs). Les différents ‘*rsis*’ auxquels les textes Vediques ont été attribués ne sont pas les auteurs (*kartarah*) ou compositeurs (*srstarah*) du texte plus exactement, ils sont vraiment les prophètes (*drstarah*) auxquels ces textes étaient révélés dans un état super conscient d’élévation spirituelle. Donc, ces textes Vediques sont désignés comme ‘*apauruseya*’ c.-à-d., non d’origine humaine. Les injonctions et les instructions mentionnées ici se prouvent d’elles-mêmes (*svatahpramanya*) ; parce qu’on a dit d’elles que celles-ci ont été révélées ou disons conférées aux êtres humains directement du Divin Suprême, la Source Originelle et de ce fait celles-ci sont dépourvues de fautes et d’erreurs.

Comme le Dr. S. Radhakrishnan le dit aussi, « la tradition du Veda peut être reliée au Suprême. Elle est exprimée ou formulée par des individus mais ils ne sont pas ses auteurs. La tradition appartient à l’ordre supra individuel et est dite être *apauruseya* ou non personnel. Elle est intemporelle bien que son appréhension soit possible à tout moment. » Soulignant l’autorité de Veda, Manu prétend que ‘*sarvam vedat prasidhyati*’ c.-à-d., tout est prouvé ou justifié par Veda et est considéré comme les respirations de *Brahman*, le Divin Suprême. La sagesse qui a vibré dans et derrière les mots de Veda est la Voix de Dieu, communiquée aux âmes qui avaient accompli l’étape d’harmonie avec la Nature.

Chacun des quatre Vedas est en outre divisé en quatre portions – (1) *Samhita*, (2) *Brahmana*, (3) *Aranyaka* et (4) *Upanisad*.

(1) *Samhita* littéralement signifie ‘collection’. Donc, cette portion est une collection d’hymnes, de prières, de bénédictions, de formules sacrificielles et de litanies. Il contient des hymnes chantés ou récités par le prêtre à la célébration des rites sacrificiels. Il est dans le langage Sanskrit Vedique primitif. À travers ces hymnes ils imploraient ou disons invoquaient des pouvoirs divins super-naturels pour être bénis avec la santé, la richesse et la sécurité.

Brahmana contient les règles pour l’emploi des hymnes du *Samhita* pour les sacrifices (*yajnas*). Ce sont des traités en prose qui discutent de l’importance des rites sacrificiels et de la méthode des célébrations cérémonielles de rites et

rituels tout au cours de la vie commençant même avant la naissance jusqu'à la mort et même après.

Aranyaka portion exhibe/déploie les portions religio-philosophiques compilées et étudiées dans '*aranyas*' signifiant les forêts. Dr. Radhakrishnan expliquant l'implication du mot '*Aranyaka*' explique que ceux qui continuent leurs études sans se marier sont appelés les '*aranas*' ou les '*aranyamanasa*', les habitants des forêts. Ils vivaient en ermitage ou dans des forêts. L'ermitage où les *aranas* vivaient s'appelait '*aranaya*', la forêt. Les textes contenant leurs spéculations sont connus comme *Aranyakas*. Parfois ces *Aranyakas* ou textes-forêts sont partiellement inclus dans *Brahmana*, la seconde portion et parfois avec l'Upanisad, la quatrième portion. Il y a aussi les traités indépendants. C'est à dire que les *Aranyakas* forment le lien de transition entre les rituels des *Brahmanas* et la philosophie des Upanisads.

(4) *Upanisad* littéralement signifie 's'asseoir près de' comme frappé à partir de la racine 'sad' signifiant 'être assis' et préfixé par 'upa' insinuant 'proche de ou près de'. Cette portion contient la sagesse communiquée aux disciples proches de leurs enseignants (*Gurus*). Les Upanisads sont les précieuses compilations des discours entre les enseignants et les disciples assis ensemble. La description psychologique et spirituelle de la personnalité humaine contient une manifestation très scientifique des prophètes Vediques (*rsis*) dans son originalité d'impériences directs (les expériences intérieures).

Ces quatre portions de Veda en général proposent que la réalisation de la Réalité, le *summum bonum* de la vie humaine, peut être gagnée si la méthode et le mode de pratique spirituelle (*sadhana*) mentionnés ici sont dûment et convenablement suivis. Le message de dévotion à travers les prières dans *Samhita*, d'action sous la forme de sacrifices (*yajnas*) dans les *Brahmanas*, de pénitence (*tapas*) dans les *Aranyakas* et d'accomplissement de la sagesse grâce à la méditation dans les *Upanisads* porte une image unifiée et synthétique de la dévotion (*bhakti*), de l'action (*karma*) et de la connaissance (*jnana*), qui sont énumérées comme les trois chemins conduisant à l'illumination spirituelle et à l'émancipation finale dans la Réalité Ultime. Si l'on traverse ces quatre portions des Vedas on peut saisir une transition de pensée de la prière au sacrifice, du sacrifice à la pénitence/austérités (*tapas*) et finalement de la pénitence (*tapas*) à la méditation spéculative culminant dans la concentration (*samadhi*). Tandis que l'étudiant (*brahmacarin*) lit les hymnes, les occupants (*grahasthas*) écoutent les *Brahmanas* qui parlent des devoirs quotidiens et des cérémonies sacrificielles, les

discours de l'ermite, les *vanaprastha*, sont compilés dans le *Aranyaka*. Le moine, qui a renoncé aux attachements du monde (*Samnyasin*) étudie les Upanisads qui sont spécialisées dans la spéculation philosophique. Ainsi, la pratique spirituelle chez les Vedas présente une émergence de pensée à partir de la prière individuelle à la divinité universelle, du bien-être matériel au contentement spirituel et de l'adoration extérieure à travers la prière à une intuition intérieure dans la spéculation spirituelle.

Visnumitra conseille un cours de méthode en cinq étapes pour l'étude des Vedas : (*Adhyayanam*) (étude des Vedas), *Vicara* (la réflexion sur le contenu des Vedas), *Abhyasanam* (la pratique des injonctions Vediques), *Japa* (le murmure des prières etc., à mi-voix) et *Adhyapanam* (l'enseignement des Vedas). Ces cinq méthodes d'étude des Vedas sont évidentes et ne nécessitent aucune élaboration. Le même cours a été mentionné dans le Daksa Smṛti (II, 34) et ce texte aussi recommande : « on doit employer le mode précipité pour le plaisir de l'étude, le modéré dans l'usage ordinaire et le délayé dans les instructions des élèves. » Le Atharvaveda Pratisakhya dit que l'étude de Veda est le devoir auquel il faut adhérer.

La tradition Vedique consiste en deux sortes de texte – *Sruti* (texte révélé) et le *Smṛti* (texte souvenu. Tous les quatre Vedas avec les quatre portions en chacun d'eux sont appelés les *Sruti* qui dépeignent la théorie, la réflexion et la pratique dominantes à chaque fois. À côté de ces quatre Vedas il y a aussi quelques autres traités c.-à-d. dix-huit Puranas et deux épopées (le Mahabharata et le Ramayana) jouent un rôle majeur pour dépeindre l'image de la tradition Vedique. De ce fait cela vaut la peine de mentionner que ces textes sont les *smṛtis* en comparaison des Vedas qui sont des *srutis*. En outre, la connaissance des Pratisakhya et six membres de Veda (*Vedanga*) aident aussi pour comprendre la tradition de Veda. Les six membres de Veda (*Vedanga*) sont (1) le *Siksha* (l'Apprentissage), (2) le *Kalpa* (règles et régulations pour les rites/rituels), (3) le *Vyakarana* (Grammaire), (4) le *Nirukta* (Étymologie), (5) le *Jyotisa* (Astrologie) et (6) le *Chandasasra* (poèmes lyriques).

À côté de ces six membres (*Vedanga*) la connaissance des Sutras (aphorisme) concernant les rites sacrificiels, les célébrations matrimoniales et autres, la connaissance des activités ritualistes quotidiennes et la conduite/comportement ont été décrits dans les textes connus comme les *srautasutra*, *grhyasutra*, *dharmasutra*, et *sulvasutra*. Ceux-ci sont aussi très importants pour avoir une vue globale de la tradition Vedique. La pratique

spirituelle (*sadhana*) dans sa forme la plus primitive comme dominante à l'époque Vedique, se trouve dans la récitation des hymnes requis (*Mantras*) des Vedas pour plaire à la Divinité. Les sages Vediques adoraient, priaient et imploraient la Divinité pour chercher des faveurs contre les infortunes et les misères et pour promouvoir le bien-être de leur progéniture, société contrée et humanité en général. Ils étaient des adorateurs de la Nature et leur approche de la Nature était celle d'un panthéisme, signifiant littéralement 'tout est Dieu'. Ils trouvaient chaque objet et tous les objets de la Nature imprégnés de l'étincelle de la Divinité. Ils percevaient la présence des Dieux dans l'eau, les arbres, les nuages, l'air, le sol etc. Ceci s'est développé ensuite en polythéisme et de ce fait tous les objets de la nature étaient attribués à une certaine déité séparée.

Lentement avec le passage du temps cette adoration-prière par la récitation d'hymnes est devenue de plus en plus ritualiste et a pris la forme de l'imploration de la Divinité par la célébration de *yajnas* (sacrifices). Elle est devenue l'occasion sacrée pour offrir des prières à leurs dieux bien-aimés et pour les adorer. Naturellement et lentement les *yajnas* ont dominé la vie théorique et pratique du peuple Vedique et ainsi le feu (*agni*) est devenu le principal objet de leur pratique spirituelle et ils ont considéré *Agni* (feu) comme la principale Déité (Rigveda V, 5, 1-2). La célébration des rites sacrificiels (*yajna*) a prédominé dans la vie routinière de ces personnes.

Lentement le polythéisme (adoration de plusieurs dieux) s'est transformé en monothéisme (adoration d'un seul Dieu). Il y a aussi de nombreuses références dans lesquelles ils ont décrit qu'ils avaient réalisé le contrôle sur la respiration (*prana*) et la victoire sur la mort.

Plus tard, la méthode de méditation devient dominante. Bien que *sadhana* sous la forme de célébration de *yajna* ait reçu la place convenue, ils condamnaient l'attitude dogmatique envers celle-ci. Les rituels et les cérémonies développaient la prédominance de la classe sacerdotale à qui l'on demandait de les réaliser. En conséquence sous l'influence de cette classe la société 'accablée de rituels' et 'tourmentée par la caste' a évolué. L'impact grandissant de la célébration de rites et de rituels dogmatiques était si grand que « le vrai était dominé par le faux et le chaos de la religion Brahmanique avec toutes ses théories a vite atteint son apogée dans la période post Upanisadique ou prébouddhique. La période était celle d'une 'sécheresse spirituelle' où la vérité s'est durcie en tradition et la moralité raidie en routine. La vie est devenue une série d'observances. L'esprit de l'homme s'est déplacé à l'intérieur des cercles de fer de cérémonies prescrites.

Avec la venue du Jaïnisme et de Bouddhisme les principes Vediques ont glissé dans un lent oubli. Il a presque atteint son anéantissement mais plus tard les Vedantins ont infusé de la vie et ils ont donné un appel au clairon et ré-établi la tradition Védique sur des bases solides.

Cette aventure, qui sera discutée plus tard, a prédominé en attribuant plus d'importance aux aspects spirituels et philosophiques.

(iii) La Tradition Jain :

La tradition Jain en tant que doctrine religieuse représente une des écoles hétérodoxes de la Philosophie Indienne alors qu'elle ne reconnaissait pas l'autorité des Vedas et d'autres textes spirituels des Hindous. Cette tradition est caractérisée comme une philosophie athéiste (*Nastika*) alors qu'elle condamnait les Vedas (*Nastika vedanindakah*). L'origine du Jainisme va à la période préhistorique et on la croit plus ancienne que la tradition du Bouddhisme. Les adhérents du Jainisme croyaient que la religion Jain est éternelle comme cela a été révélé à travers les dix-huit enseignants divins successifs connus comme Tirthankaras. Rsabhadeva est le premier Tirthankara et Vardhamana Mahavira le dernier (vingt-quatre). Parsvanatha était le prédécesseur de Vardhamana et on croit qu'il a vécu pendant 250 ans avant Vardhamana. Ces Tirthankaras sont aussi désignés comme '*Jin*' (le conquéreur spirituel), la source de la racine Sanskrit de laquelle le terme 'Jain' est tiré. Ainsi, ceux qui ont suivi '*Jin*' sont appelés Jains.

Sur des bases de similarités entre Jain et la vie Bouddhiste et aussi étant presque contemporains les penseurs et les érudits ont considéré Mahavira et Bouddha comme étant une seule personnalité. Mais il a été bien établi qu'ils étaient le fondateur de deux différents et indépendants courants de pensée dans son origine la tradition Jain est beaucoup plus ancienne que le Bouddhisme.

L'ensemble de la tradition Jain est divisé en deux sectes :

(i) les *Svetambara* (ceux qui portent des vêtements blancs)

(ii) les *Digambaras* (ceux qui sont nus).

Dans la mesure où il s'agit du principal de l'enseignement ils sont tous les deux d'accord l'un avec l'autre mais sont en désaccord sur certains points de détail. Les Digambaras étaient les adhérents rigides et croyaient que les Tirthankaras vivaient sans nourriture. Celui qui possède des biens et porte des

vêtements ne peut atteindre le salut et la femme ne peut réaliser la libération (*Moska*). Ils préservèrent ainsi l'enseignement original et la pratique de la pensée de Jain. À cause de cette rigidité ils sont regardés comme ceux qui représentent le plus vieux credo. Les Svetambaras étaient plus doux dans leur approche et s'ajustaient eux-mêmes à une vie normale en société.

Les principes de la tradition Jain consistent dans le fait qu'ils considèrent que les âmes (*jivas*) sont infinies en nombre et sont fondamentalement possédées d'une perception infinie (*anantadarsana*), d'une connaissance infinie (*ananta jnana*), d'une béatitude infinie (*ananta sukha*) et d'un pouvoir infini (*ananta virya*). Ces caractéristiques infinies sont supprimées par les actions (*karman*) réalisées par le corps.

Les Jains considèrent les âmes comme substance (*dravya*) et l'Âme remplit la totalité du corps comme la lumière ou l'air rempliraient une pièce. Même la plus petite particule de matière est aussi infusée par l'âme et, parfois pour l'amour de la compréhension, ils les appellent '*nigodha*' ce qui porte une proche ressemblance avec les monades de Leibnitz. Ainsi la tradition Jain préconise un pluralisme animiste de l'univers.

C'est l'action qui masque la nature pure et infinie de l'âme et lie à la vie terrestre ou mondaine. Le chemin juste pour la libération doit se trouver dans le fait de se purger des actions et de leurs effets. Cette action de se purger est connue comme '*nirjara*' et comme opposée à '*asrava*' représentant l'influx de la matière karmique dans l'âme. Ils croient que la destruction complète de tous les *karmanas* conduit à la libération (*Moksa*).

Le Jin Divin ou Tirthankaras est le Guru qui aide à accomplir la vraie connaissance des *tattvas*. La tradition Jain a développé une grande emprise dans la société Indienne. Elle consiste en une vaste littérature et représente un credo qui d'un côté s'est dissociée du culte dogmatique, ritualiste et mystique de la tradition Vedique et d'un autre côté représente la compréhension mature et originale de la réalité envisagée sur une compréhension approfondie des aspects ontologiques, épistémologiques et axiologiques de la vie humaine. À présent la méthodologie *vipasyana* et la technique *preksa-anupreksa* sont une contribution originale de la tradition Jain. Pour plus de détails une littérature appropriée à cet égard peut être consultée.

(iv) La Tradition Bouddhiste :

La tradition du Bouddhisme est historiquement divisée en deux principales écoles c.-à-d. (i) *Hinayana* et (ii) *Mahayana*.

L'école *Mahayana* a donné naissance aux systèmes de *vajrayana*, *kalacakrayana* et plus tard aussi de *sahajayana*. Il y a notamment quatre écoles de pensée dans le Bouddhisme : (i) *Sautrantika*, (ii) *Vaibhasika*, (ii) *Madhyamika* et (iv) *Yogacara*.

Baldev Upadhyaya énumère trois écoles dans la tradition Bouddhiste – *Sravakyaana*, *Pratyekabuddhayana* et *Bodhisattvayana*. Yamakami Sogen donne un compte-rendu de nombreux systèmes de Bouddhisme à partir de différents points de vue comme 'I-geo-do' et 'Nan-geo-do' (le chemin facile et le chemin difficile).

De fait, il y a trois points décisifs dans le Bouddhisme connus comme les trois mouvements de la Roue de la Loi (*tricakrapravartana*). À cause de la variété de nomenclature des écoles de pensée on peut présumer que l'enseignement Bouddhiste se soit avéré très attirant et que les gens, tout en l'acceptant, fournissaient leurs propres noms à la tradition en évolution du Bouddhisme comme leur conception et compréhension sous des influences régionales et locales. Plus tard, les érudits et penseurs ont remonté ces nomenclatures pour décrire comment le Bouddhisme était accepté et le ritualisme Vedique et la mystification dogmatique étaient dépréciés.

Parfois il a été fait des interprétations controversées sur la philosophie du Bouddhisme. Rahul Sanskrtyayan dans un Chapitre de son livre 'Darshan Digdarshan' sous le titre '*lipa poti*' (salmigondis) a durement critiqué la conception du Dr. S. Radhakrishnan que la pensée Bouddhiste ressemblait à la philosophie des Upanisads. Sanskrtyayan écrit durement que Radhakrishnan « n'est pas digne d'écrire l'histoire de la Philosophie ». En référence à ces commentaires de Sanskrtyayan, il serait plausible d'affirmer que les Bouddhistes étaient non-Vediques et ils ne suivaient pas les injonctions de Veda dans leurs vies. Mais cela ne devrait pas signifier que le Bouddhisme n'avait pas de relation avec le mode et la technique courants de la pratique spirituelle (*sadhana*) observée au cours de cette période.

Ici, les mots de E. B. Havell peuvent être cités que la tradition du Bouddhisme était « une nouvelle interprétation plutôt qu'une total rejet de la tradition Vedique. » Peut-être, étant lié à des considérations verbales, à des

interprétations scholastiques et à un orgueil pédant Rahul Sanskrtyayan a fait un commentaire aussi dur et cinglant contre S. Radhakrishnan. En réalité, à la fois Radhakrishnan et Sanskrtyayan souffrent d'un défaut qui est de se donner trop d'importance. Tandis que Dr. Radhakrishnan a involontairement exagéré la similarité entre l'idéalisme Bouddhiste et la philosophie des Upanisads Sanskrtyayan a volontairement évité de comprendre et de saisir le vrai sens de la conception de Dr. Radhakrishnan. Il est seulement naturel sur la base de l'analyse verbale de regarder le Bouddhisme et la philosophie des Upanisads comme des pôles séparés parce que le nom de la conception Bouddhiste est la théorie Sans-Âme (*Atmavada*) et celle des Upanisads est la théorie de l'Âme (*Atmavada*). Ces deux théories paraissent apparemment être des théories différentes. On peut se souvenir que Radhakrishnan n'était pas la seule personne qui indiquait et remarquait les points de similarité entre le Bouddhisme et les Upanisads. C.D. Sharma, Baldev Upadhyaya, Bharat Singh Upadhyaya, J.C. Jennings etc., ont aussi décrit cette similarité entre les deux systèmes du Bouddhisme et des Upanisads.

Il y a une différence apparente dans la nomenclature des théories par ex., Upanisad préconise la 'théorie du Soi' (*Atmavada*) et les Bouddhistes proposaient la 'théorie du Non-Soi' (*Anatmavada*). Mais on peut aussi souligner que Bouddha et Patanjali énonçaient tous les deux la théorie du 'Chemin à Huit étapes' et en outre la huitième étape dans la pensée des deux est *Samadhi*. Yogiraj Maitreya a collecté les conceptions de nombreux érudits sur ce point. Le Bouddhisme « était la réorganisation de la société Aryenne sur des bases plus larges et une réadaptation de la pensée religieuse au besoin spirituel des temps.

Le Dharma du sacrifice et du *mantram*, qui était devenu inefficace comme politique pratique pour le peuple Aryen était remplacé par le Dharma de la pensée juste et de la façon de vivre juste.

Bouddha a préconisé le Chemin des Quatre Nobles Vérités (*Arya-Satya*). Il a aussi énuméré comme la neuvième incarnation des dix incarnations de Visnu. Bouddha a définitivement préconisé la théorie du Non-Soi (*Anatmavada*), mais ceci ne devrait pas signifier qu'il ne croyait pas en l'existence du soi (*Atman*). En fait, il a simplement et clairement essayé d'être en désaccord avec l'affirmation chez les Upanisads du Soi ou de l'âme comme une entité éternelle et immuable.

Traditionnellement, le Bouddhisme était une protestation contre une société dominante formaliste et ritualiste pleine de pratiques superstitieuses et dogmatiques et il essaya de réformer la société en rejetant l'autorité des Vedas et en enseignant un mode de vie nouveau. Le Bouddhisme a ouvert le chemin d'une

nouvelle technique de pratique spirituelle et a introduit une nouvelle approche au problème de l'existence humaine et de son but final sur la terre. T. R. V. Murti maintient que « Bouddha s'est toujours considéré lui-même comme initiant une nouvelle tradition, comme ouvrant un nouveau chemin jamais parcouru auparavant. »

La tradition du Bouddhisme est fermement basée sur l'expérience pratique comme il le conseille clairement à ses élèves : « Les savants testent l'authenticité de l'or en le chauffant, le coupant et le frottant sur une pierre de touche. De façon similaire O Moine ! Suis les enseignements seulement en entreprenant des tests suffisants et non à cause de la magnanimité de personnalité de Bouddha. »

On dit aussi qu'après avoir quitté son palais et renoncé à la vie domestique, Bouddha entreprit les austérités de la pratique du yoga sous la guidance de Uddak Ram Putta et Alaar Kalaam pendant environ six ans. Bouddha après l'illumination réalisa la vraie valeur du yoga et la futilité de la pratique du Hathayoga, d'où un pratiquant doit suivre les différentes pratiques de tortures physiques et de mortifications. L'étape pas finale dans le huitième chemin du Bouddhisme est la méditation juste (*samyak samadhi*).

L'ensemble de la philosophie du Bouddhisme peut être résumé. Rien n'est éternel (*sarvam anityam*) et *Nirvana* est la paix (*nirvanam santam*). À l'origine toute la philosophie du Bouddhisme est contenue dans les Quatre Nobles Vérités :

Tout est souffrance (*sarvam duhkham*) ;

Il y a une cause à l'origine de la souffrance (*duhkham samudaya*) ;

Il y a un remède pour l'arrêt de la cause de la souffrance (*duhkha nirodha*)

Il y a un chemin pour l'arrêt de la cause de la souffrance (*dukkh nirodha marga*).

Les détails des quatre Nobles Vérités peuvent être consultés dans le chapitre approprié des livres sur la Philosophie Indienne.

La tradition Bouddhiste conseille un abandon complet et total à Bouddha (*Buddham saranam gacchami*) ; aux principes (*Dhammam saranam gacchami*) et à la congrégation (*sangha saranam gacchami*). Ainsi le Bouddhisme en essence montre la même chose que la pratique du Yoga des autres systèmes Indiens mais d'une façon simple, naturelle, favorable et très efficace.

(V) La Tradition du Vedanta :

La tradition Vedanta représente la reprise de la pensée Védique, particulièrement la philosophie Upanisadique comparée au mouvement anti-Védique dominant sous l'influence du Bouddhisme et du Jainisme. Le terme Vedanta renvoie à trois significations :

En tant qu'école de pensée il dénote *Jnanakanda* et est aussi connu comme Uttar Mimamsa comparé à Purva Mimamsa qui traite des rites cérémoniels et le résultat de leur célébration se composant de Samhita et de portions Brahmana des Vedas ;

Étymologiquement le mot 'Vedanta' est constitué de deux mots 'Veda' et 'anta' (fin). De ce fait il signifie 'la fin de Veda' c.-à-d. les Upanisads qui sont la portion dernière/finale de chacun des quatre Vedas. Le mot 'Vedanta' dans ce sens a été utilisé dans Brahma Sutra (III, 3, 1), Gita (XV, 15), Manusmṛti (VI, 94), Mundakopaniṣad (III, 2, 6), Kaivalyopaniṣad (4), et dans Svetasvataraopaniṣad (VI, 32).

Certains érudits éminents interprètent le constituant du mot 'anta' comme 'but, objet ou conclusion'. Ainsi selon eux le terme 'Vedanta' représente la conclusion finale ou l'essence des Vedas.

La philosophie de Vedanta indique les trois significations mentionnées ci-dessus. Le Vedanta apparaît devant nous comme un nom général des différentes écoles de pensée qui ont émergé des différents commentaires sur le Vedanta Sutra représentant la philosophie systématique et consolidée des Upanisads, la dernière portion de Veda. Elle s'efforce de faire connaître l'essence de la tradition Vedique.

L'ensemble de la tradition de Vedanta est fondamentalement basée sur les trois textes saints, connus comme les trois fondements (*prasthanatrayi*) – les Upanisads, le ²⁵Brahma Sutra et le Srimadbhagavadgita (Gita) respectivement connus comme le *Srutiprasthana*, le *Sutraprasthana* et le *Smṛtiprasthana*. Brahma Sutra le texte fondamental de Vedanta est aussi connu comme Vedanta Sutra.

Par conséquent, les trois textes saints, mentionnés ci-dessus, sont les textes fondamentaux de la tradition Vedanta. Tous les Vedantins les ont commentés et ont rétabli la tradition Vedique à sa gloire d'origine. Ce mouvement par les Vedantins est devenu si fort que le Bouddhisme a presque disparu du sol Indien.

Les noms de Badari, Kasyapa, Karsnjini, Atreya, Audulomi, Asmarathya, Karsakrsna etc., sont énumérés comme les anciens rajeunisseurs de la tradition Vedique avant la composition de Brahma Sutra par Badarayana. Baudhayana et Upavarsa sont dits être les premiers commentateurs de Brahma Sutra mais leurs travaux ne sont pas disponibles au-delà de quelques références dans les commentaires de Ramanuja et Sankara. On dit aussi que la Bhiksu Sutra comme indiquée dans l'Astadhyayi (IV, 3, 110) de Panini, est un autre nom de Brahma Sutra de Badarayana.

Brahma/Vedanta Sutra comprend quatre chapitres (*adhyaya*), dont chacun se compose encore de quatre sections (*pada*).

Le Premier Chapitre Vedanta Sutra est appelé '*samanvaya adhyaya*' parce qu'il présente la forme consolidée des Upanisads ou largement parlant de Veda dans son ensemble. *Brahman* est la cause de l'origine, de la substance et de la dissolution du monde (Brahma Sutra I, i, 2). Ce *Brahman* a été conçu et décrit sous différentes formes – AUM (3%), *Aksara*, *Purusa* etc.

Le Second Chapitre est connu comme '*avirodha adhyaya*' parce qu'il présente l'évaluation critique des assertions anti-Vediques.

Le Troisième Chapitre est appelé '*sadhana adhyaya*'. Elle énonce les moyens (*sadhana*) pour la réalisation de *Brahman*.

Le Quatrième Chapitre est désigné comme '*phala adhyaya*' puisqu'il présente les résultats accomplis par un pratiquant (*sadhaka*) sur le chemin de la réalisation. Il explique aussi *Moksa* – *Jivanmukti* et *Videhamukti*.

Il y a de nombreux commentaires sur le Vedanta Sutra différant non seulement dans leurs interprétations mais aussi dans le nombre de Sutras et les *adhikaranas* de Brahma Sutra. Les principaux commentateurs de Vedanta Sutra, leur théorie et le nom des commentaires respectifs sont les suivants :

Vedanta Sutra Théorie et Commentaires des Commentateurs

Commentateurs	Théorie	Commentaires
Sankara	Advaita	Sarirakabhasya
Ramanuja	Visistadvaita	Sribhasya
Vallabha	Suddhadvaita	Anubhasya
Madhava	Dvaita	Purnaprajnabhasya
Nimbarka	Svabhavikabhedabh	Vedantaparijatasaur
Bhaskara	Aupadhikabhedabhe	Bhaskarabhasya

Chaitanya Vijnanabhiksu	Acintyabhedabheda Samanvaya	Govindabhasya Vijnanamrta
----------------------------	--------------------------------	------------------------------

Le nombre des Sutras et des adhikaranas référés par les différents commentateurs diffère aussi :

Nombres des Vedanta Sutra et des Adhikaranas

Commentateur	Sutras	Adhikaranas
Sankara	555	191
Ramanuja	545	156
Vallabha	555	162
Madhva	562	223
Nimbarka	549	151
Baldeva	556	198

Tous ces commentaires et interprétations ont suscité un renouveau de la pensée Vedique. Les mêmes concepts Vediques de *Brahman*, *Atman*, *Jiva*, *Moksa* etc., étaient amenés au premier plan et leurs significations étaient expliquées. Ainsi, la tradition de Vedanta tente de réaliser une systématisation ordonnée de la pensée Vedique. Les conceptions, qui étaient en train d'être mises à l'ombre par le mysticisme, reçurent une nouvelle interprétation et une nouvelle explication. Comme le dit Ernest P. Harrwitz : « Les Sutras Veda étaient transposés aux suttas Bouddhistes qui, une fois de plus, étaient recomposés en Sutras Vedanta ou Sutras Brahma. Dieu (*Brahman*) étant la fin (*anta*) de Veda et de sa sagesse ».

Toutefois, la tradition Vedanta a succédé à établir de nouveau Veda sur son piédestal d'origine mais ces commentaires et ces interprétations ont rendu cette tradition de plus en plus théorique et l'aspect pratique était laissé dans l'oubli. *Ils* restaient essentiellement engagés dans la discussion et les discours.

Plus tard au cours de la période moderne, l'aspect pratique a de nouveau reçu une impulsion sous le Neo-Vedantisme dans la Philosophie Indienne. Différentes personnalités en Inde ont fait des efforts méritoires. Swami Vivekananda et Swami Ram Tirth ont exemplifié cette tendance en jetant de la lumière sur le Vedanta pratique. D'ailleurs, Aurobindo, Radhakrishnan, K.C. Bhattacharaya etc., ont aussi présenté un bon compte-rendu de Vedanta.

(VI) La tradition des Santos (Saints) :

La tradition Vedanta, couplée avec la venue du Soufisme Islamique, a donné naissance à la tradition des Saints (*Santas*) au cours d'une longue période de la règle Musulmane en Inde. Il y a eu deux principales branches de la tradition des saints. La Première, les Saints *Nirguna*, qui sont influencés de façon prédominante par le Soufisme Islamique et Advaita Vedanta de Sankara et la Seconde, les Saints *Saguna* sont principalement tournés vers les coutumes artistiques de la mythologie Hindoue. D'un côté, la tradition sainte contenait de fait l'influence des systèmes Saiva et Sakta de la Secte Tantrique dans un Bouddhisme décadent et d'un autre côté elle constituait un lien entre le mode *Nirguna* et le mode *Saguna* de pratique spirituelle (*Sadhana*).

Le terme '*santa*' peut être retrouvé dans les hymnes saints de Rgveda où il représente une Réalité Existante ou un homme vertueux. Selon les Upanisads Taittiriya : celui qui connaît *Brahman* est tel qu'il est considéré comme '*santa*' par le sage (*asti brahmeti cedveda santamenam tato viduriti*). Parashuram Chaturvedi explique aussi le sens dérivé du mot 'saint' dans la langue anglaise et dit que 'saint' est dérivé du mot 'sanctus' signifiant 'pieux' ou 'pur'. Ainsi, 'saint' dans la langue anglais signifie celui qui est pieux et pur de cœur, et le terme est attribué au père dans l'Église. R.D. Ranade décrit le terme 'saint' comme un mot technique pour les disciples de Varakari Sampradaya.

Toutefois, le terme '*santa*' (saint) ici représente en particulier ceux qui ont préservé la lumière de la spiritualité et ont, de ce fait, éclairé les masses au cours des âges intermédiaires. En général, le terme '*santa*' inclut aussi les prophètes Vediques (*Rsis*). 'Santa Anka', le volume annuel du mensuel « *Kalyana* » en Hindi (publié par la Presse Gita, Gorakhpur, U.P.) donne une brève esquisse de vie et des travaux d'un large nombre de saints de l'Est aussi bien que de l'Ouest. Il décrit aussi la valeur et la place de saints dans l'histoire culturelle de l'Inde.

L'importance et la portée de ces saints dans la situation sociale de l'Inde ont été soulignées dans le récit épique bien connu Mahabharata et aussi dans la Srimadbhagvadgita. Ces saints servent de bateau pour ceux qui sont en train de se noyer dans l'océan du monde. Ils fournissent un abri aux âmes affligées des êtres humains. En outre, ils ouvrent les yeux intérieurs des personnes ignorantes et les rendent ainsi capables de voir la Réalité.

Les Saints, sous le prétexte de pèlerinage, visitent différents lieux saints et de ce fait les rendent plus sacrés à travers leurs visites et insufflent les lieux de vitalité spirituelle.

Le rajeunisseur du système du Sahaj Marg, Shri Ram Chandrajji de Shahjahanpur a aussi rendu le même service en visitant des lieux saints en Inde et en les rechargeant d'influx divins. L'association de tels saints et leur compagnie, selon Narada Bhakti Sutra, est difficile à atteindre (*durlabha*), inapprochable (*agamyā*) et infaillible (*amogha*). Lord Krishna dit à Uddhava que ni le yoga, ni Samkhya, ni la loi sacrée (*dharma*), ni l'étude des Vedas, ni la pénitence, ni la renonciation, ni la charité, ni la donation aux Brahmins, ni le jeûne, ni le sacrifice, ni les hymnes sacrés, ni les lieux de pèlerinage, ni niyama, ni yama ne me tiennent autant que je suis contrôlé par la compagnie de ceux qui sont bons (*satsangis*).

Ces saints appartenaient à différentes castes et à différents crédos. Ces hommes et ces femmes, Hindous ou Musulmans, Brahmins et Sutas, 'Kalyana' (Santa Anka), comme mentionnée au-dessus énumère Parmesthi, un tailleur ; Kuba, un potier ; Raghu, un barreur ; Raidasa, un cordonnier etc. Ces saints ont mis l'accent sur la dévotion (*bhakti*) et l'abandon à Dieu. Ils accordaient une grande importance au Guru et croyaient en l'expérience directe. Ils mettaient l'accent sur la pratique et rejetaient la mystification théorique de faits spirituels. Parmi les différents saints, le nom de Saint Kabir vaut à peine d'être noté. Kabir Pantha, Bavari Pantha, Nanaka Pantha, Dadu Pantha, Maluka Pantha etc., sont quelques-uns des Panthas et les sociétés formées après les noms de leurs fondateurs qui ont essayé d'amener la révolution dans le champ de la spiritualité, dans la compréhension théorique aussi bien que dans son application pratique.

La tradition des Saints n'a pas seulement tenté de retenir les essentiels de la pratique spirituelle (*sadhana*), mais ont aussi mis l'accent sur la dévotion et l'abandon à la déité comme la technique fondamentale de la pratique spirituelle. Toutefois, cette tradition tombe sous les brumes enveloppantes de la période sombre de l'histoire de la Philosophie Indienne comme la virilité, la confiance et l'originalité de la raison et de la pensée semble avoir souffert un sérieux échec au cours de cette période donnant naissance à une ennuyeuse scholastique et à une triste soumission à l'autorité. La venue de la règle Britannique en Inde, avec ses maux et ses bienfaits, a inauguré une nouvelle ère dans l'histoire de la culture pérenne de l'Inde.

Nous pouvons l'appeler la période moderne ou la période de renaissance contemporaine.

Dans cette tradition des saints les Alvaras de l'Inde du Sud méritent aussi une mention particulière parce que le terme Alvaras était utilisé comme un équivalent de « santa ». Alvara est un mot Tamil pour celui qui est immergé dans l'océan de la dévotion à Dieu. Ils restaient perdus dans la méditation (*dhyâna*) et submergés dans le récit de psaumes de dévotion. Dr. K.C. Varadachari dans son livre – « Alvaras de l'Inde du Sud » énumère douze saints Alvaras (1) Poygai Alvara, (2) Putattar, (3) Peyalvara, (4) Bhaktisara, (5) Kulasekhara, (6) Vipranarayana, (7) Tiruppana Alvara, (8) Visnucitta, (9) Goda, (10) Tirumangai Alvara, (11) Sanathakopa et (12) Madhura Kavi. Les travaux de ces douze Alvaras sont recueillis dans « Prabandham » qui contient environ quatre mille versets. « Prabandham » est considéré comme le Tamila Veda. Parashu Ram Chaturvedi dans son fameux livre « Uttara Bharata kī Santa Parampara » remarque que celui qui récite les versets de « Prabandham » est connu comme 'Adyar'. Les statues de ces Alvaras ont été adorées dans les temples à côté³⁰ des statues de Dieu. Dasgupta, indiquant le verset de Bhagavata Purana (XI, 5, 38-40), remarque que « les grands adeptes de Visnu apparaîtront dans le sud sur les rangs de Tamraparni, Krtamala (Vaigai), Payasvini (Palar), Kaveri et Mahanadi. » Le temps de ces Alvaras a été fixé, en tout cas, avant 900 ap. J-C. Dr. K. C. Varadachari remarque que ces Alvaras sont Shri Vaisnava Mystiques de l'Inde du Sud. « Ces prophètes de Dieu, qui sont aussi des amants de Dieu, ont ouvert un chapitre dans la renaissance spirituelle Indienne. » La remarquable contribution de ces Alvaras se trouve dans le fait que, d'un côté, ils ont influencé Visistadvaita de Ramanuja et, d'un autre côté, du Sud ils ont eu tendance à se déplacer vers le Nord où cette contribution a fleuri à travers les différentes sectes de dévotion de Chaitanya, Kabir et autres.

La Renaissance Contemporaine :

Étymologiquement, le terme 'renaissance' est dérivé du latin 're' (de nouveau) et 'nasci' (naître) et ainsi il signifie 'naître de nouveau'. Les historiens ont utilisé ce terme pour caractériser différentes périodes de réveil intellectuel et qui a eu particulièrement lieu en Italie et en Europe au cours du 15^{ème} et 16^{ème} siècles. Le terme a été inventé par Michelet et développé dans un concept historique par J. Burckhardt (1860) qui considérait l'individualisme, le réveil de l'antiquité classique, la « découverte » du monde et de l'homme comme les caractéristiques principales de la période comme opposées à celles du Moyen Âge. Ainsi la renaissance signifia en Europe la période de transition de l'attitude théologique médiévale à l'interprétation moderne scientifique de la réalité.

Il est très difficile de localiser avec précision la source précise et le moment de la renaissance dans la Philosophie Indienne parce que la renaissance dans un grand pays avec une population très nombreuse comme l'Inde, où d'innombrables sectes et systèmes sont arrivés à l'existence n'est pas une affaire d'émergence soudaine. La graine de la renaissance a été semée dans le sol de l'Inde avant même que l'Inde ait commencé sa lutte pour la liberté sous la forme de mouvements de réforme sociale. Dans l'histoire de l'Inde la période du 11^{ème} siècle au 18^{ème} siècle est considérée comme 'la période sombre'.

Ce n'est pas une tâche facile de définir précisément le concept d'Inde contemporaine et de le distinguer de celui d'Inde moderne. Mais il n'est pas difficile de comprendre et de saisir le sens signifié de ce fait. En réalité, tant l'Inde moderne que l'Inde contemporaine sont historiquement les deux étapes de renaissance alors que l'Inde moderne signifie la période d'incubation de la renaissance et que l'Inde contemporaine renvoie au moment où la renaissance envisageait la maturité portant des résultats visibles avec l'Inde qui installa son gouvernement démocratique. Au cours de la période précédente Raja Ram Mohan Roy annonça l'âge nouveau et essaya de ramener l'Inde à sa gloire d'origine et les personnalités saintes ont donné expression à leurs rêves comme l'exhortation de Swami Vivekananda : « J'attends avec anxiété le jour où des esprits puissants surgiront où des esprits spirituels gigantesques seront prêts à aller de l'Inde aux extrémités du monde pour enseigner la spiritualité et la renonciation, ces idées qui viennent des forêts de l'Inde et appartiennent seulement au sol de l'Inde ». Donc, la distinction entre la période moderne et la période contemporaine est celle de la distinction entre la graine et l'arbre, la cause et l'effet.

La renaissance culturelle en Inde a réellement pris son origine au 19^{ème} siècle avec les mouvements de réforme lancés par des réformateurs comme Raja Ram Mohan Roy, Swami Dayanand Saraswati et Madame Blavatsky. Elle est arrivée à être consolidée par les efforts de génies dévoués dans les champs politiques, sociaux et spirituels et pour en nommer quelques-uns il y a Paramhansa Ram Krishna, Mme. Annie Besant, Vinoba Bhave et Mahatma Gandhi etc. Depuis l'aube même de la renaissance le peuple de l'Inde était éclairée d'un pouvoir vital de l'âme ou de l'esprit pour remodeler la société et pour mettre fin à ses coutumes superstitieuses et dogmatiques courantes. Des sociétés et des institutions variées comme Brahmo Samaj, Arya Samaj, Sanatana Dharma et la Société Théosophique sont arrivées à l'existence. La période de renaissance mûrit progressivement au cours du 20^{ème} siècle lorsque l'Inde réalisa la liberté politique. Les philosophes et les professeurs, les penseurs et les érudits de l'Inde aussi bien que de l'Ouest ont

admis de plein cœur le fait de cette tendance à la renaissance dans l'Inde moderne. Dans ce contexte, les travaux et les efforts de Raja Ram Mohan Roy, Swami Vivekananda, Swami Ram Tirth, Swami Dayanand Saraswati, Pro. K. C. Bhattacharya, Dr. S. Radhakrishnan, Sh. K. Schchidanda Murti et Dr. V.S. Narvane en Inde et de Zacharias, Andrews, James H. Cousin et Fredrick B. Fisher en Occident sont remarquables. En outre, Dr. Max Muller, Frank Moraes, Underwood, Underhill, Farquhar, Griffiths et de nombreux autres ont aussi jeté de la lumière sur l'éveil de l'Inde moderne par rapport au sommeil dogmatique des interprétations scholastiques et de la prudence pédante. Ces nombreux érudits et penseurs ont admis la caractéristique unique de la spiritualité dans la Philosophie Indienne et ils ont prédit que le temps n'est pas loin où l'Inde conduira le monde dans la spiritualité et où le monde devra l'admirer dans les questions de spiritualité.

Avant cette période de renaissance l'Inde gémissait sous les bottes de l'esclavage mental et son peuple était en train de « suffoquer dans la poussière des rites et des rituels, des formes et des formalités tant dans les sphères religieuses que sociales ».

L'esprit même de l'Inde était arrivé à un état statique et dormant et les gens s'accrochaient à des « formes mortes du passé mort ». En outre, il y avait « un esclavage abject aux superstitions fantastiques prêchées au nom saint de la religion, en d'autres mots, le suicide spirituel brillait sous le nom plausible d'obéissance à l'autorité ». Dr. S.C. Sarkar souligne que ces différentes tendances devenaient si dominantes que « ce que le 18^{ème} siècle était devenu a différents points de vue une des périodes les plus sombres de l'Histoire Indienne ». Toutes ces caractéristiques ont créé un climat de doute et de suspicion dans l'esprit des gens quant à la philosophie et l'ancienne gloire de l'Inde. Toutefois, l'approfondissement du doute est signe de croissance spirituelle et ceci a produit l'aube de la renaissance.

Cette renaissance en Inde est unique en elle-même parce que, à la différence de la renaissance en Italie et en Europe, elle n'avait pas à faire face à une tradition, une coutume, une attitude particulières ou à un mode de gouvernement mais à différentes conditions et coutumes socio-religio-politico-spirituelles qui étaient devenues chroniques pour son physiques et fatales pour son esprit. La renaissance en Inde a suscité des changements globaux. C'est une 'révolution silencieuse' qui a remanié régulièrement et lentement toute la structure de l'Inde en posant la fondation du futur de l'Inde libre sur les terrains solides et fertiles de la spiritualité. Le matérialisme a fait du peuple de l'Inde « des géants intellectuels,

mais des pygmées spirituels », mais maintenant le matérialisme était en train de disparaître et la renaissance spirituelle arrivait au premier plan.

Comme Paul Brunton le dit : « Aujourd'hui le récit de l'histoire est devenu le drame de l'inattendu : nous attendons la prochaine nouvelle surprise chaque matin ». Tout le monde attend que 'l'histoire fascinante soit dite'. Les signes de renaissance sont distinctement visibles quand Swami Ram Tirth ose une telle proclamation : « que ce soit en travaillant avec beaucoup d'âmes ou une seule, je promets sérieusement d'insuffler la vraie vie et de dissiper l'obscurité et la faiblesse de l'Inde en dix ans et dans la première moitié du vingtième siècle. Il sera rendu à l'Inde plus que sa gloire d'origine. Qu'il soit pris acte de ces mots. » Dr. Radhakrishnan affirme aussi : « Des âmes de prophète et non des esprits de prêtre, l'homme original de compréhension et non les imitateurs machinaux des habitudes héritées, sont nécessaires pour aider notre génération errante à façonner un but pour elle-même ».

Le système du Sahaj Marg du *sadhana* yogique, le sujet principal de la présente exploration qui a pris son origine dans la première moitié du vingtième siècle et a été établi comme une institution environ deux ans avant l'indépendance de l'Inde par rapport à la règle Britannique. Il a la promesse « de réaliser les espoirs et les aspirations de toujours » en transmettant une formation spirituelle efficace et en installant un chemin naturel pour accomplir le but de la réalisation de soi. Il a grandi lentement mais régulièrement passant d'un petit groupe à toute une organisation Indienne durant les vingt-cinq ans depuis ses débuts et a commencé à étendre ses branches à des terres étrangères sans sacrifier les principes pour le plaisir de l'augmentation du nombre des adhérents. Les chapitres suivants élaboreront un récit détaillé de ce mouvement, et examineront ses promesses et ses potentialités dans le contexte de la tradition du '*Sahaj Sadhana*' dans la Philosophie Indienne ainsi que les mouvements contemporains pour la régénération de l'esprit perdu de l'aspect *sadhana* de la Philosophie Indienne.

La Philosophie du Sahaj Sadhana En Inde

Sahaja sadhana n'est pas un nouveau processus ou une nouvelle technique : c'est plutôt un ancien mode de pratique spirituelle (*sadhana*) suivi même par les saints prophètes Vediques (*Rsis*). Il a de nombreuses références dans la vaste littérature de la Philosophie Indienne répandue au cours des siècles de son développement. En général, *sahaj sadhana* est un type de *sadhana* yogique pour la réalisation de la Fin Ultime ou le *summum bonum* de la vie humaine. Il vise à cette réalisation dans la limite la plus extrême et dans le temps le plus court possible avec la considération qu'il mérite de la capacité et des limitations d'un individu vivant dans une ère particulière. *Sahaj sadhana* ordinairement signifie un processus ou une pratique facile et simple mais son vrai sens n'est pas si facile et si simple à saisir puisqu'il a assumé des significations variées et différentes implications au cours de l'histoire de la Philosophie Indienne. Sahajayana, Nath Panth et Santas, particulièrement de la branche Nirguna ont attaché une grande importance sur *sahaja sadhana* comme système. D'ailleurs, Vaisnava Sahajiyas et Baulas au Bengale ont suivi *sahaja sadhana*. La religion et la philosophie Sikh ont aussi été influencées par lui. En outre, l'utilisation de termes tels que '*sahaja siddhi*' dans Visnu Purana (I, 6, 16) et le concept de '*sahajavastha*', '*sahajananda*' '*sahajoli*' '*sahajabhava*' etc., dans Samanya Vedanta et les Upanisads Yoga prouvent qu'il a une place remarquable dans les Puranas et les Upanisads. Siva Jnanabodha dit que Siva a un triple *pasas* c.-à-d. (1) *Sahaja*, (2) *Agantuka* et (3) *Sansargika*. Matanga Paramesvara Tantra ²énumère sept '*sahaja malas*' (impuretés naturelles) – (i) *moha* (infatuation), (ii) *mada* (orgueil), (iii) *raga* (attachement), (iv) *visada* (déjection), (v) *sosa* (grimace), (vi) *viccita* (aversion), et (vii) *harsa* (plaisir). Dans la philosophie de Madhva, aussi bien, le pouvoir (*sakti*) a quatre formes : (i) *Acintya sakti* (pouvoir au-delà de la réflexion, l'intuition), (ii) *Sahaja ou Karana sakti* (pouvoir naturel ou causal, la force radicale) (iii) *Adheya sakti* (le pouvoir basique, la force physique) et (iv) *Pada sakti* (le pouvoir des mots, le pouvoir vocal).

Dans Srimadbhagavadgita (XVIII, 48) également Lord Krishna conseille : O Fils de Kunti (Arjun) soulève-toi et bats-toi parce que c'est son '*sahaja karma*' qui ne devrait pas être abandonné même s'il est sali de pollution.

L'utilisation du terme '*sahajana*' dans Atharvaveda Samhita de Pippalada (VII, 19, 5 et XVI, 131, 2) Taittiriya Krsna Yajurveda Samhita (III, 5, 3, 2) et

même dans Rgveda (I, 104, 8 et X, 84, 6) prouve que le terme a une place remarquable dans la littérature Vedique.

Prabodha Chandra Bagchi a pour opinion que '*sahaja*' est la traduction de '*Tao*' dans la philosophie Chinoise du Taoïsme. Selon lui les Taoïstes en Chine étaient les disciples de Sahajavada. Yamakami Sogen dit que en Japonais '*I-geo-do*' et '*Non-geo-do*' c.-à-d. le chemin facile et le chemin difficile représentent respectivement les cultes Sahajayana et Vajrayana du Bouddhisme.

En outre, Rju Yoga ou Rju Marga comme décrits dans Srimadbhagavata (III, 25, 26) n'est rien d'autre que *sahaja sadhana*. Brhamachari Prabhu Datta décrit *sahaja sadhana* comme Rju Yoga. Goswami Tulsidas chante dans Vinaya Patrika (p. 306) : « Vous n'avez pas eu l'affection naturelle (*sahaja prema*) avec le naturellement affectueux (*sahaja sanehi*) Ram, c'est la raison pour laquelle vous avez été soumis à l'existence du monde. Écoutez, aujourd'hui je vous enseigne ceci. »

Ainsi *sahaja sadhana* n'est pas un nouveau mode ou une nouvelle technique mais il a ses racines profondément implantées dans la tradition littéraire de la Philosophie Indienne et a été utilisé dans des implications variées comme il sera clair en allant à travers la description de la signification du terme '*sahaja*' dans le paragraphe suivant.

Signification du terme '*sahaja*' :

Le terme *sahaja* est dérivé de la racine du Sanskrit '*jan*' qui signifie 'générer' ou 'engendrer'. Préfixé par '*saha*' et suffixé par '*da*' il renvoie à l'objet 'généré avec' ou 'engendré de'. Selon cette analyse étymologique il signifie 'ce qui est né ou engendré avec, ensemble ou en même temps de son propre être'. De ce fait, '*sahaja*' signifie ceux qui sont du même âge, nés de la même mère et jumeaux. En ce sens il signifie celui qui est né en même temps et il signifie aussi un frère de sang et un frère utérin.

Amarakosa dit que les mots : '*samanodaryaÇ* '*sodaryaÇ* *sagarbhya*' et '*sahaja*' sont synonymes, ayant la même signification. En Astrologie, '*sahaja*' représente la troisième maison dans l'horoscope par lequel le bien-être de ses frères est assuré et la planète (*graha*) qui tombe dans la troisième maison est appelée '*sahajÇ* '*sahajendra*' ou '*sahajadinatha*'. En outre, '*sahaj*' signifie aussi 'agréable', 'inné', 'héréditaire', 'original', ou 'un état de disposition naturelle'. En ce sens il signifie '*svabhava*' ou '*prakrti*' celui qui est nature/naturel. Sukraniti énumère des amis naturels (*sahajamitra*) et des ennemis naturels (*sahajari*).

Aurobindo dit que le mot '*sahaja*' dans la Gita (XVIII, 48) signifie : 'tout ce qui est naturel, congénital, inné son équivalent en d'autres endroits est '*svabhavaja*'. Sankara explique le sens de '*sahaja*' : 'ce qui est né avec *Atman* comme le caractère d'aller au ciel en oiseaux' et ce qui est né avec la naissance'.

Ramanuja commente que le terme '*sahajakarma*' dans la Gita (XVIII, 48) renvoie à l'action qui est facile à être faite (*sakaram*) et dénuée de vantardise (*apramadam*).

Venkata dans son commentaire de Rgveda (X, 84, 6) dit que '*sahaja*' signifie 'émané avec'. '*Sahaja*' a aussi été utilisé comme nom propre. '*Sahajanya*' était une *apsara*, une nymphe. Le dictionnaire Anglais Sanskrit de Monsieur Monier, Monier-Williams décrit que '*sahaja*' a été utilisé pour le nom d'un professeur Tantrique, de différents rois et d'autres hommes dans Mahabharata et est aussi utilisé pour Bouddha. Hathyogapradipika (IV, 3-4), un texte réputé sur la pratique yogique, énumère dix-sept synonymes du mot '*sahaja*' – « *Rajayoga, Samadhi, Unmani, Manonmani, Amaratva, Laya, Tattva, Sunya, Asunya, Paramapada, Amanaska, Advaita, Niralamba, Niranjana, Jivanmukta, Sahaja, et Turya* ». Dharmavir Bharati explique aussi les six implications du mot '*sahaja*' dans lesquelles Nathapanthis et Santas l'ont utilisé. Il a ainsi conclu que le mot est d'une très grande importance puisqu'il inclut toutes ces implications – (1) le pratiquant (*sadhana*), (2) le moyen (*sadhana*), (3) l'idéal (*sadhya*), (4) la méthode (*vidhi*), (5) le processus (*prakriya*) etc.

Dr. Hajari Prasad Dwivedi, érudit Hindou bien connu, souligne que les deux dernières lettres de l'alphabet '*ha*' et '*ja*' dans le mot '*sahaja*' sont utilisées pour symboliser Hathayoga et Japayoga respectivement.. Par conséquent, la pratique qui observe Hathayoga (ha) et Japayoga (ja) est simultanément connue comme '*sahaja sadhaha*. Il dit aussi qu'un de ses amis a associé le mot '*sahaja*' même avec les deux premières lettres de son propre nom '*Ha*' et '*Ja*' (hajari).

Dr. B. L. Goswami explique : « Sahaja a à la fois un sens ontologique et éthique. Ontologiquement il est cette Réalité qui est au-delà tant de l'existence que de la non-existence. Celui qui s'est lui-même identifié avec ce '*sahaja*' passe au-delà des sphères de modalité empirique. Il représente la destruction de toutes les conceptions de la Réalité car les conceptions ne sont que partielles et fragmentaires. Éthiquement il doit rester établi en égalité évitant tous les extrêmes ». Il remarque, en outre, que le Sahaja n'est pas une doctrine d'échappatoire : il met l'accent sur le caractère d'esprit naturellement pur et sans tâche qui, bien que surchargé d'horribles tendances vers la terre, peut être ramené à son principe

essentiel par une conception juste des choses complétement par une juste discipline. Ainsi il devient évident que le terme '*sahaja*' a une très longue histoire avec ses racines dans les Vedas. On est, en effet, loin de Yuganaddha des Siddhas à travers l'ascension dans le Sahaja des Nathas aux émotions simples, non forcées de l'adepte se tenant devant son Seigneur. Mais le mot sahaja a traversé toute cette distance. »

L'élaboration de la signification du mot '*sahaja*' du Dr. S.P. Srivastava avec des exemples adaptés serait digne d'intérêt. Il écrit : « ... le mot '*sahaja*' se compose de trois lettres '*sa*', '*ha*', et '*ja*'. Le suffixe '*ja*' connote 'être né' comme dans de nombreux mots par ex. '*Jalaja*', signifiant né de l'eau (*Jala*) ; '*Agraja*' signifiant 'frère aîné' c.-à-d. celui 'né avant' etc. La lettre '*Sa*' représente 'That' (Celui) ou 'Il', tandis que la lettre '*ha*' signifie le '*Prana Sakti*' ou '*Jiva*', selon le dictionnaire signifiant dans le langage Sanskrit. Le mot '*sahaj*' doit donc être pris pour signifier 'né de la différence entre Il ou *Brahman* et Je ou *Jiva* ». Il clarifie aussi le fait que prendre le mot dans le sens de 'facile' est une 'trop grande simplification' de son sens et l'analyse étymologique avec différentes implications comme expliqué au-dessus est une 'trop grande complication' de la vraie signification et du sens réel du mot. Il suggère donc que « ... nous pouvons éviter la 'trop grande simplification' et la 'trop grande complication' en ce qui concerne la signification du mot '*sahaja*' – bien que les deux significations... soient essentiellement correctes et contiennent des suggestions très précieuses pour la technique et le but de '*sadhana*' en général ». Il est inutile de mentionner que cette approche de la signification du mot '*sahaja*' telle que le Dr. S.P. Srivastava l'explique est plus importante particulièrement pour les adhérents de la pratique du *Sahaj Marg*.

Laissant de côté l'analyse étymologique, les significations du dictionnaire et les considérations scholastiques du mot '*sahaja*' on peut affirmer que la nomenclature du '*Sahaj Marg*' pour la pratique spirituelle (*sadhana*) telle qu'elle est préconisée par Shri Ram Chandraji, Shahjahanpur (U.P.) est très importante, précise et assez apte à dépeindre l'essence même de sa méthodologie. Réellement, il connote tous les aspects de la pratique spirituelle telle qu'elle est conseillée à ses adhérents. Le Président-Fondateur affirme clairement que Dieu est simple et peut être atteint par un moyen simple. Il a liquidé toutes les complexités et complications. L'idéal est simple. Le moyen est simple. On doit devenir simple. Sa méthodologie est simple et son application aussi est simple. Disons plutôt que la simplicité est le but suprême de la méthodologie de la pratique spirituelle du Sahaj Marg.

Sahaja Sadhana dans la Philosophie Indienne :

Nous passons maintenant à différentes implications religio-philosophiques que ce terme a signifié tout au cours de l'histoire avec une référence particulière aux systèmes et aux écoles adhérant au *sahaja sadhana*. Largement parlant, toutes les écoles de pensée ont conseillé *sahaja sadhana* sous une forme ou une autre. Dr. K. C. Varadachari a aussi insinué ce point : « Tous les systèmes prétendaient que le leur était la voie naturelle pour atteindre la Réalité ultime ou la libération. Ceci est commun à tous : leur prétention à être voie naturelle. » De ce fait il serait mieux d'entreprendre l'évaluation des différentes écoles de *sahaja sadhana* et d'examiner la distance que le mot '*sahaja*' a traversé dans l'histoire de l'aspect sadhana de la philosophie Indienne. Cela présenterait une grande variété d'implication et de nombreuses façons de l'utiliser dans les différents systèmes.

Sahaja sadhana peut être distinctement et correctement compris dans les contextes suivants :

Sahaja sadhana dans la littérature Védique.

Icchayoga des Jains.

Sahajayana Bouddhisme.

Sahaja sadhana dans Natha.

Culte Vaisnava sahajiya.

Baula Sampradaya.

Santa Sampradaya.

Sahaja Yoga dans le Sikhisme.

Taoïsme en Chine.

La description de ces systèmes révélerait l'importance de la méthodologie du Sahaj Marg.

1. *Sahaja sadhana* dans la littérature Védique :

Sahaja sadhana n'apporte pas une place importante dans la portion Samhita des Vedas excluant l'utilisation des termes '*Sahaja*' (Rg. X, 84,6) et '*Sahajanusa*' (Rg. I, 104,8) dans le texte de Rgveda. De même il a aussi été utilisé dans les autres Samhitas. Le terme n'a nulle part utilisé dans les portions Brahmana et

Aranyaka des Vedas excluant l'utilisation du terme '*Sahajanya*' comme un nom propre de nymphe (*apsara*) dans Satapatha Brahmana (VIII, 6, 1, 17).

Si l'on traverse les textes Vediques on peut facilement saisir que la méthode et la technique de *sadhana* suivies et observées de façon routinière dans la vie quotidienne des prophètes Vediques (*Rsis*) étaient une forme de *Sahaja sadhana* déguisée. Les prophètes Rgvediques ont eux-mêmes caractérisé que leur processus de réalisation était naturel et facile. Ils offraient des prières, réalisaient des sacrifices et imploraient les agences divines travaillant derrière les scènes et les objets de nature d'une façon simple et naturelle. L'idée que le chemin (*pantha*) de la descente de la divinité aux rites sacrificiels est facile à vivre (*suga*) dépourvu de complexités et d'obstacles ou d'épines (*anrksara*) résonne en de nombreux hymnes du Rgveda. Ils chantent que le chemin pour *Rta* est facile à vivre (*suga rtasya pantah*).

Ces prophètes Vediques suivaient donc *sahaja sadhana* sous une forme cachée et déguisée et il ne peut être nié que la façon de vivre routinière et le niveau de vie des prophètes, telle qu'elle est connue d'après les hymnes des Vedas, était très simple et innocente. Ils avaient une communication de pensée directe avec la Divinité et ils invitaient les dieux à des sacrifices variés (*yajna*) en tant qu'invités et amis et la présence de dieux dans leurs rites et leurs rituels a été glorifiée avec enthousiasme et bonheur dans les hymnes de Rgveda. Dr. Govinda Singh Trigunayata dit que Nivartiyas et Vratyas mentionnés dans les Vedas étaient les disciples de *Sahaja sadhana*.

Le concept de *sahaja sadhana* a reçu une poussée vitale et énergétique dans la philosophie des Upanisads où les yogis observaient différentes pratiques pour atteindre l'état naturel (*sahjavastha*). Upanisadbrahmayogi déclare que les professeurs de yoga renommés comme Bhusunda exposait six écoles (*sampradayas*) de yoga c.-à-d. *Mantrayoga*, *Layayoga*, *Hathayoga*, *Rajayoga*, *Bhavayoga*, et *Sahajayoga*. Il décrit la technique de respiration naturelle (*sahaja pranayama*) pour éviter l'illusion du non-soi (*anatmabhrama-nivrttyartha*). Il parle aussi de la méthode pour atteindre l'état de *samadhi* par le contrôle naturel de la respiration (*sahaja kumbhaka*).

Rbhu, un grand yogi, (*Mahayogi*) enseignant Nidagha dit que « abandonner l'addiction au plaisir sensuel est en effet très difficile ; la perception réelle est rarement atteignable : l'état inné ou naturel est inatteignable sans la grâce du Guru. L'état naturel se manifeste de lui-même chez un yogi qui a la réalisation

En réalité '*sahjavastha*' comme décrit dans les Upanisads était un nom pour le quatrième état de conscience connu comme *Turiyavastha*. Yogatattvopanisad énumère trois niveaux d'atteinte des pouvoirs super humains par le contrôle de la respiration c-à-d. : *Vajroli*, *Amaroli*, et *Sahajoli*.

Theos Bernard explique que le but de ces trois niveaux « est de rendre quelqu'un capable de contrôler la force sexuelle du corps que les yogis reconnaissent comme une pulsion fondamentale dans la nature humaine. » Hathayogapradipika donne la description suivante : « quand l'esprit (*citta*) devient calme et vital l'air bouge au milieu (c.-à-d. dans *susumna*), alors est produit l'état de *Amaroli*, *Vajroli*, et *Sahajoli*. Il explique aussi que '*sahajoli*' est un état d'accomplissement yogique qui accorde la libération (*mukti*) même si on est engagé dans des plaisirs (*bhoga*). Visnu Purana (I, 6, 16-17) parle aussi de réalisation yogique comme '*sahajasiddhi*', qui est probablement un autre nom pour '*svabhavika siddhi*'.

Lord Krishna instruit Arjun dans la Gita (XVIII, 48) : « L'action naturelle même si défective ne doit pas être abandonnée ». L'action naturelle (*sahaja karma*) représente ici '*svadharma*' et Dr. P. M. Modi renvoyant à quelques couplets précédents commente que '*svakarma*' (XIII, 4546), '*svadharma*' (XVIII, 47) et '*svabhavaniyatakarma*' renvoient à la même implication ou au même sens signifiés par '*sahaja karma*'. De cette façon *sahaja karma* représente *svabhavaja karma* énuméré pour toutes les quatre castes (Gita XVIII, 42-44) et celui qui réalise ses devoirs déterminés par sa nature n'encourt pas de péché (Gita XVIII, 46).

Dans de nombreuses descriptions de pratiques yogiques on trouve que l'état naturel (*sahjavastha*) sur lequel un aspirant apprécie une béatitude innée ou naturelle (*sahjavastha*), a été considéré comme le plus haut type de bonheur spirituel. Mandalabramanopanisad (II, 1, 8) le dit : « Quand l'esprit cherche le repos dans une béatitude innée (*sahajananda*) dans cette manière alors arrive le *Sambhavi*. Cela seul ils l'appellent *Khecari* ». Hathayogapradipika (IV, 75) explique cet état de façon plus élaboré en ⁹disant qu'un yogi apprécie '*sahajananda*' après '*cittananda*' et cet état de '*sahajananda*' évite les défauts (*dosa*), les misères (*duhkha*), la vieillesse (*jara*), les douleurs (*vyadhi*), la faim (*ksudha*) et le sommeil (*nidra*).

Ainsi, *Sahaja sadhana* dans les hymnes Vediques et la littérature alliée sur le *sadhaha* yogique renvoie au '*sahaja*' sans donner une claire manifestation du terme jusqu'à l'émergence du Yoga des Upanisads. Dans le *sahaja sadhana* la place du Guru (professeur) a reçu une suprême importance et son aide pour

atteindre l'état naturel (*sahajavastha*) est indiscutable. De plus, on considère plus facile de réaliser Dieu avec un abandon complet. Un tel homme obtient la libération du cycle de naissance et mort.

La pratique et la technique de *sahaja sadhana* peuvent être suivies dans les mots de Lord Krishna : « Quoi que tu fasses, quoi que tu manges, quelque sacrifice que tu réalises, quelques aumônes que tu donnes, quelques austérités que tu te permettes, O fils de Kunti, tu dois le faire avec le sentiment de t'abandonner totalement à moi ». (Gita IX, 27). Ce phénomène d'abandon prolonge et persiste dans les prochaines pratiques spirituelles alors que le *sahaja sadhana* dépeint aussi cette caractéristique.

2. Icchayoga des Jains :

Il est à noter qu'à un certain moment dans l'histoire de la Philosophie Indienne, particulièrement dans son aspect *sadhana*, le concept de '*sadhana*' est devenu si populaire que les gens furent poussés à s'associer et à s'impliquer, souvent à désigner leur *sadhana* en ajoutant le mot '*sahaja*'. Une tentative similaire peut être perçue dans la pensée Jain dans les mots suivants : « Le *sadhana* d'Icchayoga – est le *sadhana* du *sahajayoga* ». Elle vient éclairer que l'Icchayoga *sadhana* des Jains est une forme de *sahaja sadhana*.

On dit aussi que *sadhana* observé sous la pression de la peur de l'enfer ou la tentation du ciel est sans résultat pour des buts pratiques. En réalité, le vrai *sadhana* est celui que l'on est volontairement poussé à suivre de façon naturelle sans subir de pressions de la part de l'extérieur. Cela veut dire que *sadhana* est une affaire de volition personnelle. Il ne peut être imposé. On peut emmener un cheval à de l'eau mais on ne peut le faire boire. Cela requiert que l'on doive désirer ou vouloir quelque chose naturellement sans peur ou tentation.

Vardhamana Mahabira, un des dix-huit Tirthankara, qui est considéré comme le fondateur du système Jain, avait aussi ¹⁰délivré ce message : 'chaque fois que l'on ressent le plaisir, on doit suivre cela sans délai'. Cet Icchayoga conseille que l'on doive écouter la voix de la Volonté et la suivre avec un effort et une foi fervente. Si l'on ne peut vouloir devenir un *Sramana*, on peut au moins devenir un *Sravaka* et suivre ce chemin. Ainsi on peut facilement attraper un aperçu de *sahaja sadhana* parmi les Jains. Amara Chandra conclut aussi que si l'on veut la paix et le bonheur on doit observer *sahaja sadhana* d'Icchayoga. Ici il est remarquable de souligner que cette méthode met l'accent sur l'aisance et

conseille d'adhérer ardemment à la voix intérieure. On doit être ferme et résolu dans sa propre pratique. Si on a une foi ferme, la pratique est destinée à atteindre son but.

3. Le Bouddhisme Sahajayana :

Sahajayana est une ramification du Bouddhisme Mahayana. Mahayana peut largement être divisé en deux parties – Paramitanaya et Mantranaya. De Mantranaya se sont développés – Vajrayana, Kalacakrayana et Sahajayana. Pt. Har Prasad Shastri considère le texte connu comme 'Bauddha Gana Au Doha' comme l'hymne ancien Bangala de la conception Bauddha Sahajiya. Ce livre contient aussi le commentaire d'Advayavajra et ce Dohakosa a aussi été appelé '*Sahajamnayapanjika*'. Ceci est un important travail de Sahajayana dans le Bouddhisme. C'est une question de controverse quant à quand et où le culte Sahajayana se développe-t-il ? L'usage du terme 'Vajrayana', 'Tantrayana', 'Mantrayana' etc., est trouvé de nombreuses fois dans la littérature Tantrique Bouddhiste mais le terme 'Sahajayana' comme un système ou une école de pratique spirituelle (*sadhaha*) n'a pas été utilisé. Il se peut que le nom 'Sahajayana' ait été donné au système de pratique suivi par les Siddhas à cause de l'usage libre et prolifique du mot '*sahaja*' dans leur littérature et aussi parce qu'il a simplifié le mode et la technique de pratique en comparaison de celle de Vajrayana. Il est aussi dit que Nagarjuna a été le premier homme qui utilisa la comparaison de Sahajayana dans son commentaire sur 'Dasabhumivibhasa Sastra'. L'utilisation du terme 'Sahajayana' (le chemin facile) comme un système dans le Bouddhisme Chinois est simplement pour indiquer la simplicité et la facilité de Mahayana¹¹ comme comparé à Hinayana qui a été nommé comme Kathinayana (le chemin difficile).

Ainsi il y a beaucoup de controverse quant à la question de quand et comment l'École de Sahajayana s'est développée dans le Bouddhisme. Pt. Har Prasad Shastri pense que Luipada au 9^{ième} siècle a proposé Sahajayana. Dasgupta considère que Sahajayana est un sous-yana de Vajrayana. Baldeva Upadhyaya dit que Sahajayana est réellement un autre nom de Vajrayana. Rahul Sanskrtyayana considère que Saraha est le premier Acharya de Sahajayana. Dr. Nagendra dit que c'était Laksminkara qui proposa la nouvelle théorie advaita de Sahajayana dans son travail 'Advayasiddhi'. Laksminkara était la sœur d'Indrabhuti, qui était un Roi d'Orissa. Elle développa et élaborait le '*mahasukha*' (Bonheur Suprême) concept de son frère dans son point de vue Sahajayana. Indrabhuti et Laksminkara sont tous les deux énumérés parmi les 84 Siddhas. Sahajayana est encore présent parmi les Nathas et les Baulas selon Vinoyatosa Bhattacharya.

Laissant toutes ces controverses de côté il est peut-être très certain que Sahajayana est la culmination finale du Bouddhisme Mahayana. Ce système appartient aussi définitivement aux Siddhas qui sont considérés comme les disciples du Bouddhisme Tantrique.

La pensée et la théorie de Sahajayana ont vigoureusement critiqué les différentes pratiques dogmatiques et superstitieuses qui prévalaient au cours de cette époque parmi les Brahmins. Les Sahajayanis a souligné que la pratique externe (*bahya sadhana*) par ex., *Mantra*, *Tantra*, *Yajna* etc., ne sont d'aucune aide sur le chemin du salut. Ils conseillaient le mode de pratique interne (*antassadhana*). Notre corps est le plus grand lieu de pèlerinage. Le Suprême réside en nous. Les pratiques ostentatoires ne portent pas des fruits significatifs. Les gens abîment en vain leurs yeux dans une fumée sacrificielle. Ils brûlent inutilement des cierges, portent des vêtements colorés, transportent le poids de leur chevelure sur leurs mains et pratiquent des postures variées. Si ceci avait été les moyens même l'animal, les oiseaux et toutes les créatures auraient réalisé le salut.

Sahajayana a positivement beaucoup contribué au Bouddhisme et a donné des interprétations plus importantes aux pensées et aux idées du Bouddhisme Mahayana. 'Sahaja' a été utilisé par les Siddhas dans le sens de *Sunya* de Vajrayana. Selon eux il y a une seule substance Ultime et ils l'ont appelée 'sahaja tattva' (la Substance Naturelle) et sa connaissance ne peut être obtenue à partir de l'étude des Sastras et des Vedas. Le Guru est muet et le disciple est sourd en l'expliquant ou en la comprenant. C'est une question d'expérience personnelle. Ainsi 'sahaja' est devenu un objet de grande importance dans Sahajayana. Le concept de 'sahaja' comme décrit et accepté par les Sahajayanis a été comparé à 'Brahman' dans les Upanisads et 'Siva' dans l'École Saiva.

En outre, le terme 'sahaja' a reçu tellement d'importance et de portée dans cette école que les différents objets et états dans le mode de leur pratique ont été nommés après lui par ex., *sahaja-svarupa*, *sahaja-sukha*, *sahajananda*, *sahajavastha*, *sahaja-jnana*, *sahaja-samadhi*, *sahaja-kaya*, *sahaja-tattva*, *sahajaj-prema*, *sahajamrta*, et *sahaja-patha*. Même Bouddha a été désigné comme 'Sahaja Samvara' et *Nairatma* ou *Sunya* comme 'sahaja sundari'.

Les Sahajayanis ont accepté la théorie du triple corps (*trikaya*) du Bouddhisme Mahayana mais ils ont ajouté un corps de plus c.-à-d., *sahajakaya*, qui est la forme finale et suprême autant que céleste et divine (*divya rupa*) dans la mesure où Bouddha est concerné. De ce fait, on a attribué quatre corps à Bouddha – *Nirmanakaya*, *Sambhogakaya*, *Dharmakaya* et *Sahajakaya*.

L'objet de la pratique Sahajayana (*sadhana*) est le plaisir de '*sahajasukha*'. On a énuméré quatre types de Bonheur (*ânanda*) c.-à-d., *Prathamamanda*, *Paramamanda*, *Viramamanda*, et *Sahajananda*. Ces quatre sortes de bonheur sont appréciées en association avec les quatre Mudras décrits dans '*Dohakosa*' - *Karmamudra*, *Dharmamudra*, *Jnanamudra* et *Mahamudra*.

Sahajayana a aussi été décrit par les Siddhas comme '*Uju batu*' (le chemin droit) en opposition à '*Banka batu*' (le chemin tortueux) des Vajrayanis. Nagendra Nath Upadhyaya maintient que tant Himayana que Mahayana sont des chemins difficiles mais Namagayana est le chemin facile. Sahajayana, comme décrit dans le Bouddhisme, a accordé un grand honneur et une grande importance au Guru et il est dit que l'assistance du Guru rend le voyage d'un Abhyasi doux et simple.

Sahaja sadhana de Sahajayana était une technique yogique. Mais, comme *sadhana* yoga, elle ne conseillait pas la renonciation (*vairagya*) et la pénitence sévère (*tapas*). Ils disaient que l'on pouvait réaliser le salut même tout en menant une vie mondaine. La vie de famille n'est pas un frein pour le chemin du salut.

Les Siddhas parlent aussi du dualisme de *prajna* et d'*upaya* comme l'idée de Vajrayana de *kamala* et de *kulisa*. Mais pour eux l'état final se trouve dans l'union des deux pouvoirs. Ainsi les Sahajayanis étaient non-dualistes (*advaitavadins*). L'union de *prajna* et *upaya* a été simplifiée dans le concept de *Yuganaddha*. Les concepts de *prajna* et *upaya* ont aussi été représentés sous la forme de l'homme et de la femme le plus aussi même sous la forme des organes génitaux c.-à-d., *Linga* et *Yoni*. Dans l'union des deux repose l'expérience de '*Mahasukha*'. De ce fait, progressivement la pratique sexuelle s'est aussi infiltrée et a atteint son apogée parmi les Sahajiyas Vaisnava ? Dharmavir Bharati écrit que dans le Népal l'idée de *Yuganaddha* a été représentée comme des flammes sortant de la lune, au Tibet comme une branche d'Asoka plantée dans un pot et en Chine par les statues d'un couple se complaisant dans un rapport sexuel. Il maintient aussi que réellement les trois principes fondamentaux – *Dharma*, *Buddha*, et *Sangha* – étaient contenus dans le concept de *Yuganaddha*. *Prajna* est *Dharma*, *upaya* est *Buddha* et *Yuganaddha* est *Sangha*. Chez les Siddhas cette union de *prajna* et *Upaya* a aussi été décrite comme le '*bola-kakkola-yoga*' par laquelle on vise à accomplir '*karpura*' (l'état camphre). Ils disent que lorsque l'on jette *Bola* (le *Kulisa* ou *Upaya*) dans *kakkola* (*kamala* et *prajna*), on réalise *sahaja* qui est sous la forme de *Karpura* (camphre).

Pt. Har Prasad Shastri indique qu'il y a trois sectes ou états de *Sahaja Sampradaya* – *Avadhuti*, *Candali*, et *Dombi* ou *Bengali*. Baldev Upadhyaya écrit que ce sont les trois noms d'une seule énergie. Dans l'état *avadhuti* il y a dualisme

et *Ida* et *pingala* travaillent tous les deux séparément. Dans l'état *Candali* il y a dualisme aussi bien que non-dualisme et dans l'état *Dombi* cette dualité est dépassée et la non-dualité survit.

Ainsi *sadhana* Sahajayana a accordé une place significative à la notion de '*Sadhana*'. Ils expliquent clairement que celui qui rêve de *Nirvana* après avoir abandonné '*sahaja*' ne peut obtenir aucun progrès dans l'élévation spirituelle. Après avoir connu ce (*sahaja*), il ne reste rien de plus à connaître. Toute la connaissance repose en lui (*sahaja*). Ils lui ont aussi attribué le nom de '*Sahajacitta*' à '*Bodhicitta*'.

Maintenant dans cette référence il est assez clair que *sahaja sadhana* a une position importante dans l'aspect *sadhana* du développement ultérieur de la pensée Bouddhiste dans la philosophie Indienne.

4. Sahaja Sadhana dans Natha :

Gorakahnath est le principal représentant de Natha Sampradaya. Le nom de ce professeur était Matsyendranatha ou Macchendranatha. Les noms de Kamphatas, Darsanis et Kapalika sont aussi associés aux disciples de Gorakahnath. Ils suivent rigoureusement et strictement les règles et les régulations de leur discipline. Ils mettent une grande importance sur la préservation du célibat. Il n'y a pas de place pour une femme dans leur système de *sadhana*. Pour eux une femme est une odieuse tigresse qui tente le cœur et suce le nectar de l'homme. De ce fait, ils considéraient la vie domestique comme un frein sur le chemin qui mène à la réalisation. Un propriétaire est celui qui connaît sa maison et garde à l'intérieur ce qui sort. En outre, un propriétaire est celui qui tient la maison (le corps), abandonne le désir intérieur (*maya*) et s'incarne comme *sahajasila*. Un tel propriétaire de la maison du corps est aussi pieux que l'eau sainte du Gange. Celui qui ne retient pas son émotion et sa langue est une basse caste. C'est la raison pour laquelle Gorakahnath, lui-même, dit que leur chemin est un chemin très difficile. Donc le *sadhana* Natha a suivi le Hathayoga en pratique mais seulement afin de purifier le corps à travers l'observance de modes stricts de discipline.

Ces Nathas paraissent être des Hathayogis mais ils étaient essentiellement les disciples de *sahaja sadhana*. Comme les concepts Sahajayana de *prajna* et *upaya*, les Nathas ont aussi introduit les notions de *Sakti* et *Siva* et de même l'union entre les deux a été l'objet de leur *sadhana*. Les Nathas ont définitivement

décrit cette union comme *yogini* rencontrant *yogi*, son mari. Mais c'était seulement une expression symbolique de l'état intérieur. Pour eux, *Sakti* était le pouvoir de *Kundalini* qui réside au bas de *Susumna* et *Siva* a sa demeure dans les hautes terres de *Sahasrara* au sommet de la tête. Dans le huitième patala de¹⁴ Kaulajnanirnaya il y fait référence des quatre types de *Sakti*, *Kulaja*, *Antyaja* et *Mahadevi*. *Sahaja* a été décrit sous la forme d'une femme au foyer mais cela doit être réalisé à l'intérieur du corps. Celui qui réalise cela apprécie *sahajananda*.

Gorakahnath a lui-même été décrit comme celui qui garde le commerce de *sahaja* ayant cinq taureaux (de sens) et neuf bœufs (de *randhra*) à vendre. En outre, il est aussi déclaré qu'il doit cuire ses repas sur le foyer de *sahaja* de telle façon que ni la vapeur ne sorte ni l'eau ne tombe. Ainsi, les Nathas étaient les disciples de *sahaja sadhana*. Dharmvir Bharati décrit l'utilisation de *sahaja* dans la littérature de la secte Natha en suivant six sens :

- Sahaja* (1) comme une Substance Ultime ;
- comme la connaissance suprême ;
- comme l'union avec *Sakti* à l'intérieur du corps ;
- comme *Sahaja Samadhi* ;
- comme un état final et
- comme un mode de vie.

Selon sampradaya Natha, *Sahaja* est la Substance Ultime. De *sahaja* le jour sort et lorsque le jour sort, la nuit aussi s'assimile dans *sahaja*. *Sahaja* est *sunya*, le Vide et là du monde arrive/provient et dans le même il retourne/se fond. Dans *sunya* l'esprit se dissout. L'esprit et le corps tous les deux restent calmes dans *sahajasunya*. Telle est la conception de Macchendra.

Ceci est le message de Gorakh que l'on doit essayer d'être naturel dans notre contact avec les autres, dans notre discours et dans notre démarche et plus encore dans notre façon de vivre.

Toutefois, la méthode de *sadhana* de Natha était rigoureuse, mais pas la Hathayogique alors qu'ils conseillaient d'être naturels dans la pratique. Ils demandaient de pratiquer la posture naturelle (*sahaja asana*) et on doit observer ses postures en suivant les principes naturels.

En outre, énumérant les caractéristiques d'une personne Gorakha indique que la sagesse (*sumati*), la gentillesse (*suhrdi*), la calme (*sitala*) et l'amabilité (*sukhadai*) sont les quatre tests de *Sahaja*. De cette façon il est assez évident que les Nathas, même s'ils paraissaient être Hathayogis, étaient les disciples de *sahaja sadhana*.

5. Le Culte Vaisnava Sahajiya :

Le culte Vaisnava Sahajiya est plus vieux que la période de Chaitanaya Mahaprabhu. L'opinion du Dr. Majumdar est qu'une branche de l'École Vaisnava était renommée par le nom de Sahajiya avant Chaitanya Mahaprabhu. Parmi les principaux disciples de ce culte il y avait de grands poètes comme Chandidas, Vidyapati et de fameux saints comme Swaroop, Damodar et Jiva Goswami. Lokanath, Raghunath, Gopal Bhatta et Krishnadas peuvent aussi être énumérés comme les disciples de ce culte. Certains regardent Mahaprabhu Chaitanya aussi comme un joyau de cette école mais il y a une grande controverse à ce sujet. Quel que puisse être le fait la mélodie de Mahaprabhu Chaitanya était définitivement influencée par l'amour exalté des Sahajiyas. Baldev Upadhyaya maintient que Auliya, Baula, Sai, Darbesa, Kartabaja sont les traditions qui sont connues par le nom de Sahajiya. Sa littérature a été dans sa majeure partie gardée secrète par ses disciples. Toutefois, certains travaux ont été publiés – 'Vivarta Vilasa' par les Akinchandas, 'Nigudartha Prakasavali' par les Gauridas, 'Govinda Manjari' par les Ghanshyam Das, 'Prem Bhakti Candrika', 'Rasa Sara' et 'Rasaratnasara' par les Narottamdas, 'Amrtaratnavali' et 'Adya Sarasvata Karika' par les Mukundadas et 'Rativilasa Paddhati' et 'Rasa Tattva Sara' par les Rasik Das.

Le culte Sahajiya au Bengale est une modification Vaisnava du Bouddhisme Sahajayana. Selon Sahajayana le but ultime de l'effort humain sur terre se trouve dans l'accomplissement de '*sahajavastha*' une union de *prajna* et *upaya* représentée par le concept d'*Yuganaddha*, où un *Abhyasi* apprécie *sahaja sukha* ou *sahajananda*. Saiva Tantrika de même ont donné la notion de *Siva* et *Sakti*, et ils croyaient que l'union de *Siva* et *Sakti* était possible en éveillant le pouvoir de *Kundalini*. Mais Sahajayanis ont observé l'union de *prajna* et *upaya* en gardant l'association sexuelle avec les femmes connues comme '*Mudras*'.

Vaisnavana Sahajiya ont pris cette idée de *Mudra sadhana* aux Siddhas et lui ont donné un tour spirituel en représentant le concept de *prajna* et *upaya* dans Radha et Krishna respectivement. Ainsi avec les Sahajiyas le plaisir de *sahajasukha* ou

sahajananda des Siddhas se trouve dans le jeu de l'amour (*keli*) exalté de Radha et Krishna qui a été totalement décrit dans des versets élogieux. Il est dit que la plupart des Sahajiyas étaient associée à une jeune fille avec laquelle, en tant que partenaire, ils réalisaient leur adoration. Pour eux, le chemin naturel du salut était d'adorer en compagnie d'une femme, et ils prétendent que c'est la religion naturelle (*Sahaja Dharma*) des passions et des émotions humaines. Le processus d'adoration est de penser à soi-même comme Krishna et de cultiver en soi-même les passions de Krishna pour Radha qui est représenté par le compagnon féminin. De cette façon les Sahajiyas Vaisnava ont enseigné l'atteinte du salut à travers l'adoration sous la forme du partenariat sexuel avec une belle jeune fille. Comme celui des Siddhas, le '*sahaja*' des Sahajiyas était aussi indescriptible. Mais ils le représentaient sous la forme d'un amour pur (*suddha prema*). Sahajiya sadhaka a fait de l'amour terrestre (*parthiva prema*) une affaire d'exaltation spirituelle. Ils mentionnaient que puisque notre organisme est la demeure du divin nous pouvons avoir une expérience directe du bonheur céleste en nous-mêmes (corps). Ils ont aussi expliqué que l'amour divin entre Radha et Krishna peut se réaliser à travers l'amour terrestre parce que selon eux Krishna existe en tout homme et en toute femme, en elle-même, s'enchâsse Radha. Pour ces pratiquants le sport de l'amour (*keli*) de Radha et Krishna est joué dans Vrndavana. Il y a trois formes de Vrndavana – (i) *Vana Vrndavana* (Vrndavana, la forêt), (ii) *Mana Vrndavana* (Vrndavana, le cœur), et (iii) *Nitya Vrndavana* (Vrndavana, où le jeu de Radha et Krishna continue sans arrêt). De cette façon '*Parkiya Prema*' a acquis une position importante parmi les Sahajiyas Vaisnava. L'amour d'une femme autre que celui de sa femme était considéré nécessaire sur le chemin du salut.

La principale caractéristique de Sahajiya *sadhana* dans le Vaisnavisme est celle de l'imposition (*aropa*) de *svarupa* (la forme intérieure divine) sur *rupa* (forme terrestre). *Svarupa* ne peut être réalisé sans *rupa*. De cette façon ils ne dessinent aucune ligne de démarcation entre l'amour terrestre (*parthiva prema* ou *Ishq Mazazi*) et l'amour transcendantal (*aparthiva prema* ou *Ishq Haqiqi*). Ils maintiennent qu'on peut apprécier l'amour transcendantal dans l'amour terrestre par l'imposition (*aropa*). De ce fait, cette école a souligné que tout homme a, en lui-même, la présence de la Divinité et qu'ils ont ainsi donné une touche divine aux passions et aux émotions humaines et ont essayé de diviniser l'existence humaine par le sentiment de l'amour céleste imposé sur la passion terrestre ordinaire.

Cette divinisation de l'existence humaine a donné naissance au concept de '*sadhana manusa*' pour qu'il soit l'idéal d'une société. *Sahaja Manusa* ou *sahaja*

manava n'a ni la prédominance de *Rajoguna* ni celle de *Tamoguna* mais le pur *Sattva* le pénètre. Il ne distingue pas entre lui-même et les autres créatures du monde. Il est dépourvu d'attachement envers les objets du monde. *Sahaja Manusa* est la forme idéale de l'homme.

Les Sahajiyas Vaisnava ont aussi introduit la notion de sept lacs (*saptasarovara*) C'est-à-dire :

Ghora Sarovara.

Nabhi Sarovara.

Prthu Sarovara.

Mana Sarovara.

Ksira Sarovara.

Kantha Sarovara, et

Aksaya Sarovara.

Cette nouvelle présentation sous forme de lacs (*Sarovara*) peut être comparée aux traditionnels lotus (*chakras*) dans le *sadhana* yogique. En ce qui concerne les veines les Sahajiyas Vaisnava énumèrent trente-deux veines. Parmi elles quatre sont considérées comme importantes pour le but de *sadhana* c.-à-d. (i) *Arunavarna Nadi*, (ii) *Garbhodakasayi*, (iii) *Ksirodakasayi*, et (iv) *Candrasayi*.

Sadhana des Sahajiyas Vaisnava a été exprimé par Baldev Upadhyaya comme suivant des sentiments agréables (*madhurya bhava*) dans leur pratique de dévotion dans laquelle un adepte se considère être le bien-aimé et Dieu être celui qui aime. Ceci a aussi conduit au mode de *sadhana* en association avec la *parakiya* (autre que sa propre femme). Selon Baldeva Upadhyaya il y a deux aspects de *parakiya* – social et spirituel. Dans l'aspect social l'association avec la *parakiya* est moralement déplorée et condamnée, mais dans l'aspect spirituel les *parakiyas* fournissent une grande assistance dans l'avancée spirituelle. Les Sahajiyas Vaisnava ont introduit cette *parakiya sadhana* sous la forme d'un chemin à huit étapes (i) *rati*, (ii) *prema*, (iii) *sneha*, (iv) *mana*, (v) *pranaya*, (vi) *raga*, (vii) *anuraga* et (viii) *mahabhava*.

En outre la *parakiya* est de deux types – externe et interne. La *parakiya* externe (l'association physique avec la *parakiya*) est conseillée à travers l'observance de la pratique de la dévotion à huit étapes comme mentionnée ci-

dessus. Cette *parakiya* externe est connue comme secondaire (*gauna parakiya*). La *parakiya* interne est la *marma parakiya* résident de façon réelle dans le cœur.

Comme il est évident à partir de l'analyse ci-dessus le culte Sahajiya avait vraiment une certaine inclination charnelle qui peut ne pas être approuvée par la structure sociale. Mais si l'on garde en vue la période et l'environnement de cette époque une telle pratique était dominante dans la société. Du moins ce qui est bien certain c'est que ce système a fait un effort pour se débarrasser de la célébration orthodoxe, dogmatique et mystique et a donné passage aux émotions et aux passions humaines en exemplifiant le slogan Upanisadique : *yatha pindande tatha brhamande*.

6. Baula Sampradaya :

Le terme '*Baula*' se retrouve avoir différentes origines. Il est une déformation du mot Sanskrit '*vatula*' signifiant 'affecté par le vent' et il peut aussi être pris comme une modification du mot Hindi '*vyakula*' signifiant perplexe ou embarrassé. Certains maintiennent qu'il est une forme changée du mot '*Baura*' ou disent '*Bavala*' (le fou). Toutefois, ce qui peut être considéré commun à toutes ces conceptions, le terme '*Baula*' exprime une anxiété incessante qui aboutit à la folie pour la Réalité Suprême.

Les Baulas étaient les saints réformateurs qui n'avaient aucune croyance dans les ostentations et les rites traditionnels. Ils n'avaient aucune foi dans le temple ou dans la mosquée. Selon eux le corps humain, lui-même, est un temple et la personne lui donnant de l'énergie est le vrai Dieu à adorer et à réaliser. Il n'y avait aucune distinction de caste parmi eux. On doit noter que généralement les Baulas Hindous étaient les protagonistes des doctrines Vaisnava et que les Baulas Musulmans portent l'influence du Soufisme. Néanmoins, leur conception de la Réalité Ultime et le mode de pratique pour la réalisation ne portent aucune marque de différence commune. Ils se sont intoxiqués avec l'amour de Dieu au point d'oublier leur propre être. Cet oubli émotionnel était leur principale caractéristique et dans cet état ils jouissaient d'un bonheur indescriptible. Ce bonheur était tout pour eux.

Les Baulas adhéraient aux fondamentaux du yoga. L'objet de leur pratique spirituelle était de réaliser l'union de l'âme résidant dans le cœur, avec la personne.

Ils avançaient le concept de '*manera manusa*' c.-à-d. la personne résidant dans le cœur. Rabindra Nath Tagore a aussi accepté ce concept des Baulas. Les Baulas ont mis l'accent sur la pratique spirituelle intérieure (*sadhana*) connue chez eux comme '*ulti-cala*' (mouvement inverse). Dasgupta l'a interprété comme un processus de progrès vers *Sahajavastha*. De toute façon ces Baulas étaient aussi Sahajavadins. Ils considéraient que l'intoxication de l'amour était le moyen pour atteindre et réaliser le Dieu qui réside dans le cœur.

Comme les Sahajiyas ils regardaient aussi l'amour temporel comme une source d'amour divin. Ils offraient, donc, un grand respect et une grande vénération aux femmes. C'était leur croyance que la femme, d'un côté, rend la vie domestique agréable et, d'un autre côté, elle aide dans les poursuites divines et spirituelles. Le premier rôle de la femme est appelé '*vigraha*' et le dernier '*agraha*'. Ainsi, ils déploient et étendent l'amour temporel à la dimension de l'amour divin et établissent un solide attachement à la divinité. De ce fait, ils donnèrent une juste considération à la vie domestique. Si la vie domestique s'avère être un frein sur le chemin du progrès spirituel ils conseillaient qu'il soit abandonné.

Dans les deux sphères – temporelle aussi bien que spirituelle – les Baulas préfèrent la simplicité et le naturel. La pureté de l'âme est quelque chose de simple et ne doit pas être tachée par des ostentations religieuses.

La doctrine des Baulas est la confluence des trois courants de *sahaja sadhana* c.-à-d. le Bouddhisme Sahajayana, le Vaisnava Sahajiya et le Soufisme Musulman. La méthodologie Baula de la pratique spirituelle a été développée à partir de ces trois courants et elle a assimilé en elle-même l'essence de ces écoles.

7. Santa Sampradaya :

La contribution des saints à la pratique de *sahaja sadhana* est remarquable. Dans les Upanisads et le Purana *sahaja sadhana* renvoie à un état de réalisation yogique. Avec les Siddhas le terme *sahaja* est devenu un symbole de l'état d'union entre *prajna* et *upaya* sous la forme de *Yuganaddha*. Plus tard le concept de l'association entre les deux forces vitales *Siva* et *Sakti* ; *kamala* et *kulisa* ; *Vindu* et *Nada* etc., avait le même sens dans l'école Saiva, Natha et Sakta. Cette représentation copulative du terme *sahaja* a inspiré les Sahajiyas Vaisnava pour réaliser l'amour de Radha et Krishna dans leur association avec parakiyas. Mais la tradition des saints a rejeté cette association sexuelle et charnelle dans leur *sahaja sadhana*.

Dr. Hajari Prasad Dwivedi souligne que *Satya Purusa*, la Réalité Ultime par égard à la création a produit six fils c.-à-d., (i) *Sahaja*, (ii) *Ankura* (iii) *Ichha*, (iv) *Suhanga*, (v) *Acintya*, et (vi) *Aksara*. La personnalité de Kabir a été divinisée par ses disciples au point de le regarder comme l'incarnation de Dieu. Ils disent que Dieu S'est incarné comme Sukrti, Munindra, Karuna Swami et Kabira dans Satyayuga, Tretayuga, Dvaparayuga et Kaliyuga. Il est aussi déclaré que les quatre Vedas sont la forme grossière de la réelle Veda qui est composée des mots (*Vani*) de Kabir.

Les disciples de Kabir regardent la connaissance des Vedas comme la connaissance superficielle (*tvaca jnana*). Ils maintiennent que vraiment les *vani* de Kabir comme : (i) Kutavani est Suksma Rgveda ; (ii) Takasara Vani est Suksma Yajurveda ; (iii) Muka-jnana-vani est Suksma Samaveda ; et (iv) Bijaka Vani est Suksma Atharvaveda.

Ainsi Kabir porte une importante et signifiante position dans la mesure où la technique de *sahaja sadhana* est concernée. En dehors de lui, Dadu, Paltu, Sundaradasa, Raidasa, Caranadasa, Bhikha et Sahajobai ont aussi préconisé *sahaja sadhana* dans la tradition des saints. Les saints ont utilisé le mot *sahaja* dans différentes implications. Dharmavir Bharati explique le mot *sahaja*, comme Nath Sampradaya, a aussi été utilisé en six sens c.-à-d., (i) *Parama Tattva* (Suprême Substance), (ii) *Parama Jnana ou svabhava* (Suprême Connaissance ou Nature), (iii) *Sahaja Sadhana* (un mode naturel de pratique), (iv) *Sahaja Samadhi* (Concentration Naturelle), (v) *Parama Pada* (état d'atteinte finale), et (vi) *Sahaja Rahani* (un mode naturel de façon de vivre).

La description détaillée de Bharati met l'accent sur le fait que le terme *sahaja* dans la tradition des saints est remarquable parce que la Réalité Ultime est *Sahaja*, le niveau final de l'atteinte est connu comme *Sahaja Samadhi*, qui est aspiré pour être accompli par le pratiquant à travers le mode de vie simple et naturel (*sahaja rahani*) en s'abandonnant aux pieds saints d'un Guru compétent. Dr. Govind Singh Triguanayata traite aussi de façon élaborée avec *sahaja sadhana* des saints et il souligne que l'approche des saints était réformatrice aussi bien que formatrice, cela veut dire, une purification des tendances fausses et dogmatiques de *sadhana* aussi bien qu'une contribution de nouvelles notions grâce à des comparaisons importantes. Trigunayata remarque que le *sadhana* des saints a donné une touche simplificatrice (*sahajikarana*) au mode de *sahaja sadhana*, et leur simple conduite (*sahajacarana*) a impliqué (i) *Sahaja Vairagya* (renonciation naturelle), (ii) *Sahaja Karma* (action naturelle), (iii) *Sahaja Tyaga* (dénonciation naturelle), (iv) *Sahaja Vicarana* (pensée naturelle), (v) *Sahaja*

Jnana (connaissance naturelle), (vi) *Sahaja Prema* (amour naturel), et (vii) *Sahaja Sadhana* (pratique spirituelle naturelle).

Le *sahaja sadhana* des saints éradique les pratiques dogmatiques et ritualistes de l'aspect *sadhana* de la Philosophie Indienne et propose la nécessité de la pureté intérieure et d'une vie simple et naturelle avec un total abandon de son être au Guru ou à Dieu. À cet égard le fameux verset de Kabir sur *Sahaja Samadhi* vaut d'être noté : *Sadho sahaja samadhi bhali* mettre la même chose en version anglaise rendrait et révélerait l'importance qu'il a réalisé dans la pratique des saints comme suit :

« O Saint, *Sahaja Samadhi* est Supérieur,
Depuis le jour où il émergea par la grâce du Guru
Il a continué à grandir jour après jour,
Où que je marche je déambule en cercle,
Quoi que je fasse il y a le service,
Où que je dorme, c'est la prostration,
Et je n'adore aucun autre Dieu,
Quoi que je prononce est Son Nom,
Quoi que j'écoute est Son souvenir.
Ce que je mange et ce que je bois eux-mêmes sont Son adoration,
Je regarde également le foyer et la désolation,
Ayant abandonné la pensée de la différence,
Ni je ferme les yeux, ni je sens avec le nez,
Ni j'assume le moindre trouble,
Avec les yeux ouverts en souriant je contemple
Et reconnais la charmante beauté (du Seigneur).
Kabir dit, cet *unmani* vivant j'ai révélé par le chant
Qu'il y a un état suprême au-delà du plaisir et de la peine

Dans cet état je me suis fondu. »

En outre, Kabir parle de *sahaja* :

« L’histoire indescriptible de *sahaja* est unique,

Ni il croît, ni il décroît,

Il paraît ni léger ni lourd.

La pensée d’au-dessus et d’au-dessous n’existe pas ;

Il n’y a ni jour ni nuit,

Ni eau ni air et encore ni feu.

Seul un vrai Guru aide, là.

Cet état reste toujours au-delà d’accès, au-delà d’expérience,

Est atteignable à travers la grâce du Guru.

Kabir dit que je suis devenu fou et que mon esprit a succombé

Et s’est fondu dans *Sahaja*. »

Quoi qu’il arrive est dit être vôtre et ce qui est réalisé est aussi fondu dans le *Sahaja*.

Kabir remarque aussi que tout le monde parle de *sahaja* mais personne ne le connaît correctement parce que seulement réalisent *Sahaja* ceux qui ont abandonné leur aspiration et ont contrôlé leurs cinq sens. Kabir compare aussi *sahaja samadhi* avec un arbre qui n’a ni branches, ni fleurs, ni fruits. Il dit en outre clairement que le propriétaire est celui qui tient le corps et renonce à la maya interne.

L’état de *samadhi* dans le yoga Nath était exprimé par le terme *unmuni*. Cet état d’*unmuni* a été décrit comme l’état d’*amanaska* au-delà de *sunya* et *asunya*, où l’existence totale de quelqu’un est fondue comme le sel est dissous dans l’eau. Et cet état d’*unmuni* est connu sous le nom de *sahaja samadhi*. Dans cet état de *sahaja samadhi*, selon Kabir *unmuni* est éveillé et on atteint facilement l’Ultime. C’est l’état suprême (*Parama pada*) à atteindre par un aspirant. Cet état de *sahaja* est ce qui est signifié par *sunya* ou *nirvana* dans la pensée bouddhiste. Les saints ont constitué les mots *sahaja sunya* et *sahaja nirvana*. Ainsi, les saints ont assimilé la pensée de *sunya* et *nirvana* dans leur *sahaja sadhana*.

8. Yoga Sahaja dans la Religion Sikh :

Le Guru Nanak, le géant spirituel de Punjab, est l'Adi Guru de la religion puissante et martiale connue sous le nom de religion Sikh. Le Guru Nanak a été succédé en séquence l'une après l'autre par neuf Gurus. Le dernier d'entre eux a été le Guru Gobind Singh qui a commencé la pratique du baptême pour les Sikhs. Macauliffe dit qu'il y a deux divisions principales dans la religion Sikh – les Singhs et les Sahajadharis. Les premiers sont ceux qui suivent le baptême comme énoncé par le Guru Govind Singh. Les Sikhs restants sont connus comme Sahajadharis ceux qui vivaient à l'aise, comme le mot le dénote, et pratiquaient le commerce ou l'agriculture. Parmi les Singhs sont inclus les Nirmalas et les Nihangas. Les Sahajadharis incluaient les Udasis fondés par Shri Chand, fils du Guru Nanak, le sevapanthi fondé par un porteur d'eau du Guru. Parashu Ram Chaturvedi est d'avis que toutes les écoles excepté Nirmalas sont Sahajadharis.

Le terme *sahaja* dans la religion Sikh a aussi indiqué plusieurs significations par ex. habitude, né avec, naturel, spontanéité, état d'équilibre ou équilibre, aisance, connaissance divine, tranquillité divine etc. Sahajavastha dans la religion Sikh est cet état de l'âme (*Atman*), qui est au-dessus des trois *gunas* et contient en elle-même la vraie connaissance. En outre, c'est un état où l'âme, devenant paisible (*santa*) et sans mouvement (*adola*) est concentrée dans la Forme Réelle d'elle-même et vit une vie naturelle. La bienveillance et l'amour découlent d'un tel cœur. De ce fait, *sahaja sadhana* dans la religion Sikh apparaît sous la forme de *sahaja yoga*, qui signifie la concentration spontanée de l'esprit comme opposé à Hathayoga. Macauliffe utilise *Sahajayoga* et Rajayoga comme des termes synonymes et selon lui *sahajayoga* signifie « la répétition du nom de Dieu avec une attention fixée et une association avec le saint, comme en opposition par rapport au Hathayoga... »

Le rôle du Guru a reçu une suprême importance juste comme dans d'autres écoles de *sahaja sadhana*. « Sans Guru l'Équilibre (*sahaja*), n'arrive pas à l'esprit ; demande celui qui est sage si tu peux. » Dans ce contexte les mots suivants du Guru Nanak Dev Ji sont très remarquables : « Toute la création a soif de l'état d'Équilibre (*sahaja*) mais sans le Guru on ne le trouve pas. Les Pandits sont fatigués de lire, aussi les Devins du futur : beaucoup sont trompés par leurs atours. Oui, si nous rencontrons le Guru, nous atteignons à l'état d'Équilibre (*Sahaja*), si le Seigneur dans Sa Volonté est Miséricordieux. O frère, il n'y a pas d'Équilibre (*Sahaja*) sans le Guru. Il jaillit de la Parole, et on trouve son Seigneur, le Vrai Dieu. Si la Louange du Seigneur sort spontanément (*Sahaja*) elle est acceptée autrement tout est vain bavardage. Ainsi tout est Adoration, ainsi tout est Amour, Détachement. Dans l'état

d'Équilibre (*Sahaja*) la Béatitude et la Paix sont totales, sans lui la vie est totalement vaine. Spontanément (*Sahaja*) alors loue le Seigneur et dans le Silence de la Grande Paix. Ainsi, proclame Sa Vertu et entre en communion avec ton Seigneur. À travers la parole, (*sabda*) vient le Seigneur dans l'esprit et la langue exprime la Réalité du Réel. Dans cet état d'Équilibre (*Sahaja*), tu tues la Mort et tu t'installas dans le Refuge de l'Unique Vrai. Ainsi le Nom du Seigneur vient dans nos esprits et nous faisons seulement ce qui est Bon et Vrai. Heureux sont ceux qui ont trouvé ceci (*Sahaja*) et sont fondus en lui. Où est l'Équilibre (*Sahaja*) dans Maya ? Maya demeure dans la Dualité. Les volontaires vont le chemin des œuvres et sont réduits en cendres par l'ego. Leurs allées et venues ne cessent pas et ils sont jetés dans la Ronde du temps et encore. Vivant dans les Trois Modes, il n'y a pas d'Équilibre (*Sahaja*), ils font une balade dans le Doute. Que lisons-nous, sur quoi nous appuierons-nous, qu'exprimerons-nous lorsque l'on est détourné du droit chemin par Dieu ? (Oui, entre) le Quatrième état (de Béatitude) et comme les salles de Dieu attire le dans tes basques. Le Nom de Dieu, le Non manifesté, est comme les (neuf) Trésors ; on est Sage en Dieu seulement à travers l'Équilibre (*Sahaja*). Les Vertueux sont dans Sa Louange et leur Vrai Renom est au loin. À travers l'Équilibre il y a l'égaré Uni (avec le Seigneur) ; à travers la Parole vient l'Union. Sans Équilibre tout est Obscurité de Maya et luxure. À travers l'Équilibre on est Sage-dans-le-Temps, Parole Infinie, et le Dieu-Guru dans sa Miséricorde, nous Unit à Lui-même. À travers l'Équilibre (*Sahaja*), le Seigneur invisible est vu et le Lumière du Seigneur, sans Forme, sans Peur (brûle dans nos cœurs). Il est celui qui bénit toutes les âmes et Celui pour unir ta Lumière avec Sa Louange puis à travers la Parole Parfaite ton Seigneur, qui est au-delà de la fin, au-delà de la limite. Les Sages-en-Dieu ont le Nom comme leur Richesse et à travers l'Équilibre ils Commercent (avec Lui). Nuit et jour ils récoltent le Profit du Nom du Seigneur dont les trésors sont inépuisables. Nanak, quand le Donneur donne, Il ne manque jamais (de Dons).

On a énuméré cinq types d'extases (*mastis*) c.-à-d., (i) *Hala ki masti* (l'extase dans son propre être), (ii) *Hukama ki masti* (l'extase du commandement), (iii) *Javana ki masti* (l'extase de la jeunesse), (iv) *Mala ki masti* (l'extase de la richesse et de la propriété) et (v) *Lata ki masti* (l'extase de l'addiction aux intoxicants par ex. opium, vin etc.). La quatrième extase de la richesse et de la propriété est très puissante et parmi les cinq extases mentionnées ci-dessus, la première c.-à-d., l'extase de son propre être (*Hala ki masti*) est la meilleure et celle-ci est appelée *Sahajayoga*. Celle-ci est aussi appelée *Hukama* et est connue comme *Eka Nama*. Dans une telle condition, on ne fait pas l'expérience du doute ou de la peur. Il est toujours sans souci. On l'obtient par la prostration devant les pieds du Guru ou de la

déité. On dit que cet état de *Sahajayoga* s'obtient rarement par quelques-uns. Le signe visible d'une telle personne est que quoiqu'il arrive sur son chemin ou quoiqu'il lui arrive de jour et de nuit, elle voit cela comme le commandement de *Purusa*, le Dieu Tout-Puissant et elle pense que quelle que soit la manière dont elle se comporte, que ce soit bien ou mal c'est Son Désir. Elle ne doit ni critiquer ni écouter les critiques des autres à travers ses pensées, paroles et actions. Il doit manger quel que soit ce qu'il reçoit. Si quelqu'un lui donne une tasse de poison, il l'avale le prenant pour du nectar. Même si l'on est l'empereur de toute la terre ou de tout l'Univers et si par chance il lui arrive d'être béni par Dieu pour atteindre l'état de *Sahaja*, il sera très heureux même s'il tient un bol de terre dans sa main et mendie de porte en porte. Qu'importe s'il reçoit des aumônes ou non. Il doit ni s'inquiéter de mendier ni se sentir heureux pour cette royauté. Quoi qu'il fasse il doit considérer cela comme obéir au commandement (ou la Volonté) de Dieu et doit être détaché de son sort qu'il soit bon ou mauvais. Il doit être indifférent au poison et au nectar, à l'honneur et au déshonneur, à l'or et à l'argile, au ciel et à l'enfer. L'échec à atteindre le chemin de *Sahajayoga* fera que la personne aura des chances de subir le cycle de naissance et de mort. Ce *Sajayoga* est la plus simple de toutes les formes de pratique. Ainsi, *Sajayoga* est la meilleure de toutes. *Sahaja* est l'antidote à tous les maux. Elle doit colorer toutes les actions. Ils disent qu'on doit dormir naturellement (*sahaja*), s'éveiller naturellement, manger naturellement, et garder le silence naturellement. Et réellement on doit rester absorbé dans l'extase de son propre être (*Hala ki masti*).

De ce fait, *Sahaja Sadhana* dans la religion Sikh est la forme de *sadhana* qui condamne les austérités de Hathayoga et nous conseille de chercher abri chez le Guru, de vivre selon le Commandement (*Hukama*) et être heureux avec son propre être (*Hala*).

9. Taoïsme en Chine :

Le Taoïsme est une ancienne religion de Chine et Lao Tsu (604 av. J.-C.) a été son fondateur. Parmi les principaux disciples qui ont développé la pensée Taoïste après Lao Tsu sont Lieh Tsu (400 av. J.-C.) et Chuang Tsu, un contemporain de Mencius (300 av. J.-C.). « Tao Te Ching », le texte sacré du Taoïsme, est attribué à Lao Tsu. En dehors de celui-ci « Tai-shang Kan-ying P'ien » par Li Ch'angling et l'anonyme « Yin-chih W'en » sont des travaux remarquables du Taoïsme.

Dr. Prabodh Chandraji Bagchi est d'avis que *sahaja* est la traduction de 'Tao' et les Taoïstes étaient les disciples de *Sahaja Sadhana* en Chine. L'enseignement fondamental du Taoïsme porte une proche ressemblance avec la philosophie des Upanisads. Dr. Radakrishnan fait allusion à cette proximité de pensée et maintient que les idées centrales du Taoïsme sont proches de celles des Upanisads. La métaphysique Taoïste est proche de la pensée des Upanisads et sa discipline de la technique du yoga.

'Tao' est le concept qui connote la Réalité Ultime dans le Taoïsme. « Le Tao, qui peut être exprimé, n'est pas l'éternel Tao ; le nom qui peut être défini n'est pas le nom immuable. » « Celui qui sait ne parle pas ; celui qui parle ne sait pas ». Tao est une chose qui est à la fois invisible et intangible. Intangible et invisible, pourtant il y a forme en lui. Subtile et obscure, pourtant il y a essence en lui. « Où est Tao, est l'équilibre. Quand Tao est perdu, le résultat est toute la différence des choses. »

Le mode de pratique tel qu'il est conseillé dans le Taoïsme est facile, simple et naturel. Lao Tsu lui-même affirme : « Mes paroles sont très faciles à suivre et très faciles à pratiquer. » Lao Tsu nous conseille de suivre le grand chemin du Tao parce que « le grand chemin est très clair et facile, mais les gens préfèrent des chemins de traverse. » Il condamne le port de vêtements brodés. « Il n'y a pas de plus grand crime que de chercher ce que les hommes désirent ; il n'y a pas de plus grande souffrance que de connaître le non contentement, il n'y a pas de plus grande calamité que de s'adonner à la cupidité. »

Les Taoïstes suggèrent le retour à l'état simple de la nature. Ils maintiennent : « Apparais dans la sobriété et tiens à la simplicité. Restreins l'égoïsme et réduis les désirs ». Le secret du succès sur le chemin de la libération se trouve dans la Maxime : « Sois humble et tu resteras entier. » Que toute connaissance soit abandonnée et que les désirs soient séchés. On doit chercher le Grand Centre qui est éternel et immuable. Chacun revient à son origine. Le retour à l'origine est appelé paix. Libres de désirs, ils seraient au repos et le monde lui-même serait rectifié. Que toutes choses se développent de leur façon naturelle et ne s'aventurent pas à agir.

Selon le Taoïsme un sage doit éviter l'excès, l'extravagance et la complaisance. « L'excès en nourriture et l'exagération dans l'action même dans d'autres choses, la plupart, elles sont rejetées. »

Celui qui poursuit Tao diminuera chaque jour ; il diminuera et continuera à diminuer jusqu'à ce qu'il arrive à la non-action.

Par la non-action toute chose peut être faite. De cette façon, le sage vit dans le monde en harmonie et gouverne le monde avec simplicité. C'est la raison pour laquelle le Taoïsme dit « agis la non-action, entreprends la non entreprise, et goûte ce qui est sans goût. »

Ils conseillent une méthode très simple : « Traite les choses difficiles alors qu'elles sont faciles ; traite les grandes alors qu'elles sont petites. Toutes les choses difficiles du monde commencent faciles ; toutes les grandes choses du monde commencent petites. L'arbre qui remplit le bras d'un homme vient d'une tendre pousse. Les tours de neuf étages sont élevées à partir d'une motte de terre. Un voyage d'un millier de miles commence à partir d'un point sous le pied d'une personne.

Ainsi, les Taoïstes essaient d'accomplir d'immenses tâches calmement et lentement. Ils sont sûrs de leur succès qui peut tarder mais ne peut qu'advenir.

Ils ont évité d'apprendre et ont préféré la simplicité parce que selon le Taoïsme le meilleur pratiquant du Tao n'a pas visé la réalisation de la connaissance. Au lieu de cela, ils ont essayé de se rétablir dans la simplicité.

Lao Tseu déclare : « J'ai trois trésors auxquels je tiens et que je garde en sécurité : le premier s'appelle l'amour ; le second s'appelle la modération ; le troisième s'appelle ne pas s'aventurer à aller au devant du monde. »

Donc, le Taoïsme en Chine est un mode de *sadhana* qui a mis l'accent sur la capacité originale et naturelle d'un individu et qui a grandement contribué à la littérature de la Chine. Le petit classique « Tao Te King » est un livre d'une profonde contemplation plein de suggestions exactes. Son *sadhana* est *sahaja sadhana* parce qu'il évite toutes sortes d'ostentations et dit que la connaissance ne sert à rien. Il insiste sur l'originalité et la simplicité.

« Séchez les désirs et videz le cœur, le succès se trouve en avant. »

« Utilisez ce qui est naturellement utile ; faites ce que vous pouvez faire spontanément, agissez selon votre volonté dans les limites de votre nature mais n'ayant rien à faire avec ce qui est au-delà de celle-ci. »

C'est la question très facile de la non-action.

Et ainsi va le proverbe : « C'est le vide du cœur qui le rend spirituellement réceptif. C'est le vide d'une vallée qui la fait rendre un écho. »

Récapitulation :

Tous les systèmes mentionnés ci-dessus de *sahaja sadhana* sont une claire exposition du fait qu'ils sont une façon ou une autre d'adhérer au processus de simplification qui précédemment était devenu plein de préjugés envers une complaisance orthodoxe, dogmatique et mystique conduisant à l'élimination d'un cours plus simple et naturel de pratique spirituelle.

C'est étonnant de trouver que les structures fondamentales conceptuelles de tous les systèmes de *sahaja sadhana* laissent la place à une avancée plus aisée dans le système de pratique yogique du Sahaj Marg.

On devrait se souvenir à ce sujet que même si il y a similitude avec toutes les techniques mentionnées ci-dessus mais il serait faux de décider que la pensée et la théorie du Sahaj Marg soient en tout cas influencées par elles.

Toutes les affirmations que ce soit dans la théorie ou la pratique ne sont que coïncidence parce que l'ensemble de la philosophie est l'approche et la compréhension originales dérivées de l'expérience directe (impérience) du Président-Fondateur de ce nouveau mode de pratique spirituelle.

Il serait inutile de mentionner que les chapitres à venir révéleront d'eux-mêmes l'authenticité et sa prétention à être une nouvelle philosophie pour l'ensemble de l'humanité.

Le monde devra attendre avec impatience ce système maniable mais énergique pour résoudre ses problèmes et ses tensions dans les événements quotidiens de la vie humaine.

THÉORIE DU SAHAJ MARG

Mouvement du Sahaj Marg Moderne

Être, la Réalité Ultime

Devenir, l'Évolution Cosmique

Théorie de la Connaissance (Épistémologie)

Constitution de l'Homme (Psychologie)

Mouvement du Sahaj Marg Moderne

Il n'y a, toutefois, absolument aucune connexion entre le système du Sahaj Marg moderne du *sadhana* yogique et une des traditions élaborées jusque-là dans les chapitres précédents à l'exception de l'identité du mot *sahaja* utilisé pour dénoter le système de spiritualité sous le présent système comme aussi dans le système traditionnel. Le fondateur et les représentants de ce système traitent explicitement le Sahaj Marg Moderne comme un 'Nouveau Darshana', fondé sur l'intuition spirituelle des deux Maîtres du système connu comme le Adi-Guru et le Président-Fondateur du système.

Ce n'est sûrement pas affirmer l'impossible émergence magique du système comme un coup de tonnerre totalement déconnecté de l'histoire. C'est seulement dans le but pratique de dévêtir le 'nouveau mouvement' d'une mystification scolastique et de dégénération traditionnaliste et de le rendre plus directement utilisable pour les aspirants de la *sadhana* yogique dans le contexte du monde d'aujourd'hui. Tous les mouvements révolutionnaires et les 'nouveaux systèmes' dans n'importe quel domaine préconisent et réclament une pause par rapport au passé seulement en ce sens, et seulement en vue d'un tel but.

Le système du Sahaj Marg moderne représente la forme développée et mûrie de pratique spirituelle (*sadhana*) adaptée aux besoins et aux circonstances des êtres humains dans la société d'aujourd'hui.

Pour citer Shri Ishwar Sahaï : 'Il est en fait un complet remaniement du yoga de Patanjali le débarrassant de toutes les applications physiques, occultes et ésotériques et court dès le commencement pour finir avec des lignes purement spirituelles sans le moindre amalgame. Comme tel, il est une précieuse contribution à la pensée du monde et dans la présentation d'une nouvelle école de philosophie. Il réconcilie tous les systèmes de philosophie et a pourtant une entité séparée qui lui est propre. »

Le Sahaj Marg introduit une nouvelle interprétation de la Réalité et une nouvelle approche du problème de l'existence humaine et de son but sur la terre. Il vient éclairer une façon simple et naturelle de la réalisation de Dieu dans un temps le plus court possible.

La pratique spirituelle (*sadhana*) comme conseillée dans ce système est fondée sur une application pragmatique et est très appropriée pour résoudre les

nombreuses énigmes dans le champ des efforts spirituels. Il ouvre de nouvelles perspectives et explore de nouveau les perspectives et les possibilités pour les êtres humains en réconciliant les différentes questions complexes et les conceptions épineuses.

- Les Maîtres du Sadhana du Sahaj Marg Moderne :

Pour commencer, pour le plaisir d'une compréhension claire de ce système, il serait opportun de revoir un court aperçu et une brève étude de la vie et des travaux des deux Maîtres, l'Adi Guru (Shri Lalaji) et le Président-Fondateur (Shri Babuji) du système du Sahaj Marg de pratique yogique. Les deux Maîtres du Sahaj Marg ont suscité une révolution dans le champ de la pratique spirituelle. Ils ont offert une méthode simple et naturelle et ont ouvert de nouvelles perspectives en spiritualité plutôt découvert de nouveaux champs de progrès spirituel.

- L'Adi Guru du Sahaj Marg :

Samartha Sadguru Mahatma Shri Ram Chandraji Maharaj de Fatehgarh (U.P.) est l'Adi Guru du système du Sahaj Marg. Il est connu comme 'Lalaji' chez ses disciples. Une brève histoire de sa vie a été publiée dans le volume annuel 'Kalyana' de Vikrami Samvat 1994 sous le titre 'Santa Anka' dans les pages 757-58 avec sa photo à la page 753. Ses disciples, c.-à-d., Dr. Chaturbhuj Sahai, Dr. Shrikrishna Lal et Dr. Harnarayan Saxena ont occasionné des livres sur sa vie. Un bref aperçu de sa vie est aussi donné dans le Livre 'Efficacy of Rajyoga' (p. ix-x Efficacité du Rajyoga). C'est une caractéristique remarquable qu'on trouve en traversant les détails de sa vie que sa pensée est traitée par ses disciples comme plus précieuse que la présentation des détails chronologiques de sa vie.

Il est né le 2 Février 1873, le jour du Basant Panchami, dans une famille Kayastha dans le district Farrukhabad, (U. P.) Le nom de son père était Ch. Harbaksh Sahaï. Il a été éduqué au moyen de l'Urdu. Il a aussi appris l'anglais, l'hindi et le perse. Il s'est marié quand il était étudiant. Après son éducation il a obtenu une nomination à la Perception à ³Fatehgarh et y a pris sa retraite.

On dit aussi qu'il a atteint la perfection dans une brève durée de seulement sept mois. Après l'illumination il consacra sa vie à l'élévation spirituelle de l'humanité gémissant dans la fange du matérialisme et l'obscurité de l'ignorance. Après avoir servi l'humanité jusqu'à l'âge de cinquante-huit ans, il a rendu son dernier souffle le 15 Août 1931. À Fatehgarh, se dresse un *Samadhi* sur le site de la crémation.

Son niveau de vie était simple et ses relations avec les gens étaient très amicales. Il avait une voix mélodieuse avec un ton très doux. « Il était une incarnation de la modération, de la tolérance et de la dévotion, totalement dépourvu d'égoïsme. Avec lui s'est levée une nouvelle ère de formation yogique à travers la transmission dont il était le maître. Il pouvait amener un homme à la perfection d'un simple coup d'œil. Il était celui qui rendait possible à un homme de pouvoir atteindre la perfection en une seule vie seulement et même tout en menant une vie domestique. Il avait l'habitude de dire que les difficultés et les souffrances de la vie domestique sont les pénitences et les sacrifices pour les acquisitions spirituelles.

Il avait simplifié la méthode de formation spirituelle dans une grande mesure et l'avait ajustée pour convenir aux exigences du moment. » La découverte par lui de la 'Région Centrale' est l'unique et remarquable recherche contribuant au processus de la pratique yogique. Ses travaux sous forme manuscrite démontrent amplement sa maîtrise de l'arabe et du perse d'un côté et du sanskrit, y compris le sanskrit védique, de l'autre. Sa maîtrise à la fois des traditions Soufi et Hindou de pratique yogique paraît être, de façon convaincante, approfondie. Il est vraiment dommage que la majeure partie de son travail, en manuscrit, a été détruite par pure négligence de ses amis et parents. Une collection de sa correspondance avec certains de ses disciples a été publiée en 1943 sous le titre 'Shri Ram Sandesh' en Hindi. Elle contient 105 lettres. Une série de dix articles de sa plume a été publiée sous les titres :

Akhalaq,

Tarje-guftgu,

Etaqada,

Veda,

Karma,

Adhyatma,

Brahma Jnana,

Sadhana,

Parama Pada et

Bandhana aur Mukti.

Ces articles stimulants et motivants furent publiés en livraisons périodiques dans le SAHAJ MARG (trimestriel) de la Mission Shri Ram Chandra, Shahjahanpur (*U. P.*) du Volume II, No. 1 au Volume IX, No.1).

Un grand nombre de ses lettres, articles et son journal quotidien se trouvent toujours sous forme manuscrite avec son petit-fils Sh. Dinesh Kumar à Fatehgarh. Il a l'intention de publier la littérature avec lui dans un proche futur et sa femme Dr. (Mme) Suman Saxena l'aide dans cette aventure prometteuse. Certains de ses articles furent aussi publiés en livraisons périodiques dans « Brijmohan Vachnamrita » (magazine). En outre, le livre (Hindi) sous le titre '*Kamal-e-Insani*' contient une analyse précieuse de l'explication de la structure conceptuelle tiède et laconique de la pensée spirituelle. C'est un livre utile pour les aspirants sur le chemin de la pratique spirituelle.

- Le Président-Fondateur de la Mission Shri Ram Chandra :

Samartha Sadguru Mahatma Ram Chandraji Maharaj de Fatehgarh, l'Adi Guru du système Sahaj Marg a eu pour successeur son disciple au nom identique Shri Ram Chandraji de Shahjahanpur (*U. P.*), affectueusement connu comme 'Shri Babuji' chez ses adeptes. Il poursuit la tâche de son Maître et appartient à une famille qui a une glorieuse histoire avec des personnalités illustres. Shri J.R.K. Raizada a donné une information notable de ses ancêtres : « Sa famille a une vénérable histoire, son origine datée de l'époque d'Akbar, le grand empereur Mongol et sa malchance a suivi la chute des Mongols et la subjugation de l'Inde sous la règle britannique.

Un des membres de sa famille était le Mir-Munshi à la cour d'Akbar. On lui avait accordé le titre de '*Bugara*. Il tenait un jagir ou fief à Talgram dans l'Avadh. Pendant plusieurs générations le domaine resta dans la famille. Un des derniers descendants de sa famille, Bakshi Kundan Lai était l'officier chef de l'armée sous Nawab (souverain) Shujauddaulah. En 1762 Bakshi Saheb a commandé les armées de Shujauddaula pendant la troisième bataille de Panipat. Après cette bataille, Hafiz Rahamata Khan, qui fut impressionné par le courage de Bakshi Saheb, emprunta les services de Bakshi Saheb à Shujauddaula et l'a nommé officier de son armée. Pendant la bataille de Fatehganj (près de Shahjahanpur) en 1774 entre Rahamata Khan et Shujauddaula, Bakshi Saheb fut tué avec son nouveau Nawab. Shujauddaula ordonna la confiscation de la propriété et du Jagir de la famille. Les membres survivants ont quitté le lieu pour sauver leurs vies et se sont éparpillés dans différents districts.

Dans l'année 1824, Diwan Shadilal, petit-fils de Bakshi Saheb et grand-grand-père de Shri Ram Chandraji a été nommé Diwan (médiateur) auprès du Nawab (souverain) de Shahjahanpur. Son fils, Shri Janki Prasad, grand-père de Shri Ram Chandraji a rejoint les Tribunaux Civils comme Munsarim, sous la règle britannique.

Le fils de Shri Janki Prasad, Shri Badri Prasad, est né le 12 Juillet 1867 à Badaun. On lui enseigna l'urdu et le perse à la maison et on l'envoya à l'École Anglaise à l'âge de neuf ans. Il fut un étudiant brillant. Il étudia le droit, devint avocat et commença la pratique judiciaire dans l'année 1892 à Shahjahanpur. En peu de temps il devint avocat principal considéré comme brillant. Il fut nommé Magistrat Spécial de Première Classe et en 1929 il reçut le titre de Rai Bahadur.

« Il fut un grand érudit en histoire. Son travail sur la période ancienne de l'Histoire Indienne est d'une rare valeur. Sa recherche sur le lignage de Lord Krishna est une contribution très précieuse. Ce travail est en urdu, nommé '*Musharaf-ul-Tarikh-Hind*'. Il était un avocat, un érudit, un historien et par-dessus tout un gentleman. Sa femme était une dame pieuse. De ce couple est né Shri Ram Chandraji, le successeur et le représentant d'Adi Guru le dimanche 30 Avril 1899 (7h26) à Shahjahanpur (U.P.) c.-à-d., le matin de Baishakha badi Panchami, le temps de la naissance a été 4 gharis 55 pal Vikrami 1956. Étant le fils d'un érudit, il reçut la meilleure éducation et finit trois livres à l'âge de sept ans. Au cours de cette période, il eut une attaque de typhoïde aiguë qui dura une année et lorsqu'il se remit de la maladie il oublia même l'alphabet. De ce fait il dut recommencer son éducation. Il s'intéressait à la littérature urdu, perse, et anglaise. L'étude de la géographie était son hobby. Il était faible en mathématiques. Il était, en outre, un bon joueur de hockey et de football et aimait beaucoup l'équitation. Après un certain temps, son intérêt pour le sport déclina. Il commença la pratique de *pranayama* à l'âge de seize ans. Après avoir réussi l'Inscription et le S.S.I.C. il rejoignit la cour des juges en 1924 et prit sa retraite en 1954. Il s'est marié en 1920 à Mathura. »

Une note autobiographique par Shri Ram Chandraji lui-même refléterait mieux sa personnalité : « À l'âge de neuf ans j'ai ressenti une sorte de soif pour la Réalité, et je suis resté extrêmement frustré juste comme un homme qui est entrein de se noyer dans l'eau. J'ai continué un certain temps, mais ne trouvant aucune solution, j'ai fixé mon esprit sur le fait de me rendre méritant, j'ai continué avec cette idée jusqu'à l'âge de quatorze ans, priant en même temps pour obtenir un Maître bon et capable. Si j'allais tant soit peu avec cette idée vers quelqu'un, je

devrais l'accepter définitivement comme mon Maître. Ma chance me favorisa et j'arrivai aux pieds saints de mon Maître Samarth Guru Mahatma Ram Chandraji de Fatehgarh (U. P.) le 3 Juin 1922. J'étais tellement envoûté par l'effet de la force du Maître entrant en moi que je me suis retrouvé obligé de l'obtenir plutôt que d'étudier la philosophie qui m'intéressait profondément. La rencontre a été, pour moi, un des événements les plus importants qui a contribué à résoudre mon problème de la vie. J'ai commencé *abhyasa* sous sa guidance et ai abandonné *pranayama* que j'avais pratiqué pendant plus ou moins sept ans. Un sentiment de parfaite satisfaction me domina lorsque je fus honoré par son premier regard (celui du Maître). »

Après qu'Adi Guru Shri Ram Chandraji de Fatehgarh ait fait son passage en 1931 nombre de ses disciples montèrent leurs organisations indépendantes transmettant la formation spirituelle plus ou moins selon la méthode du grand maître, mais dérivant progressivement de la source originelle à cause de la touche de l'importance de leur égo dans la performance de leur travail et le manque de l'esprit de consécration désintéressée. Pour Shri Ram Chandraji, la mort de son grand Maître est arrivée comme un intense choc causant instantanément même des symptômes physiques de sévère gastro-entérite avec des séquelles d'acidité persistant pendant des décades. Il a passé de longues années de profonde angoisse dans le souvenir constant du Maître et en communion constante avec lui,⁷ éprouvant une guidance constante dans le moindre détail sous la forme de dictats de sa part. Il ne connaissait ni devoir ni Dieu à l'exception de son Maître à qui il abandonnait son être total et travaillait dans une obéissance totale à lui seul, brûlant ardemment comme un insignifiant papillon de nuit au-dessus de la flamme morte d'une bougie éteinte. Il présentait un exemple vivant de l'idéal d'abandon de soi de la Gita :

« Quoi que vous fassiez, quoi que vous mangiez, quoi que vous offriez comme sacrifice, quoi que vous donniez comme aumônes quelles qu'austérités que vous réalisiez, tout cela vous me l'abandonnez. O Fils de Kunti ! »

(Gita 9, 27).

Dans un tel état d'esprit et avec un tel esprit de pur asservissement et de pure consécration à son Maître il obtint que le système de *sadhana* du Sahaj Marg soit institutionnalisé sous un nom déposé comme 'Shri Ram Chandra Mission' en commémoration de la sainte mémoire de Son Maître quelques quinze ans après qu'il ait fait son passage.

L'institution a commencé de façon très humble avec à peine environ une douzaine de membres avec le vœu de ne jamais sacrifier les principes pour le plaisir de l'augmentation du nombre d'adhérents et de disciples. Certains même de ces quelques premiers membres de la Mission n'ont pas été à la hauteur et ont quasiment renoncé, mais lentement et régulièrement, l'organisation a prospéré et se développe constamment au-delà des frontières du pays de sa naissance. L'honneur pour tout cela va seulement au Président-Fondateur de l'organisation.

Il visita les principales parties de tout le pays, particulièrement l'Inde du Sud de décembre 1944 à février 1945. Il réalisa le besoin d'organiser les efforts et établit la Mission de Shri Ram Chandra d'après le nom de son Maître à Shahjahanpur le 21 juin 1945. L'organisation avec son siège à Shahjahanpur (U. P.) et des branches et des centres de formation travaillant avec des Précepteurs formés partout en Inde et dans certains pays européens était dirigée par un corps exécutif sous la Présidence de Président-Fondateur de la Mission, qui selon les mots du Dr. K. C. Varadachari est arrivé à être : « Un des plus grands, si non le plus grand des enseignants vivants de l'humanité qui a plutôt discrètement formé et enseigné le chemin du Yoga abscons des temps très anciens à des âmes méritantes qui cherchent. »

Littérature du Sahaj Marg :

Les travaux fondamentaux du système du Sahaj Marg écrits par Shri Ram Chandraji, Président-Fondateur de la Mission, sont les suivants :

Sahaj Marg Ke Das Usoolon Ki Sharah (Hindi)
(Les 10 Maximes en français)

Efficacy of Raja Yoga (Anglais)
(Efficacité du Raja Yoga en français)

Anant Ki Ore (Hindi)
(Vers l'Infini en français)

Reality at Dawn (Anglais)
(L'Aube de la Réalité en français)

Sahaj Marg : Philosophy (Anglais)
(même titre en français)

Voice Real (Anglais)
(La Voix de la Réalité en français)

Tous ces livres fournissent des rapports de recherche et d'expériences directes dans un état de niveaux extrêmement fins de conscience et peuvent être considérés uniques dans la mesure où ceux-ci ne sont pas empruntés à un quelconque traité sur le Yoga – ancien ou moderne ; mais sont prétendus être vérifiables par toute personne équipée et préparée pour examiner et explorer. Un bref commentaire sur la substance du sujet dans ces livres serait important.

- Sahaj Marg Ke Das Usoolon Ki Sharah (Hindi) (les 10 maximes en français):

Ce livre explique le contexte scientifique des principes fondamentaux des Dix Commandements du Sahaj Marg et révèle les fondamentaux de la technique du système du Sahaj Marg tel qu'il est suivi dans la Mission. Ces dix maximes sont les règles qui régulent la pratique des adhérents sur le chemin des poursuites spirituelles. Selon les propres mots de l'auteur : « Dans ce livre je me suis efforcé d'y mettre ces secrets spirituels qui, jusqu'à maintenant, descendent de cœur à cœur. Mais puisqu'ils relatent l'expérience directe qui dépend de l'étude de la Nature et peuvent être révélés au moyen de vibrations, il n'est pas seulement difficile mais presque impossible de les exprimer adéquatement en mots. » En outre, « ce livre a été écrit non pour les novices mais pour ceux qui sont grandement avancés en spiritualité. »

- Efficacité du Raja Yoga (Anglais) :

Ce traité est d'une grande importance puisqu'il décrit l'essentiel fondamental du système du Sahaj Marg. De plus, il traite aussi les différents niveaux d'élévation spirituelle en termes de trois régions – la Région du Cœur, la Région de l'Esprit et la Région Centrale. Cette analyse région par région des étapes de l'évolution sur le chemin de l'élévation spirituelle est une approche nouvelle et exemplaire. De cette façon il a créé une méthodologie très simple en estimant le niveau de progrès dans le domaine de la spiritualité et il prétend ainsi éclaircir certains des niveaux non explorés de la croissance spirituelle.

- Anant Ki Ore (Hindi) (Vers l'Infini en français) :

Ce livre éclaire la nature essentielle de la Connaissance Divine et décrit les treize larges nœuds formés au cours du processus d'évolution qui doivent être défaits et traversés sur le chemin du progrès spirituel de l'individu vers l'Être originel.

-

- L'Aube de la Réalité (Anglais) :

Ce livre est la présentation des fondamentaux du Sahaj Marg en des termes très lucides et facilement compréhensibles. Il représente le cours du voyage spirituel à travers 23 cercles concentriques divisibles en trois régions :

Région de Maya, Région de l'égoïsme et Région de splendeur.

Il contient aussi un petit appendice 'Ma vision', consistant en de nombreuses prophéties dont certaines se sont curieusement avérées vraies.

Dr. Varadachari a fait un commentaire de ce livre : « J'ai trouvé dans ce livre une spiritualité profonde et un empressement à expérimenter. À la différence d'autres livres et Philosophies et voici un qui n'était pas chargé et peinant sous les dogmes ou d'autres choses. Il était plein de spiritualité d'un ordre très haut. »

- La Philosophie du Sahaj Marg (Anglais)

Ce livre résume la théorie et les techniques du système du Sahaj Marg et éclaire l'application pratique de la philosophie dans la vie. Il tente d'expliquer certaines des énigmes déroutantes pour les sérieux aspirants dans le champ de la spiritualité.

- La Voix de la Réalité (Anglais) :

La littérature Védique et les travaux comme le Coran et le 'Sermon sur la Montagne' sont prétendus être le résultat de révélation plutôt que de délibération. On a tenté de débarrasser de toute mystification ce fait de la saisie directe de la voix de l'Éternel Réel et on l'a aussi considéré comme vérifiable à un certain niveau de sublimité mentale et de purification par le Fondateur de ce système de yoga. Le présent livre est présenté comme le résultat de telles révélations concernant la technique de purification mentale et de progrès spirituel analogue à la partie *Karma Kanda* de Veda.

Cette littérature est aussi disponible dans d'autres langues Indiennes et des langues étrangères. En outre des livres mentionnés ci-dessus certains Précepteurs et Abhyasis aînés de la Mission ont aussi beaucoup collaboré à la littérature du Sahaj Marg. Ces travaux sont les suivants :

- Un coup d'œil dans le Sahaj Marg - Sh. Ishwar Sahaï
- Sahaj Marg Nouveau Darshan - Dr. K.C. Varadachari
- Conférences sur le Sahaj Marg - Dr. K.C. Varadachari
- Causeries sur l'Efficacité du Rajayoga - Dr. K.C. Varadachari

- Causeries sur le Commentaire des Dix Maximes du Sahaj Marg - Dr. K.C. Varadachari
- Sahaj Marg et les Problèmes de Personnalité - Dr. K.C. Varadachari
- Souvenir du 71^{ème} Anniversaire de Shri Ram Chandrajī Maharaj.

En outre il y a quelques petits pamphlets et plaquettes :

- Guru Sandesh (Hindi) - Shri Ram Chandrajī
- *Sahaj Samadhi* (Hindi) – Km, Kasturi Chaturvedi
- Malentendu à propos du Yoga (Eng.)- Sh. Ishwar Sahaï
- Esquisses du Sahaj Marg (Hindi & Anglais)
- Saptati (Anglais)- G.Vijaya Ranga Chary
- Sahaj Marg – une façon de vivre - Dr. K.C. Varadachari

‘SAHAJ MARG’ (Publication trimestrielle)

La Mission Shri Ram Chandra publie un journal bilingue (Anglais et Hindi) « SAHAJ MARG » depuis Octobre 1956.

La littérature de la Mission a obtenue un large accueil et a été si populaire que sa littérature a été traduite en langage régional comme le Telugu, le Gujarati, le Kanada et le Tamil. Les traductions de la littérature de la Mission en Français et en Allemand sont aussi disponibles.

Importants Forums de la Mission :

Le Sahaj Marg sadhana tel qu’il est introduit par la Mission de Shri Ram Chandra est une aubaine pour toute l’humanité.

Afin d’avoir une plus large connaissance du fonctionnement de ce système il serait utile d’analyser les importants forums qui mettent en lumière et donnent une solide assise cette technique efficace.

(i) L’Institut de Recherche du Sahaj Marg, Tirupathi :

Sous la direction du Dr. K.C. Varadachari et ayant le Dr. S.P. Srivastava comme Directeur Associé l’Institut organise systématiquement de poursuivre des recherches dans le champ du Yoga *Sadhana* et il essaie aussi de prouver les prétentions du Sahaj Marg. L’Institut a affirmé et vérifié les différents faits et caractéristiques du système Sahaj Marg. Ainsi, l’Institut met en lumière l’efficacité de la méthode de méditation comme conseillée et suivie dans la

Mission. En bref, les principaux problèmes qu'il aborde pour l'élévation spirituelle des *Abhyasis*, sont donnés comme les suivants :

a) Pour voir si chaque *Abhyasi* (y compris le Précepteur) a l'expérience spirituelle dans le système du Sahaj Marg. Si oui, quelle est-elle ?

Leurs expériences (individuellement) sont-elles en accord avec la description faite dans les textes de base de la Mission ? Quelle est l'étendue des co-relations ?

Le rôle de l'aide du Précepteur dans le progrès des *Abhyasis* en nettoyant leur système.

Établir la nature des niveaux des réalisations objectivement.

Voir si le système du Sahaj Marg est réellement meilleur que d'autres systèmes.

(ii) Le but et les objectifs du système Sahaj Marg :

Ceux-ci peuvent être brièvement décrits comme suit :

Éduquer et rendre disponible à tous l'art et la science du yoga modifié et simplifié pour convenir aux conditions d'aujourd'hui et aux besoins environnementaux – ceci est en train d'être fait par la méthode de formation du Sahaj Marg(le chemin naturel) par '*Pranahuti*'.

Promouvoir le sentiment d'amour mutuel et de fraternité universelle sans aucune distinction de race, de nationalité, de sexe etc.

Conduire la recherche dans le champ du yoga sous le système du Sahaj Marg et établir un institut de recherche à Tirupati dans ce but. (l'institut de recherche du Sahaj Marg à Tirupati fournit à la Mission une grande aide et une assistance pour ce but).

Encourager la recherche en yoga en accordant de l'assistance à la personne intéressée dans un tel travail de recherche.

Établir des institutions pour le service public comme des dispensaires, des¹² bibliothèques, une pièce de lecture etc.

(ii) Célébrations Annuelles :

La Mission célèbre l'Anniversaire de Naissance de l'Adi Guru, Mahatma Ram Chandrajji Ji de Fatehgarh sur Basanta Panchami. C'est le jour le plus propice pour tous les abhyasis et les disciples du Sahaj Marg Sadhana.

Ce jour-là ils se rassemblent à Shahjahanpur (U.P.) et participent à des séances de méditations spéciales. Les disciples qui ne peuvent venir à Shahjahanpur se rassemblent dans leurs branches ou centres respectifs. Cette fonction annuelle à Shahjahanpur dure trois jours et pendant ces jours des discours sont aussi donnés sur les différents aspects du Sahaj Marg Sadhana. C'est la principale fonction célébrée annuellement dans la Mission. Ils observent aussi le jour *Janmastami* et respectent les observances concernant la commémoration de la naissance du Seigneur Krishna qui est aussi connu comme le Seigneur du Yoga (*Yogesvara*).

Principes de Base du Sahaj Marg Sadhana :

(i) Dix Maximes du Sahaj Marg :

Les dix maximes suivantes sont celles auxquelles on a fait référence plus tôt et que commente le Président-Fondateur de la Mission et le Dr. K. C. Varadachari a donné une série de discours sur les Dix Maximes :-

1. Levez-vous avant l'aube. Offrez votre prière « Puja » à heure fixe, de préférence avant le lever du soleil, assis toujours dans la même position. Ayez un siège réservé à ce travail. Une attention spéciale devrait être portée à la pureté de l'esprit et du corps.

2. Commencez votre pratique spirituelle par une prière pour l'élévation spirituelle, avec un cœur plein d'amour et de dévotion.

3. Fixez votre But qui doit être l'Unité complète avec Dieu. Soyez sans repos jusqu'à ce que l'idéal soit atteint.

4. Soyez clairs et simples afin d'être identiques à la Nature.

5. Soyez véridiques. Considérez les souffrances et les difficultés comme des bénédictions divines pour votre propre bien et soyez-en reconnaissant.

6. Considérez tous les autres comme vos frères, et traitez-les comme tels.

7. Ne soyez pas rancuniers pour les torts faits par autrui. Considérez-les avec gratitude comme des présents venants du ciel.

8. Soyez heureux de manger dans le souvenir constant du Divin, quoi que vous receviez et avec le respect des gains honnêtes et pieux.

9. Modelez votre vie de façon à susciter chez les autres un sentiment d'amour et de piétée.

10. Au moment du coucher, sentez la présence de Dieu. Repentez-vous des erreurs commises. Demandez pardon dans un esprit suppliant, en prenant la résolution de ne pas permettre que cela recommence.

On conseille à tous les pratiquants de ce système d'adhérer strictement aux dix maximes mentionnées ci-dessus. Il y a un commentaire sur ces maximes qui décrit de façon élaborée les bases et les fondamentaux de ce mode de pratique spirituelle. Celles-ci sont vraiment les indications pour les aspirants et aident à atteindre le but réel de la vie humaine dans le plus court temps possible.

(ii) Règles Générales et Enseignement de la Mission :

À côté des dix Maximes il a aussi été énuméré quelques règles générales pour une discipline morale.

Menez une vie simple, sans vous laisser influencer par l'environnement et l'entourage.

Votre attitude doit exprimer la politesse, la gentillesse et la douceur.

Maintenez des liens cordiaux avec vos voisins, vous gardant libre de liens trop étroits dans la relation.

Mari et femme doivent agir comme les deux roues d'un véhicule, pour une prise en charge convenable des devoirs ménagers.

Abandonnez la manie de l'amitié.

Développez un goût uniforme pour les différents aliments, avec le même regard également bienveillant envers le pieu et l'impie.

Respectez les règles de subordination envers vos représentants, gardant une dignité dans la soumission.

Evitez d'imposer une opinion déplacée.

A moins d'être médecin, évitez de prescrire des médicaments, sauf dans des cas exceptionnels, si la situation l'exige, faute de quoi la maladie risque d'être hors de contrôle.

Evitez de dire des secrets à d'autres et ne permettez pas que la personne ne sente qu'on lui cache quelque chose.

Evitez d'accepter des services personnels de la part des autres. Attendez que cela soit inévitable et cela aussi seulement si vous pouvez vous-mêmes être prêt à les rendre en retour.

Evitez de vous complaire dans des propos inconsidérés ou de lire des romans etc.

Ayez une foi ferme en l'Ultime – l'Unique Absolu – et vivez en Lui.

Les deux côtés de la vie – la vie mondaine et la vie divine – doivent aller de pair l'une à côté de l'autre, en conjonction l'une avec l'autre, sans qu'il y ait la moindre négligence pour l'une ou pour l'autre.

Prenez toute chose avec un sentiment de devoir et occupez-vous de celle-ci fidèlement sans aucun sentiment d'attraction ou de répulsion.

Aimez tous les êtres avec un esprit de service et de sacrifice.

Traites les personnes plus âgées avec respect et les plus jeunes avec affection, acceptant les règles générales de bienséance.

Rencontrez l'adversité avec reconnaissance, bannissant du cœur le sentiment de colère ou de vengeance.

Toutes les activités de la vie doivent être conduites avec modération et tolérance.

Visez le plus haut avec un effort honnête et sincère dans son accomplissement.

Caractéristiques Particulières du Sahaj Marg Sadhana :

Pour emprunter les mots de Shri Ishwar Sahai « Le système vise la régénération spirituelle de l'humanité en général sans aucune distinction de religion, race ou nationalité en accord avec le besoin de l'époque et l'exigence de la nature. » Un bref récit des caractéristiques particulières du Sahaj Marg Sadhana peut présenter un aperçu de son effort pour introduire une technique efficace du Sadhana Rajayogique.

Une Renaissance dans la Sadhana Yogique :

Le Sahaj Marg élimine les méthodes et les techniques plus sommaires qui sont difficiles à pratiquer. Il consiste en un avancement spirituel organismique culminant dans l'élévation Divine. Il n'est pas un processus traditionnel de l'éveil mystique de la *Kundalini depuis les régions basses* du plexus sacral afin de la monter dans les régions hautes de *sahasrara* dans la couronne de la tête, mais il commence son voyage à partir du cœur qui est scientifiquement la source de la vie. Tout le développement de la *Kundalini* et le croisement des différents lotus (*Cakras*) ont une manifestation automatique et naturelle. « Le Sahaj Marg est, en un sens, l'idéal vers lequel tous les yogas ont tendu mais auquel ils ne sont pas parvenu. »

« C'est le Sahaj Marg parce qu'il est simple, parce qu'il est naturel, divinement naturel dans l'existence humaine qu'il a pu y accéder. »

Forme Modifiée et Remodelée de Rajayoga :

Il y a deux aspects de la personnalité humaine, le corps et l'esprit. Dans la pratique yogique pour l'élévation spirituelle les deux ont reçu une juste considération et en conséquence se trouve une technique de pratique spirituelle – Hathayoga et Rajayoga adhérant respectivement à la fonction physique et mentale de la personnalité humaine. Rajayoga représente la forme ultime et finale de la Sadhana yogique.

Hathayogapradipika explique que Hathayoga est pratiqué pour réaliser le Rajayoga. On doit se souvenir qu'il ne s'agit pas de deux disciplines opposées mais, en fait, mutuellement complémentaires l'une par rapport à l'autre.

Le Sahaj Marg énonce une approche nouvelle et efficace dans sa pratique en introduisant une version modifiée de Rajayoga. Patanjali dans la Sutra Yoga

(II, 29) propose le chemin à huit étapes mais la pratique du Sahaj Marg commence dès la septième étape (c.-à-d. *dhyâna*) et prétend que les caractéristiques essentielles et particulières des étapes précédentes de *Yama* à *Pratyahara* se développent naturellement et automatiquement chez un abhyasi au cours de sa pratique. Les trois dernières étapes (*Dharana*, *Dhyana* et *Samadhi*) sont traitées comme une seule étape de méditation, commençant avec *Dharana* et culminant dans *Samadhi*). Grâce à cette modification le Sahaj Marg a vitalisé et infiltré la méthodologie même afin de réaliser le but réel dans le temps le plus court possible. En outre il a aussi supprimé la mortification physique du chemin de régénération spirituelle dans la vie humaine assurant un succès sûr.

Transmission (*Pranahuti*) :

La technique de transmission est une caractéristique unique et importante du Sahaj Marg Sadhana et cette technique ne se trouve dans aucune autre forme de pratique spirituelle (*Sadhana*). La transmission est une technique dans laquelle « le Maître par l'application de ses pouvoirs intérieurs éveille et accélère l'action et dirige le flot des courants Divins vers son cœur. » Elle aide à la transformation spirituelle de l'homme. La fonction du guide capable augmente de façon déterminante l'effort laborieux de l'aspirant abhyasi pour rendre la Sadhana réellement efficace.

La Réalité Ultime :

La Réalité Ultime a été conçue d'une façon simple et facilement compréhensible comme Tam, Centre, Rien ou Zéro. La conception de Rien n'est pas le rien qui annule mais elle est un concept positif qui signifie le 'réservoir de toute énergie' comme cela a été aussi discuté plus tôt. C'est la Base conçue comme Tam.

En fait il est dit que la Réalité n'est ni lumière ni obscurité mais qu'elle est de couleur quelque peu 'grise'. Ce 'Rien' est aussi le courant permanent, pas toujours changeant, dans l'idéalisme Bouddhiste connu comme *Sunya*.

Le Sahaj Marg affirme que la Réalité est définitivement indescriptible avec des mots mais n'est pas au-delà de l'expérience. Ce système affirme que « Rien » n'est pas une force négative mais une force positive qui déterminent l'être et le devenir du monde.

Vie Domestique :

Le Sahaj Marg Sadhana a donné une façon et une signification à nos vies domestiques. On dit que la vie domestique n'est plus un frein sur le chemin du Sadhana Yogique mais plutôt une vraie forme d'élévation spirituelle et n'est possible que dans la vie domestique. Pour Shri Ram Chandrajī la vie domestique ou familiale « n'est pas un obstacle dans le gain du but réel de la vie. Je pense que c'est le meilleur Ashram dans lequel une approche plus haute est facilement possible. »

Description des Régions de l'Évolution Spirituelle sur le chemin de Sadhana :

Le Sahaj Marg Sadhana divise le chemin de l'avancement spirituel en trois régions – la Région Centrale, la Région de l'Esprit et la Région du Cœur.

Ces régions sont respectivement décrites sous la forme de sept, onze et cinq cercles concentriques qui sont traversés par un abhyasi sur le chemin de l'élévation spirituelle. La description de la Région Centrale est une découverte unique et une contribution révolutionnaire de la pratique du Sahaj Marg aux aspects Sadhana de la Philosophie Indienne.

L'État d'Ignorance (*ajnana*) :

Ce système énonce que l'état d'ignorance (*ajnana*) comme conçu dans la Philosophie Indienne est une conception mal interprétée et faussement assumée. En réalité l'ignorance est un état plus haut de développement comparée à la connaissance (*jnana*), qui est considérée par Sankara comme une question d'extrême importance. Ce système aussi ¹⁷préconise et explique la raison pour laquelle l'ignorance (*ajnana*) est le trait caractéristique d'*Atman*. Ainsi ce système clarifie la vraie signification et le vrai sens de l'ignorance (*ajnana*) et de la connaissance (*jnana*).

Prière :

Une importance particulière est mise sur *Japa* ou la prière dans une forme différente de la Sadhana dans la Philosophie Indienne.

La prière est un préliminaire nécessaire pour un débutant sur le chemin de la Sadhana. « Elle est une ouverture de l'esprit et du cœur pour l'entrée de Dieu en toi. »

La prière introduite dans la pratique du Sahaj Marg pour un abhyasi est très simple et présente l'essence réelle d'une prière. Elle récapitule le sentiment d'un abhyasi afin de réaliser la communion avec Dieu.

Approche nouvelle de termes traditionnels :

Ce système explique le sens et l'importance des différents concepts de la Philosophie Indienne c.-à-d. *Brahman, Atman, Jiva, Moksa, Isvara* etc. De ce fait, il offre une nouvelle approche pour de nombreux concepts.

NOTE:

Nous avons seulement donné ci-dessus une brève analyse des caractéristiques pratiques, bien qu'il y en auraient beaucoup plus à énumérer par exemple la description des treize nœuds, la théorie du parallélisme, le principe d'invertendo, le rôle des Précepteurs dans la formation des aspirants, l'écriture d'un journal, la méditation sur le cœur, le souvenir constant, l'abandon, l'état d'oubli, la méthodologie du cleaning, l'utilisation du sommeil et ainsi de suite en sont quelques-unes à mentionner.

Ces caractéristiques rendent ce système incomparable, unique et plutôt révolutionnaire dans l'aspect sadhana de la Philosophie Indienne.)

Ces caractéristiques du système du Sahaj Marg s'éclaireront dans les chapitres suivants.

Il écarte l'interprétation scholastique et la glorification mystique et façonne sa technique de la Sadhana sur le principe du « fais et sens » c.-à-d. sur la base de l'expérience directe.

Pour citer le Dr. K.C. Varadachari : « Le Sahaj Marg est simple et doux au commencement, simple et doux au milieu et simple et doux à la fin. »

ÊTRE : l'Ultime Réalité

La notion de l' 'Être' est le concept fondamental de la philosophie qui se rapporte à l'Ultime Réalité. Elle implique la cause radicale de l'origine, de la subsistance et de la dissolution du monde, c'est-à-dire les pensées et les théories concernant Dieu, l'élément fondamental (substance) du monde mondain comme la cause radicale du processus d'origine et d'évolution de la totalité de l'univers cosmique. La perception du Sahaj Marg à la lumière des traditions philosophiques met en lumière le background théorique de l' 'Être' et son importance et son utilité dans la vie humaine de tous les jours.

(1) Dieu, l'Ultime Réalité :

Ceux qui discutent sur 'Être', l'Ultime, posent des questions telles que celles données dans les Upanishad : « Quelle est la cause ? Est-ce *Brahman* ? D'où venons-nous ? Dis-nous, O connaisseur de *Brahman* a prédominé sur celles parmi lesquelles nous vivons nos différentes conditions dans le plaisir et autres choses que le plaisir (les douleurs). »

De ce fait, la question d' 'Être' (la Réalité Ultime) est le point essentiel autour duquel la philosophie de toute école de pensée tourne. Toutes les écoles de philosophie indienne, à l'exception du système matérialiste Carvaka, admettent l'existence de quelque Réalité Suprême, qui gouverne l'être et le devenir de tous les objets animés et inanimés du monde.

Le problème à propos de la Réalité Ultime « n'est pas celui de prouver ou de désapprouver l'existence d'un Absolu Éternel mais celui de le décrire de façon adéquate et satisfaisante. » Toute l'école traditionnelle hétérodoxe et orthodoxe, aussi bien que le Néo-Vedanta récemment développé et l'école de Yoga en Inde ont peint la Réalité Absolue dans différentes ombres et teintes, selon les capacités intellectuelles de leurs fondateurs et à la lumière du développement ultérieur de leurs approches de l'origine (*janma*), de la subsistance (*sthiti*) et de la destruction (*pralaya*) du monde. Les nombreuses tentatives pour définir et décrire la Réalité ont donné naissance à de nombreuses controverses et confusions durant le cours de l'histoire.

En réalité toute controverse ou confusion est le résultat de la philosophie théorique et dénuée de pratique. Il n'y a pas de confusion dans la Réalité comme

telle. La difficulté surgit seulement parce que les différentes interprétations ne nous disent pas ce que Dieu est en Lui-même mais seulement ce qu'Il est pour nous.

En tournant les pages de l'histoire on trouve qu'il y a eu un échange de vue passionné sur la conception de l'Être (la Réalité Ultime). C'est la raison pour laquelle, non seulement des non-initiés mais même des érudits sont induits en erreur, lorsqu'ils tombent sur les nombreuses interprétations et théories quant à l'existence et la nature de Dieu. Ils deviennent inexorablement la proie des toiles d'araignée de l'un ou l'autre point de vue qu'ils arrivent à considérer comme meilleur et satisfaisant. Comme le disait Shri Ram Chandrajī (Shri Babuji) : « La Réalité a sombré profondément laissant sa couverture extérieure pour que l'artiste la peigne avec des couleurs selon son goût et sa compétence mentale. Le résultat est que les personnes ont commencé à concentrer leur attention sur ces peintures mêmes et sont entrées en elles au point qu'il n'y a ni spiritualité ni réel. »

En tout cas, au moins il est bien certain que Dieu ou Réalité est le principe universel et la croyance communément admise de toutes les sectes et les systèmes dans la poursuite d'une solution au problème de l'existence humaine et de son but. « Mais une telle divinité a été rendue compliquée et nous sommes aujourd'hui témoins du choc des philosophies et des cultes dévoués à Dieu sous ses différentes formes ou apparences. »

Dieu est simple et extrêmement subtil dénué de toute grossièreté. En ce qui concerne la Réalité on devrait toujours garder à l'esprit les mots de Swami Vivekananda que « un homme n'a pas le droit de dire que Dieu existe à moins qu'il ne Le réalise. »

De façon similaire, Shri Babuji dit aussi, « Je crois qu'une personne n'a pas le droit de toucher le sujet de la réalisation à moins de l'avoir atteint au sens réel par lequel la sagesse Divine s'est éveillée en lui. »

Le nombre de dieux et de divinités énumérés en Inde est si vaste et l'existence humaine est d'une durée si brève qu'il faudrait des efforts persistants à travers de nombreuses vies pour en avoir la connaissance. Chaque Dieu a été investi d'un certain pouvoir pour accomplir les plans de la nature et maintenir l'ordre de l'Univers. « Dieu en anglais se compose seulement de trois lettres – G-O-D et (A-U-M) se compose aussi de 3 lettres. Ils sont très simples à prononcer et à retenir. » Voici la description des trois dieux – *Brahma*, *Visnu* et *Mahesa* symbolisés dans les syllabes sacrées de (AUM) comme respectivement gouvernant l'origine, la

subsistance et la destruction du monde. Ces trois divinités sont réellement les trois pouvoirs personnifiés de la Divinité Suprême. C'est une coïncidence très intéressante que le Dieu et le AUM comme respectivement utilisés dans la pensée occidentale et indienne représentent la même séquence alphabétique dénotant les trois fonctions de gouvernance. Donc le concept de Dieu est très proche de la syllabe AUM de la mythologie hindou comme suit :

(AUM) et DIEU

Divinités	<i>Pouvoir</i>	Sons	Alphabet	Fonction
<i>Brahma</i>	Origine	A	G pour	Générateur
<i>Visnu</i>	Subsistance	U	O pour	Opérateur
<i>Mahesa</i>	Dissolution	M	D pour	Destructeur

Les dieux sont « les différents fonctionnaires de la Nature disposés à réaliser Sa volonté comme différentes parties de la machine. » Cette trinité de trois pouvoirs divins est manifestée dans chaque objet existant du monde même dans la plus minuscule particule. Chaque nucleus possède tous ces trois attributs, ce qui ressemble aux factions de *Brahma*, *Visnu* et *Mahesa*. C'est-à-dire qu'il possède le pouvoir de création, l'autre de croissance et de développement et le troisième pouvoir de destruction.

Le Sahaj Marg Sadhana prétend que si une personne prend ces triples divinités pour son idéal, il ne pourra jamais se libérer du cycle de naissance et de mort simplement pour la raison que le champ d'action de ces trois divinités est limité et qu'elles s'assistent mutuellement l'une l'autre pour réaliser la rotation et pour maintenir le mouvement de la roue de l'univers. Selon le fondateur du Système du Sahaj Marg, les différentes incarnations de la Réalité Ultime comme Rama, Krishna etc..., descendent aussi sur terre sous forme humaine pour sauver la race humaine du vice et du péché ou disons des pouvoirs démoniaques qui deviennent dominants au cours de cette période. La même réflexion est exprimée dans la Gita (IV, 7) : « Lorsque la Vertu s'écroule et que le vice domine, je me crée moi-même pour l'établissement de Dharma (la droiture). » Donc, ces incarnations étaient les personnalités particulières investies de capacités super-humaines pour réaliser le travail que la Nature exigeait et pour lequel elles étaient descendues sur terre.

Selon les propres mots de Shri Ram Chandrajī : « Les Avatars descendent dans un but défini dotés des pouvoirs nécessaires requis pour accomplir le travail qui leur est alloué. Cela peut, en d'autres mots, servir à être leurs *samskaras*, qui les ont amenés dans le monde. Le pouvoir les retire quand leur travail est fini. » Ils sont généralement décrits comme Tout-puissant, parce qu'ils avaient pleine autorité sur différents pouvoirs de la nature et pouvaient les utiliser de la façon qu'ils pensaient être correcte. La portée de leur travail et le champ de leur action étaient limités selon le but du travail qu'ils avaient à accomplir. Ils revenaient lorsque la tâche qui leur était assignée était accomplie. De ce fait, la descente sur terre et le retour à leur Source Initiale de nombreuses incarnations signifient que « ils ne sont aussi pas loin de la sphère de la naissance et de la mort. À cet égard leur adoration ne peut jamais conduire quelqu'un au-delà du cercle ou de la région de la renaissance. » De plus, ils descendaient sur terre pour sauver l'humanité des forces du mal et lorsque leur mission était terminée ils retournaient à la Source Initiale. Ceci signifie aussi que les incarnations étaient les manifestations partielles du pouvoir Suprême. « Nous mourons et devenons des dieux, alors que les *devas* meurent et qu'ils prennent notre forme. » En outre, Shri Ram Chandrajī affirme avec assurance : « Si je l'exprime avec des mots forts sur la base de ma propre expérience, je serais assez audacieux pour dire que les dieux sont, de fait, à notre service et non nous au leur. Avec une attention correcte portée à ce fait vous pouvez, vous-même, décider à quel point les dieux peuvent nous aider dans notre réalisation. Ils ont, eux-mêmes, toujours un grand besoin de ça. » Par conséquent, ces dieux sont d'une aide seulement à la mesure de leur pouvoir et leur dévotion et leur adoration conduiront seulement à la mesure de leur niveau dans l'ordre de la Nature.

Shri Ram Chandrajī suggère : « Dieu est Un et seulement Un, aussi devons-nous prendre seulement le UN pour réaliser le Un seul. L'idée de Trinité vous conduira définitivement à des naissances et des renaissances. » Dieu est très subtil. Afin de monter à Lui on doit devenir également subtil. » Il explique aussi certaines conceptions concernant la Réalité.

Certains conçoivent la Réalité comme un pouvoir ou Énergie, ce qui est aussi un concept limité parce qu'il installe aussi un manteau matériel autour d'elle. L'existence, aussi, ne signifie pas le sens réel parce que « si nous fixons notre pensée sur elle-même alors la moindre idée de quelque chose persiste et alors une certaine conscience de matérialité est ravivée dans une certaine mesure. » En outre, toute existence exige une base. « L'existence doit avoir un support... L'existence n'a pas de sens si elle n'a rien sur quoi s'appuyer. » De cette façon, il y a de

nombreuses conceptions et formes dont la Réalité est parée et dans lesquelles elle est adorée. La Gita nous dit aussi que quelles que soient les formes sous lesquelles un homme adore Dieu ; il obtient Dieu sous cette forme même. Mais la difficulté commune est que les gens ne L'adorent pas sous une forme quelconque, mais au lieu de cela ils adorent seulement les formes, ce qui fait que la Réalité à la racine disparaît totalement. C'est réellement la plus grande bétise et elle devrait être évitée afin de progresser sur le chemin de l'élévation spirituelle.

(2) Le Concept de *Brahman* :

Le terme '*Brahman*' a été utilisé pour la Réalité Ultime dans la Philosophie Indienne. Dans les textes Védiques ce terme représente des significations variées dans différents contextes. Dr. Fateh Singh dit que les spécialistes européens ont connecté le *Brahman* et sa racine avec 'Briht' (magie), 'Brager' (poésie) et Braggi (le dieu de la poésie). Il dit aussi que selon la signification étymologique '*Brahman*' signifiait aussi 'une formule magique ou sortilège'. Dans Rgveda aussi le mot '*Brahman*' signifie parfois une 'prière ou une formule magique'. Dans Atharvaveda aussi le mot '*Brahman*' a été utilisé pour 'magie ou sortilège'. *Brahman* est un tel terme qu'il a signifié de nombreux objets dans les textes Védiques. Hansaraj a cité des références variées où le *Brahman* a été identifié avec différents objets c'est-à-dire *Vak* (parole), *Vyoman* (ciel), *Satyam* (réel), *Manas* (esprit), *Hridaya* (cœur), *Caksu* (œil), *Srotra* (oreille), *Gayatri* (un mètre védique), *Pranava* (la syllabe sacrée 'Aum'), *Vasanta* (saison du printemps), *Mitra* (soleil), *Palasa* (un arbre, *Butea Frondosa*), *Amrtama* (nectar), *Brhaspati*, *Brahmanaspati* (un dieu), *Candrama* (lune), *Aditya* (le dieu initial), *Agni* (feu), *Yajna* (feu-sacrifice) etc. En plus prêtre ou roi se sont adressés l'un à l'autre comme *Brahman*. Il a aussi été énuméré quatorze points de vue d'écoles variées de pensée à propos de *Brahman*. De ce fait, le portrait de *Brahman* a été peint en différentes ombres et couleurs. Toutefois, au moins ce qui est très certain à propos de *Brahman* comme Réalité Ultime c'est qu'il est la cause de l'origine, de la subsistance et de la dissolution de tous les objets animés et inanimés de l'Univers.

Implication étymologique de '*Brahman*'

Le mot '*Brahman*' a été tiré dans le langage sanscrit de la racine 'Brh' signifiant 'croître', 'expansion', donc *Brahman* signifie ce « qui a développé ou manifesté toute la création : inorganique ou matérielle ». Visnu Purana dit aussi que c'est appelé '*Brahman*' puisque c'est grand et développé. Shankar trace l'origine du

mot '*Brahman*' à la racine '*Brhati*', (excéder), signifiant par-là éternité, pureté etc. L'opinion de Madhva est que *Brahman* est la personne dans laquelle les qualités demeurent en plénitude (*brhanati hyasmin gunah*). Toute cette discussion met en lumière la pensée de Rgveda (I, 146, 46) que « les spécialistes parlent de diverses façons de la Vérité unique » (*ekam sadviprabahudha vadanti*). Dans toute cette controverse sur les nombreuses et différentes conceptions et notions de *Brahman*, il est préférable de garder à l'esprit que *Brahman* est l'ETRE TOTAL et la fin de tout, de la totalité de l'univers.

Maintenant tournons-nous vers l'approche de Sahaj Marg Sadhana dans la conception de *Brahman*. Adi Guru Shri Ram Chandraji de Fatehgarh explique que le terme '*Brahman*' est dérivé de deux racines '*BrhÇ* grandir et '*ManÇ* penser. Donc, *Brahman* est ce qui grandit et pense. Certains peuvent dire que puisque grandir est seulement un processus progressif (*agragami*), *Brahman* ne serait pas expliqué sur ce point. Mais il n'en est pas ainsi parce que les deux processus – progressif autant que régressif – ont le même sens de 'grandir'. La différence est telle qu'on fait monter et tomber l'élévation et la chute ou l'expansion et la contraction, le même principe de croissance implique les deux mouvements et il n'y a pas d'idée de diminution dans ce principe. Le Adi Guru a très judicieusement expliqué cette idée par l'exemple des roues d'une locomotive qui roule dont les rayons d'un côté montent et de l'autre descendent, faisant avancer la roue. Il en est de même dans le cas de *Brahman* grandir implique les deux processus progressif et régressif.

Le Adi Guru souligne aussi certains traits caractéristiques de *Brahman*, la Grande Existence. Il remarque que : (i) *Brahman* est un nœud d'animés et d'inanimés ; (ii) c'est un état mélangé de *sattva*, *rajas* et *Tamas*, (iii) comme nous-mêmes il s'éveille, dort et est fondu et devient *Mahat* ; (iv) comme nous-mêmes il fonctionne et (v) vraiment il est grand et nous sommes petits. *Brahman* est illimité, connaissant tout, envahissant tout et inhérent dans tous les objets mais nous sommes limités. Puisqu'il est grand, son nom est *Brahman* et le nôtre *Jiva*. La racine '*brhati*' signifie aussi 'gros' ou 'grand' et '*manÇ* le cœur par conséquent, *Brah-man* est quelqu'un qui a 'Grand Cœur'. Le processus de réflexion sera toujours possible par '*manas*'. *Brahman* est le cœur transcendantal et *Jiva* est le cœur terrestre. Il est Un et ceci est nombreux. Il est entier et ceci est une partie.

En outre, le Adi Guru, étonnamment attribue quelques autres caractéristiques à *Jiva* et à *Brahman* comme : « *Jiva* est stupide (*mudha*), *Jiva* est ignorant (*ajnani*), *Jiva* est sage (*jnani*), *Jiva* reste aussi instable (*cancala*).

Brahman est ignorant (*ajnani*) *Brahman* est sage (*jnani*) et instable (*cancala*). Ces qualités n'auraient-elles pas été chez *Brahman*, ces qualités n'auraient pas été chez *Jiva*. »

La réflexion mentionnée au-dessus c'est-à-dire d'appeler *Brahman* stupide, ignorant et instable n'est rien de plus que de répéter le sens de l'idée védique '*yatha pindande, tatha brahmande*' (Ce qui existe dans le microcosme se retrouve de même dans le macrocosme). C'est la raison pour laquelle *Brahman* doit posséder les caractéristiques que l'on trouve dans *Jiva*. De plus, comme *Jiva*, *Brahman* a aussi trois corps – (i) Corps grossier (*Sthula Sarira*) c'est-à-dire, *Virata* le Grand, (ii) corps Subtil (*Suksma Sarira*) c'est-à-dire *antaryamin* ou *avyakrta*, le corps inhérent ou non manifeste (iii) le corps causal, (*Karana Sarira*) c'est-à-dire *Hiranyagarbha*, la cause de la racine.

Dans des textes religieux il a été dit beaucoup de choses à propos de la double description de *Brahman* – (i) *saguna* (déterminé ou qualifié) et (ii) *Nirguna* (indéterminé et non qualifié). Il y a eu un tas de discussions et d'échanges de points de vue sur ces deux conceptions de *Brahman* dans l'aspect *sadhana* de la Philosophie indienne. Cette double division de *Brahman* dans la philosophie des upanishads a été décrite comme *Apara* (plus basse) et *para* (plus haute) *Brahman*. *Brhadaranyaka Upanishad* (II, 3, 1) remarque : « en vérité, il y a deux formes de *Brahman*, avec forme (*murtam*) et sans forme (*amurtam*), le mortel et l'immortel, et celui qui bouge et celui qui ne bouge pas, le réel (existant) et le vrai (être). » Ces deux formes de *Brahman* sont davantage décrites comme *Satya* et *Satyasyasatya* (*Brh.* II, 3, 6). *Maitri Upanishad* (VI, 3) donne aussi la description de deux formes de *Brahman* formé et sans forme. *Shankar* justifie cette division de *saguna* et *nirguna Brahman* comme les niveaux, le pratique (*vyavaharika*) et le transcendantal (*paramarthika*) de la Réalité. Il préconise aussi que ceux qui ne sont pas très avancés en spiritualité devraient suivre et adorer *Saguna Brahman* et *Nirguna Brahman* est l'idéal et la fin dans le champ de la spiritualité. Ces deux conceptions de la Réalité ont donné naissance à deux branches de *sadhana* – *saguna sadhana* et *nirguna sadhana*.

Le *Sahaj Marg Sadhana* traite les deux conceptions mentionnées ci-dessus de la Réalité comme trompeuses. « Il y a sans aucun doute deux façons ; mais le but est unique – la réalisation de Dieu. » Les deux conceptions sont inexactes et inadéquates parce que « Dieu est ni *Sakara* ni *Nirakara* mais au-delà des deux. C'est nous qui concevons qu'il est *Nirguna* ; c'est nous qui le faisons *Saguna*. Ce que nous devons faire afin d'éviter ces querelles c'est que nous devons fixer notre regard sur les

Éléments Initiaux (*Adi Tattva*). » Si l'on médite sur la forme *Saguna* de la Réalité et y pense suffisamment, l'Infini disparaîtra et seule la Réalité limitée à la forme survivrait ; et ceux qui adorent la forme *Nirguna* de la Réalité commettent l'erreur de limiter la Réalité de façon négative. Un essai de mettre de côté la vieille controverse de la Philosophie indienne, sur le concept de la Réalité Ultime ou Dieu, a été fait par le Président Fondateur de la Mission Shri Ram Chandra avec les mots qui suivent :

« Je crois que la controverse sur la question de Dieu est un faux. Elle survient vraiment à cause de malentendus dont Dieu s'est retrouvé chargé au cours de l'histoire de différents groupes culturels de l'humanité. Il est donc nécessaire d'abandonner l'approche impulsive du problème, parce qu'elle trouble la vision et de ce fait, entrave la progression de l'homme vers son but. »

(3) Être, la Réalité Ultime dans le Sahaj Marg :

Le Sahaj Marg sadhana conçoit la Réalité Ultime comme l'existence la plus simple et extrêmement subtile dépourvue de grossièreté et de matérialité. Shri Ram Chandrajji maintient que la Réalité Ultime ou Dieu « n'est ni confinée dans certaines formes ou rituels, ni dans la recherche des écritures. Nous devons Le chercher au centre le plus profond de notre cœur.

« Réellement Dieu est très simple et très clair. Il n'est pas une forme solide. Il n'y a pas la moindre solidité d'aucune sorte en Lui. Dieu est simple et extrêmement subtil. De fait la simplicité même est devenue un voile à la solidité. »

Dr. S.P. Srivastava remarque aussi que la vraie « expérience de la Réalité Ultime dans sa forme nue apparaît lorsqu'on enlève l'égoïsme. »

La Réalité Ultime est indescriptible (*anirvacaniya*) et ils disent que ni la parole ni l'esprit ni le sentiment ne peuvent l'appréhender. Le caractère indescriptible de la Réalité Ultime dans le Sahaj Marg n'a jamais été expliqué par des arguments logiques ni en rendant le langage incapable d'expression, ni en prenant une position agnostique ou sceptique, ni en admettant que l'intellect est aveugle ou que les sens sont piètres pour s'approcher d'Elle.

Le système du Sahaj Marg décrit la Réalité à partir de différents angles de vue ; et de ce fait préconise l'implication de la pensée de la philosophie des Upanishads : « Comment celui qui connaît peut être connu (*vijnataramare kena vijaniyat*) ?

Shri Ram Chandraji, le Président Fondateur de la Mission Shri Ram Chandraji explique aussi que afin de connaître zéro, l'Ultime Réalité, on doit devenir zéro. Quand on devient zéro la dualité de celui qui connaît et celui qui est connu est perdue et alors « le zéro ne peut pas connaître la condition de zéro ni le mort celle de (son propre) corps. « De plus, l'Ultime Réalité est indescriptible parce que la Réalité ne dit jamais, « Je suis ainsi et ainsi ou j'ai telle et telle nature. » C'est nous qui lui assignons la description comme 'Pas-cesta' 'Pas-cesta' (*neti-neti*). Puisque la description de tout objet en langage est toujours à travers un ou plusieurs mots, mais l'objet est encore plus que la description faite avec des mots. Le mot 'table' signifie l'objet table mais le mot 'table' lui-même n'est pas table. De ce fait, la description de l'Ultime Réalité est possible, mais on ne doit pas la traiter comme étant la complète et totale expression de l'Ultime Réalité dans son ensemble. Cela veut dire que la conception de l'Être sans limite et sans forme est impossible à travers des mots limités et formels. Par conséquent, la Réalité Ultime est indescriptible. Les sentiments et l'intellect ne peuvent pas L'atteindre mais Sa réalisation n'est pas impossible.

Pour l'amour de la compréhension le système du Sahaj Marg essaie de décrire la Réalité Ultime avec différents mots c.-à-d. zéro ou Rien, Centre, Base et Tam. Ces expressions ne sont pas une invention ou une découverte récente mais une nouvelle interprétation de divers notions et concepts utilisés dans l'histoire de la Philosophie Indienne. Des synonymes de ces mots peuvent être trouvés dans la Philosophie Orientale aussi bien que dans l'Occidentale par ex., le Noumène de Kant, l'Être pur de Hegel, le Rien des existentialistes, le Tao de Lao Tsu en Chine, le Mu de Kitaro Nishida au Japon, les conceptions de *Sunya*, *Aksara*, *Kham*, *Abhava*, *Vyomna*, *Akasa etc.* dans la Philosophie Indienne. Maintenant, l'implication de ces termes peut être prise en considération à la lumière de la philosophie de la pratique du Sahaj Marg. Cela aiderait à avoir une notion claire et compréhensible de la Réalité Ultime.

- L'Ultime Réalité comme Zéro :

Shri Ram Chandraji utilise le concept de zéro pour caractériser la Réalité Ultime ; et de ce fait il exemplifie mathématiquement la pensée Upanishadique de la Réalité comme étant 'plus grande que la plus grande' (*mahato mahiyan*) et 'plus petite que la plus petite' (*anoraniyan*). Il soutient : « afin de comprendre la conception de Dieu ou de l'Ultime Réalité, commençons avec la position prise par un athée, qu'il n'y a pas de Dieu. C'est dire en terminologie mathématique qu'aucune valeur positive ou négative ne peut lui être assignée. Le signe mathématique pour ce qui n'a ni valeur positive ni valeur négative est 'Zéro' ou

‘Rien’. Maintenant que l’athée s’affronte à la question qu’est-ce qui existe. Un agnostique cohérent peut douter de l’existence de toute chose ou la nier, mais pas de lui-même, c.-à-d. qui doute ou nie. Parlant encore en terminologie mathématique cela peut s’exprimer comme ‘un’.

« Regardez la fonction magique de ‘zéro’. Alors que vous continuez à ajouter encore et encore de ceux-ci au côté droit de ce qui existe, c.-à-d. ‘un’, il continue à se gonfler et à se multiplier. Il y a une limite difficilement compréhensible à cette expansion et les Upanishads ont à juste titre caractérisé cet Infini dilaté comme plus grand que le plus grand (*mahato mahiyan*). » En outre, Shri Ram Chandrajī affirme que « commencer à assigner ‘zéro’ au côté gauche ou côté négatif de ‘un’ ou vous-même. Avec la fonction de vouloir négativer c.-à-d. le point décimal, l’addition de encore et encore des ‘Riens’ amènera progressivement ‘un’, plus près et plus près de ‘zéro’. De plus, il ne peut guère y avoir de limite à ce rétrécissement du ‘soi’, et les Upanishads l’ont à juste titre caractérisé comme plus petit que le plus petit (*anoraniyan*). »

Le concept de l’Ultime comme zéro révèle l’attribut de l’immanence aussi bien que de la transcendance et il explique aussi que l’origine de la création de nombreux objets dans le monde n’affecte en aucune manière l’intégrité de l’Ultime Réalité. Shri Ram Chandrajī indique que zéro est le symbole numérique le plus puissant qui représente le pouvoir du degré le plus grand de l’addition ou de la soustraction. Tous les chiffres numériques représentent une somme précise et définie d’une certaine quantité limitée. Mais la capacité de zéro encercle en lui-même une plus grande valeur que celle qu’ont les autres chiffres numériques.

Zéro comme pris indépendamment et comparé à d’autres chiffres numériques, symbolise la perfection et le non changement. Un moins un est zéro ($1-1=0$), deux moins deux est zéro ($2-2=0$) et trois moins trois est zéro ($3-3=0$) et ainsi de suite. Et un plus un est égal à deux ($1+1=2$), deux plus deux est égal à quatre ($2+2=4$), et trois plus trois est égal à six ($3+3=6$). De ce fait ils sont changés en un nombre de multiplication plus grand. Mais le ‘zéro plus zéro’ et le ‘zéro moins zéro’ conduisent tous les deux au même champ de zéro. Cela veut dire que l’addition ou la soustraction ne lui apportent aucun changement quantitatif. Il reste dans la même zone de rien (zéro). Cet attribut de perfection et de non changement dans zéro peut être judicieusement comparé au concept du parfait (*purna*) dans l’hymne d’invocation des Upanishads ayurvédiques. « Cela (Dieu) est parfait. Ceci (univers) est parfait. Le parfait (univers) évolue à partir du parfait (Dieu). En soustrayant le parfait (univers) du parfait (Dieu) le reste est parfait ». Pour égaliser ce concept de

perfection (purna) à zéro on peut le décrire comme suit : Cela est zéro. Ceci est zéro. Le zéro évolue à partir de zéro. En soustrayant zéro de zéro, le zéro reste. De cette façon, avec l'aide du concept de zéro comme Ultime Réalité, Shri Ram Chandrajī a mis le point de façon très précise sur le fait que l'Ultime Réalité est une existence parfaite et sans changement et que tout ce qui existe dans ce monde mouvant est Ultime Réalité.

- Ultime Réalité comme Rien :

La notion d'Ultime Réalité comme Rien est très commune dans la philosophie. Dans la Philosophie Indienne aussi bien que dans la Philosophie Occidentale ce concept de 'Rien' a été conçu et exprimé à travers différentes conceptions par ex., 'Rien' des Existentialistes, 'Mu' de Kitaro Nishida, 'Tao' de Lao Tseu, l'Être Pur de Hegel. Les concepts de *Aksara*, *Kham*, *Sunya*, *Akasa* etc. dans la Philosophie Indienne expriment aussi la même idée. Dr. S.P. Srivasta utilise le terme 'rien vacant' et il clarifie par-là que « l'expression de 'rien vacant' est une expression sommaire et a été utilisée pour connoter une négation totale de tout ce qui est possible pour être communiquée à quelqu'un qui n'en a pas fait l'expérience lui-même. Pourtant ce 'rien vacant' n'est pas quelque chose de négatif. Il est expérimenté comme un réservoir de toute l'énergie imaginable. Ainsi, le rien dans le Sahaj Marg n'est un pas rien qui s'annule lui-même. (nichetet). Rien a un aspect positif ce qui en fait le 'réservoir de toute l'énergie imaginable' et lui infuse de la vitalité et il devient ce que Kitaro Nishida appelle être 'Mu', le néant absolu et il dit, « La mort est une entrée dans le néant absolu et la vie est une manifestation à partir du néant absolu. » Shri Ram Chandrajī a lui-même souligné que la conception de l'Ultime Réalité comme Rien est simplement pour l'amour de l'expression et de la compréhension ou pour ainsi dire pour saisir un aperçu de l'Ultime Réalité. Il exprime que le terme Rien aussi ne communique pas le sens exact et réel de l'Éternel Absolu, parce que même dans cette négation une vague idée de quelque chose reste en vue. C'est qu'on peut ne pas attribuer cette chose-ci ou cette chose-là à l'idée de 'Rien', mais le Rien est après tout une chose. D'où, le mot 'Rien' porte aussi en lui une vague réflexion de quelque chose. Certains peuvent attaquer que si Rien est considéré être l' 'Ultime Réalité, Elle est inutile parce que en l'absence de quelque chose en elle, le soi-disant Rien ni ne servirait un quelconque but pragmatique ni la création du monde ne pourrait être légitimement expliquée. Ils disent : *'Ex nihilo nihil fit'* (rien ne peut venir de rien). Mais il n'en est pas ainsi. En fait, Rien est d'une immense valeur pragmatique. Dans notre vie quotidienne nous utilisons aussi tellement de choses parce que là

existe 'rien'. Lao Tseu a très judicieusement souligné la valeur pragmatique de Rien :

« Trente rayons s'unissent dans un seul moyeu,
Et à cause de la partie, où n'existe rien,
Nous avons l'usage de roues de chariot.
L'argile est moulée dans des récipients.
Portes et fenêtre sont taillées dans les murs d'une maison.
Et parce que ce sont des espaces vides,
Nous sommes capables de les utiliser. Donc,
D'un côté nous avons le bénéfice de l'existence, et
De l'autre côté nous faisons usage de la non-existence. »

De ce fait, il serait erroné de dire que puisque Rien n'est rien il est inutile. Lao Tseu appelle l'Ultime Réalité 'Tao' et remarque : « Si je suis forcé de lui donner un nom je l'appelle 'Tao' et je la nomme comme Suprême. Et « le Tao qui peut être exprimé n'est pas éternel Tao. »

Rien peut être comparé à *Sunyata* dans l'idéalisme Bouddhique. Selon Dasgupta *Sunyata* peut être considéré sous sept aspects, et Rien dans le Sahaj Marg sadhana peut aussi être présenté comme des notations parallèles.

- Sunyata (Bouddhisme) et Rien (Sahaj Marg)

Rien (Sahaj Marg)

(1) Rien est toujours indépendant et il n'a besoin d'aucune aide pour se déterminer. Dépendance et interdépendance sont les caractéristiques d'objets particuliers limités mais Il est une existence Parfaite qui se prouve d'elle-même.

(2) Rien a une essence positive, alors qu'il postule des buts pragmatiques et est 'le réservoir de toute l'énergie imaginable.'

(3) Rien est connaissable en suivant la pratique correcte sous la guidance d'un Maître capable.

(4) Non seulement phénoménalement mais aussi de façon nouménale Rien est connecté aux choses et donc, les choses sont vraies non *sunya* comme les idéalistes bouddhistes le proclament.

(5) Rien ne peut être décrit avec le langage mais il n'est pas d'existence indéfinie. Il est la Base de toutes choses.

(6) Rien peut être connu par le chercheur ardent et dévoué, non pollué par les défauts de désirs, grâce à la pratique spirituelle sous une guidance compétente.

(7) L'existence de Rien en une place et un temps particuliers va de soi parce qu'il est une existence qui étreint tout et envahit tout.

Sunyata (Bouddhisme)

(1) Elles sont toujours interdépendantes et n'ont de ce fait aucune caractéristique particulière d'elles-mêmes et comme elles ne peuvent être déterminées en termes d'autres ; car leurs propres natures étant seulement indéterminées et sont, de ce fait, toutes indéfinissables.

(2) Elles n'ont aucune essence positive puisqu'elles jaillissent de la nature de la non-existence.

(3) Elles sont d'un type de non-existence inconnu puisque toutes les *skandhas* ou groupes psychologiques s'évaporent dans le *nirvana*.

(4) Elles apparaissent phénoménalement comme connectées bien que non-existantes car ni les *skandhas* n'ont de réalité en elles-mêmes, ni elles n'ont une relation de cause à effet pour être quelque peu connectées.

(5) Aucune des choses ne peuvent être décrites comme ayant une nature définie, elles sont toutes indémontrables par le langage.

(6) Il ne peut y avoir aucune connaissance à leur sujet à l'exception de ce qui est amené par des défauts de désirs qui durent depuis longtemps et qui polluent toutes nos visions.

(7) Les choses sont aussi non-existence, dans le sens que nous affirmons qu'elles sont à une place et un temps particuliers dans lesquelles elles ne sont pas.

Dasgupta déclare « les choses qui sont ni existantes, ni non-existantes sont seulement imaginées être existantes par les fous. » Mais pour le Sahaj Marg il est sage de considérer Rien comme existant et de fait il est 'non-existence existant'. De ce fait, il peut être tenu que le monde n'est ni un rêve, ni un mirage ; ni un flux, ni une apparition mais Rien et il a été exprimé comme non-existence (*asat*) dans les Upanishads. « Non-existant, en vérité était ce monde au commencement. De là, en vérité a été produite l'existence. »

Lao Tsu dans le 'Tao Te King (XL) dit aussi que l'existence est née de la non-existence. On peut élever une objection quant à la façon dont l'existence pourrait être produite à partir de la non-existence. La même question était aussi posée par Svetaketu dans l'Upanishad Chandogya (VI. 2 2). Là ont été énumérés quatre types de non-existence dans la Philosophie Vaïśeṣika : (1) La non-existence absolue (*atyantabhava*) : par ex. le fils de la femme stérile (*vandhyaputra*) ; (2) la non-existence postérieure (*pradhvansabhava*) : par ex. la non-existence de la jarre après qu'elle ait été cassée ou détruite ; (3) La non-existence mutuelle (*anyonnyabhava*) : par ex. l'existence de tissu dans la jarre et vice versa ; (4) la non-existence antécédente (*pragabhava*) : par ex. la non-existence de la jarre dans l'argile avant sa production. Rien ou la non-existence ne signifie pas toujours la non-existence absolue, mais la non-existence antécédente. De ce fait la création du monde existant (*sat*) de la non-existence ne signifie pas la création de la non-existence absolue (*atyantabhava*), mais de la non-existence antécédente (*pragabhava*). Dr. Radhakrishnan explique : « l'univers manifesté est appelé 'sat' et sa condition non-manifestée est dite être 'asat'. Du monde (*asat*) non-manifesté de *sat* avec des noms et une forme est dit surgir. » De ce fait, il n'y a pas de contradiction à maintenir que l'existence est le produit de la non-existence c.-à-d. 'Rien'. L'Upanishad Chandogya (III, 19, 1) clarifie : « Au commencement ceci (monde) était non-existence. Il devint existant. Il se développa... » Donc, la non-existence (*asat*) est un état dans lequel nom (*nama*) et forme (*rupa*) étaient dans un état non-manifesté. Shankar l'appelle comme nom et forme non-manifestés (*avyakta namarupam*).

- L'Ultime Réalité comme Centre ou Base :

L'Ultime Réalité est la Base fondamentale sur laquelle se tenir. Dans la philosophie Samkhya *Prakriti* a été considérée comme la base de l'évolution du monde cosmique. Shri Ram Chandraji remarque : « ... aucune *Prakriti* et aucun univers ne peuvent se tenir debout sans base. Il doit y avoir un soutien, et ce soutien

est Dieu ou *Brahman*, l'Ultime Réalité. C'est *Bhuma* ». La philosophie Samkhya préconise que *Prakrti* est l'harmonie des trois attributs (*gunas*) – *sattva*, *rajas*, et *tamas*. Si ceci est considéré comme étant vrai, alors l'existence de *Prakrti* est seulement possible avant le commencement de l'évolution ou après la fin de l'involution c.-à-d., *pralaya*, parce que la création est le résultat de la dysharmonie dans les *gunas*. Et après le commencement du processus de l'évolution *Prakrti* est décrite comme un danseur (*nartaki*) jouant devant son témoin, le *Purusa*. Mais l'existence de *Prakrti* n'est aussi pas possible même avant la création et après la dissolution, parce que lorsque l'harmonie parmi les trois *gunas* est établie, alors la *Prakrti* est rien mais un autre nom des trois attributs pris collectivement. Réellement trois attributs eux-mêmes sont le résultat du processus d'évolution ou de création, parce qu'ils ont une différence qualitative aussi bien que quantitative. De plus, *Prakrti* est elle-même le résultat du stimulus (*ksobha*) et *Prakrti* a aussi une Base pour se tenir debout. « La nature pénétrante de la Réalité est telle qu'elle est la signification et l'âme de toutes choses. Toutes choses vivent et bougent et ont leur être en elle sans le savoir. » Le sol originel est la Paix Originelle – le Calme ou la quintessence, que les âmes cherchent dans le monde.

Cette conception de l'Ultime Réalité comme 'CENTRE' est une contribution unique et une découverte pragmatique soulignant la renaissance contemporaine dans la Philosophie Indienne. Shri Ram Chandraji clarifie le sens réel du 'CENTRE', de sorte que sa vraie signification ne peut pas être mal comprise. Il affirme : « le centre d'un cercle, si il est observé minutieusement, est en lui-même un autre cercle plus petit et plus fin. Comme tel il doit avoir encore un autre centre encore plus fin. Le même processus continue jusqu'à l'infini. En d'autres mots, chacun des cercles plus fins ou plus petits sert de centre pour le prochain cercle plus grand. La raison et l'imagination échouent à tracer une origine ou une fin. » Cette conception de la Réalité comme Centre est une contribution originale de Sahaj Marg et ce CENTRE est la cause première de multiples existences dans l'univers cosmique.

- L'Ultime Réalité comme Tam :

La notion de 'Tam' telle qu'elle est utilisée dans le Sahaj Marg ne doit pas être confondue avec Tamas ou identifiée à lui, un des trois attributs (*guna*) de *Prakrti* dans la philosophie Samkhya. Quant aux *gunas* Shri Ram Chandraji essaie d'enlever une méprise. « Les gens considèrent généralement que *sat* est la Réalité et le traitent comme une mesure pour mesurer la connaissance de Dieu. En fait, il est toute la sphère de *Tama* et *Tama* seulement. C'est la seule chose digne d'être

réalisée pour un vrai Yogi. » Les gens considèrent aussi cet état de *Tama* comme leur ‘ennemi très mortel’. La conception de l’Ultime Réalité comme *Tama* se trouve chez Nasadiya Sukta de Rgveda (X, 129, 3) : « *Tama* (obscurité) était, au début, cachée dans *Tama* (obscurité). Tout ceci était un chaos ¹⁷indifférencié. Tout ce qui existait alors était vide et sans forme. Par le grand pouvoir de la chaleur est née cette Unité. » Manu Smṛti (I, 5-6) affirme aussi cette notion de *Tama* : « Ceci (Univers) a existé dans la sphère de *Tama* (obscurité) non perçue, destituée de marques de distinction, inatteignable par le raisonnement, inconnaissable, totalement immergée dans un profond sommeil. Alors, le moi divin existait (lui-même) indiscernable ; (mais) faisant (tout) ceci, les grands éléments et le reste discernable apparut avec le pouvoir irrésistible (créatif), chassant l’obscurité. » De ce fait, l’Ultime Réalité dans sa forme principale était *Tama* (obscurité). Mais Shri Ram Chandrajī remarque que les gens ont perdu la vraie perception de l’Ultime Réalité, qui est au-delà à la fois de la lumière et de l’obscurité. Elle est grise dans sa couleur. Il écrit : « la vraie Réalité n’est ni Lumière ni Obscurité. Elle peut être appelée ‘*dhundhlapana*’.

Dr. K.C. Varadachari donne une autre interprétation du concept de *Tama* tel qu’il est conçu dans le Sahaj Marg. « La conception de *Tama* comme la Réalité est unique. C’est comme le ‘sans-fond’ de Jacob Boehme. C’est la Réalité. » C’est « l’état réel dans lequel nous étions lorsque le monde a été créé ou est né. » Il affirme aussi que *Tama* est CELA et « Ici de nouveau mon Maître a donné la signification de l’Ultime comme *Tam*. Son nom est *Tam* – CELA. Vous ne pouvez pas l’exprimer en aucun autre langage. Vous ne pouvez pas l’appeler ‘*aham*’ ; vous ne pouvez pas l’appeler ‘*tvam*’ . C’est CELA ». De ce fait, *Tam* n’est pas l’abréviation de *Tamas*. C’est *Tam* – CELA ou l’objet – le second cas de ‘*sah*’ à l’accusatif. Si vous connaissez l’objet, identifiez-vous alors à lui. On commencera à tirer ce qui est vital de la Source. Dr. K.C. Varadachari affirme aussi que ‘Que tu sois’ (*Tattvamasi*) est plus important que ‘Que je sois’ (*So’hamasmi*). *Tam* est la Réalité où la paix absolue (*Santi*) pénètre. Cette affirmation de l’Ultime Réalité dans le Sahaj Marg défait les brumes d’une fausse conception et fournit une explication raisonnable.

- L’Ultime Réalité

Nous arrivons maintenant au concept d’Être et du devenir. Ceux-ci ne sont pas les termes pour signifier les deux niveaux ou états à atteindre ou à traverser ; mais les deux processus de la vie spirituelle d’un individu sur le chemin de la pratique spirituelle (*sadhana*). Dr. K. C. Varadachari explique Être et devenir sont

inversement reliés et « dans le yoga nous cherchons à augmenter l'Être et à réduire le devenir. Nous inversons *dharmi* ou la conscience de soi ou la conscience et réduisons la conscience-objet (*dharma*). » Il clarifie aussi : « Le mouvement de nous-mêmes a cette double nature : une qui est intérieure et centrale augmentant la conscience ou l'Être, et l'autre extérieure et perdant la conscience d'Être mais gagnant la conscience du devenir. »

De cette façon 'Être' signifie 'montée vers-Dieu' et 'devenir' signifie 'descente vers le monde'. Le premier est le processus de Réalisation, et le dernier de la Création.

Le Sahaj Marg entraine l'homme à augmenter l'Être et à réduire le devenir. De ce fait, cette explication de l'Ultime Réalité comme Être et devenir explique comment l'Ultime Réalité est la cause efficace (*nimitta*) aussi bien que matérielle (*upadana*). En bref, c'est Être qui devient.

Toutefois, pour la réalisation de l'Ultime Réalité et pour une vraie compréhension de l'origine de l'univers on devrait abandonner « l'approche impulsive du problème, parce qu'elle brouille la vision et, de ce fait, entrave la progression de l'homme vers son but. » De cette façon la pratique spirituelle, sadhana, du Sahaj Marg présente de nombreuses descriptions de la soi-disant indescriptible Ultime Réalité pour l'amour de la compréhension et pour en avoir un aperçu. La variété des conceptions de l'Ultime Réalité comme Rien, Zéro, Centre, Base, Tam, *Bhuma*, Être et devenir peuvent créer la confusion dans l'esprit pour saisir la réelle signification et la nature essentielle de l'Ultime Réalité. De plus, cela peut aussi rendre difficile pour un aspirant de sélectionner une conception pour commencer avec une pratique sur le chemin de l'élévation spirituelle. De fait, il n'en est pas ainsi parce que la grande variété de concepts utilisés pour l'Ultime Réalité dans la philosophie du Sahaj Marg comme expliquée au-dessus a été décrite et évaluée à partir de différents points de vue afin d'établir un chemin pour atteindre une compréhension plausible d'une vraie implication.

L'Ultime Réalité est ontologiquement 'Base ou *Bhuma*', épistémologiquement 'Rien', géométriquement 'Centre', transcendentalelement extrêmement subtile, pratiquement simple et pure, négativement 'dépourvue de toute grossièreté et solidité' et positivement 'réservoir de toute énergie imaginable'.

Mais la description de l'Ultime Réalité n'est toujours pas complète. Le Sahaj Marg tente de définir l'Ultime Réalité à une limite concevable. Dans l'histoire de la philosophie il y a de nombreux modes dans lesquels l'Ultime Réalité a été décrite. Spinoza la décrit comme la Substance des substances. Les Upanishads la mentionnent comme la Divine Entité 'plus grande que la plus grande' (*paratparam purusam*), plus subtile que la plus subtile' (*anubhyopyanu ca suksmam*), 'plus petite que la plus petite' (*anoraniyan*), plus grande que la plus grande' (*mahatomahian*), 'vitalité des organes vitaux' (*pranasya pranam*), 'vérité des vérités' (*satyasya satyam*). Il vaut la peine de noter que la description de Shri Ram Chandrajii fait pendant aux notations des Upanishad mais il ne serait pas exagéré de mentionner que la clarté et la praticabilité dans l'interprétation conceptuelle surpasse l'analyse des Upanishads, lorsqu'il mentionne que l'Ultime Réalité est une 'Substance sans substance', 'Dieu sans dieu', 'Force sans force' et métaphoriquement 'Sel sans sel'. En outre, plus plausiblement il maintient que l'expression la meilleure possible de l'Ultime Réalité peut être que 'Elle est, comme Elle est' ou disons 'Il est, ce qu'Il est'.

De fait l'Ultime Réalité est la 'Substance Centrale', qui a été décrite avec des noms et des formes variés. Pour résumer, selon les mots du Dr. K.C. Varadachari : « La métaphysique du Sahaj Marg implique ainsi l'acceptation du transcendant, qui est au-delà de toutes descriptions et est pourtant l'origine de toutes descriptions. Il est Infini et indescriptible, mais il est capable d'être réalisé. Il est ce qui accorde la paix, la perfection, et la libération Ultimes pour tous. Il est ce qui doit être connu, vu et pénétré. De lui, tous nos sens s'éloignent et notre esprit s'éloigne aussi, mais il peut être réalisé et on peut y entrer. »

- Devenir : l'Évolution Cosmique

Notre existence, dans la forme présente la plus grossière n'est ni soudaine ni accidentelle, elle est le résultat du lent processus de l'évolution. Les questions quant à la raison et la façon dont tout l'univers avec ses multiples objets vient vraiment à l'existence se posent. Des penseurs ont fourni de nombreuses solutions à cette énigme dans un grand éventail de manières et le résultat est l'origine de divers systèmes de philosophie en Inde aussi bien qu'en Occident. Tous les systèmes ont conçu leurs notions et leurs notations afin de développer un système respectif suivant leur croyance et leurs convictions.

- La Substance Réelle et l'Évolution

Le Sahaj Marg sadhana maintient qu'avant l'origine du processus de la création (évolution) il y avait la Réelle Substance (*yathartha Vastu*) qui est la cause inconditionnelle et primordiale et la source de toutes les existences animées et inanimées. Ceci est la Base première (*Bhuma*). Le Dr. K. C. Varadachari dit : « Le Réel est la source Ultime des réalités et soutient tout. On peut dire qu'elle est la Substance de tout ce qui est réel. » Ceci est connu et décrit comme tel seulement pour l'amour de la compréhension. De fait, cette Substance Réelle n'a ni nom ni forme, parce que tous les noms et toutes les formes émanent d'Elle. Elle est le 'Terrain Premier', la Base existant en elle-même. Elle est la cause sans cause. Tout ce qui existe, pour sa subsistance, dépend d'Elle. Elle est une existence indépendante, parce qu'elle ne dépend de rien d'autre. On préfère désigner le nom que l'on considère être le meilleur suivant son propre penchant, son inclination et son intérêt. Tous les noms et les formes attribués sont le produit de notre propre approche et compréhension. C'est nous qui donnons un nom ou un autre. C'est nous qui imposons des attributs subtils et fins.

En elle-même Elle est « RIEN ».

Elle est le Centre essentiel pour faire marcher le processus d'origine (*janma*), de subsistance (*sthiti*), et de dissolution (*pralaya*). Elle est « REELLE ».

Elle est « PARFAITE ». Toutes les conceptions sont de simples réflexions pour l'amour de la compréhension et la rendre compréhensible dans la limite possible de l'intelligence humaine.

Shri Lalaji Maharaj, l'Adi Guru du Sahaj Marg donne une description plausible et compréhensible de cette Substance Réelle. Il affirme que vers le fond de la Substance Réelle il y a quelque chose que l'on peut dire ressembler à de la fumée jouant autour d'une forme superfine et très subtile. Dans la philosophie du Sahaj Marg cette chose qui ressemble à de la fumée s'appelle '*maya*', qui tourne et joue autour de la Substance Réelle. Elle est dans la forme de particules très subtiles. Prenant l'ombre de la Substance Réelle, aussi appelée Cela (*Tam*), elle forge des formes et des caractéristiques différentes. Réellement *maya* n'a aucune existence séparée indépendante. Elle apparaît comme ce qui existe (*sat*) ou ce qui n'existe pas (*asat*) seulement dans et par la présence de la Substance Réelle.

Le pouvoir est dépendant du puissant et en lui-même le pouvoir n'a aucune existence indépendante. De même *maya* aussi a son être basé sur la Substance Réelle. Cette compréhension est unique alors qu'elle nous fournit une

appréhension dans la façon la meilleure et la plus simple possible. L'Adi Guru illustre (Figure-1) la Substance Réelle avec la 'particule énergie' de *maya* jouant autour d'elle.

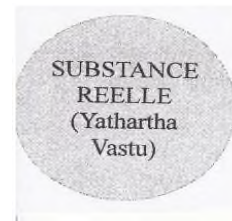


Figure 1 : La Substance Réelle, qu'on a appelé 'RIEN', 'CENTRE',

'ZERO', 'BASE' etc... est la forme primitive de l'Ultime Réalité c'est-à-dire. l'ETRE tout et la fin de tout, de la totalité de l'univers cosmique. Autour d'elle, la *Maya* ou Être (*Satta*), on peut dire sont dans la forme, des 'particules énergie' dans sa forme première.

Elle est Rien. Elle est Centre. Elle est Ultime. Elle est quelque chose d'immobile ou muette. Elle est infinie en elle-même. Le Centre Premier est « absolument immobile, et il n'y a ni énergie, ni pouvoir, ni quoi que ce soit d'aucune sorte.. »

Clarifiant la croyance traditionnelle en ce qui concerne le concept de *Maya* la philosophie du Sahaj Marg prétend que *Maya* n'est ni une illusion, ni une apparence éphémère. Elle n'est pas quelque chose à craindre comme se reliant au cycle de la naissance et de la mort. La philosophie du Sahaj Marg soutient : n'y aurait-il pas eu la *Maya*, il n'y aurait pas eu la possibilité de la création de l'univers cosmique et en conséquence nous, les êtres humains, aussi ne serions pas venus à l'existence. Il n'y a pas de remède pour celui qui conçoit que *Maya* est quelque chose qui tente l'âme et la soumet à l'emprisonnement dans la cage d'un corps grossier. Si l'on pense que *Maya* est quelque chose qui peut blesser, on sera définitivement blessé et il n'y a pas d'issue à cette notion passée au crible. On dit justement qu'il y a un traitement pour la folie mais pas de remède pour la bêtise particulièrement dans le champ de la spiritualité. De ce fait, le système du Sahaj Marg ne conçoit pas *Maya* comme une entité, qui étouffe l'âme et la soumet à l'attachement et à l'esclavage. Shri Babuji Maharaj remarque clairement : « ceux qui parlent si bien à son sujet sont, en fait, loin même de la sphère de la spiritualité.»

La totalité de la création est considérée être *Trigunatmaka*, c-à-d. caractérisée par les trois attributs (*gunas*) de *sattva*, *rajas* et *tamas*. Le système Samkhya dans la philosophie indienne propose que la création émerge de

l'agitation *ksobha*) dans 'l'état équilibré des *gunas*' appelé *Prakrti*. Shri Babuji affirme : « La *Prakrti elle-même* est venu à l'existence à travers l'effet du mouvement tournant autour du Centre. Le mouvement a généré le Pouvoir, qui a conduit, par la suite, à la même cause de la création. » Il clarifie en outre que « au moment de la création tout n'était pas disponible, tout à fait mesuré et jaugé ; par conséquent tout a été manifesté dans l'état réel reflété. »

Le Sahaj Marg prétend qu'avant le moment de la création il n'y avait pas *Prakrti*, l'état équilibré des trois *gunas*, mais le barattement (*ksobha*), un mouvement tournant autour de la Substance Réelle. Ce barattement, le mouvement tournant, est la cause de la création. « Avant que la création soit devenue effective, il y avait seulement le mouvement latent autour du Centre ; et adjacent en celui-ci et en lui était présente l'idée de la création (*ksobha*). Vous pouvez l'appeler mouvement, vibration, force ou n'importe quoi pour votre compréhension. C'était la cause Ultime de la création et tout ce qui lui était nécessaire. Lorsque le temps de la création arriva, l'idée qui se trouvait cachée ou dormante dans le mouvement latent mûrit et fit bouillonner tout le mouvement et créa une force ou un pouvoir qui sortit précipitamment. »

Il clarifie en outre : « Cette pensée latente est entrée en action et les particules les plus subtiles se mirent à chauffer. De ce fait les couches préliminaires surgirent dès le premier jour même. Par l'effet d'un chauffage continu, les particules commencèrent à entrer en action. Son intensité continua à augmenter lui ajoutant voiles après voiles. La grossièreté commença à se développer par l'effet de l'intensité croissante de la vibration. »

Il n'y avait qu'une seule Entité au commencement sans second et qui a été appelée 'Substance Réelle' (*Yathartha Vastu*) dans le système du Sahaj Marg. La réflexion similaire est aussi disponible chez Chandogyopanisad (VI, 2, 1) : « Au commencement, mon cher, cet Être était seul, un seulement sans un second. Certaines personnes disent qu'au commencement c'était non-Être (*asat*) seul, un seulement, sans un second. Du non-Être (*asat*) l'Être (*sat*) fut produit. »

Ce non-Être (*asat*) a été appelé 'Rien' dans le Sahaj Marg. L'idée de la pensée de la création dans un état dormant et l'idée de la forme manifestée a été décrite comme le désir (*kama*). « Il (l'Âme Suprême) désirait : Laissez-moi devenir multiples. Laissez-moi naître. De là, la chaleur a émanée. » (Chand. VI, 2, 3).

C'est donc le désir qui produit la création des objets à partir de la substance première. Comme mentionné au-dessus il y avait la Substance Réelle, qui désirait de façon latente la création, qui lentement à la première étape produisit de la chaleur, laquelle plus tard causa une vibration occasionnant un mouvement (*ksobha*) à la seconde et à la troisième étape de la manifestation établit un lien avec la libération de l'exposition matérielle des objets de la nature.

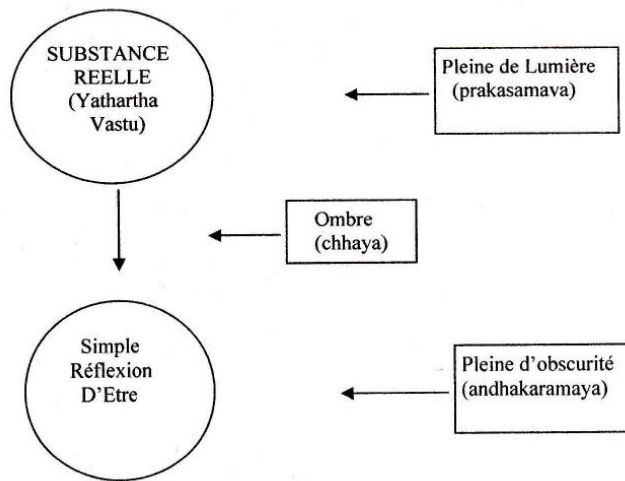
Shri Lalaji illustre encore la description de la création. Comme déjà décrit il y avait une Substance Réelle et adjacente à elle il y avait les 'particules énergie' appelées l'Être (*satta*) ou *Maya*. Absorbant et saturant, *Maya* lentement et régulièrement a fait son apparition. En conséquence, un second champ ou cercle était formé qui est une réflexion (*pratibimba*) de la Substance Réelle envahie d'obscurité. Par la suite, deux entités sont venues à l'existence.

Un aperçu de cette description peut être retrouvé dans le Chandogyopanisad (III, 19, 1) : « Au commencement ce monde était non-existant (*asat*). Il est devenu existant (*sat*). Il a grandi. Il s'est transformé en un œuf. Il repose pour la période d'un an. Il a éclaté. Puis sont sorties de la coquille de l'œuf deux parties – une d'argent et l'autre d'or. »

Shri Lalaji a donné une description plus claire de cette assertion que la Substance Réelle parfaite au commencement était pleine de lumière et son ombre est venue encercler un autre champ, qui est une simple réflexion (*pratibimba*) et qui est pleine d'obscurité.

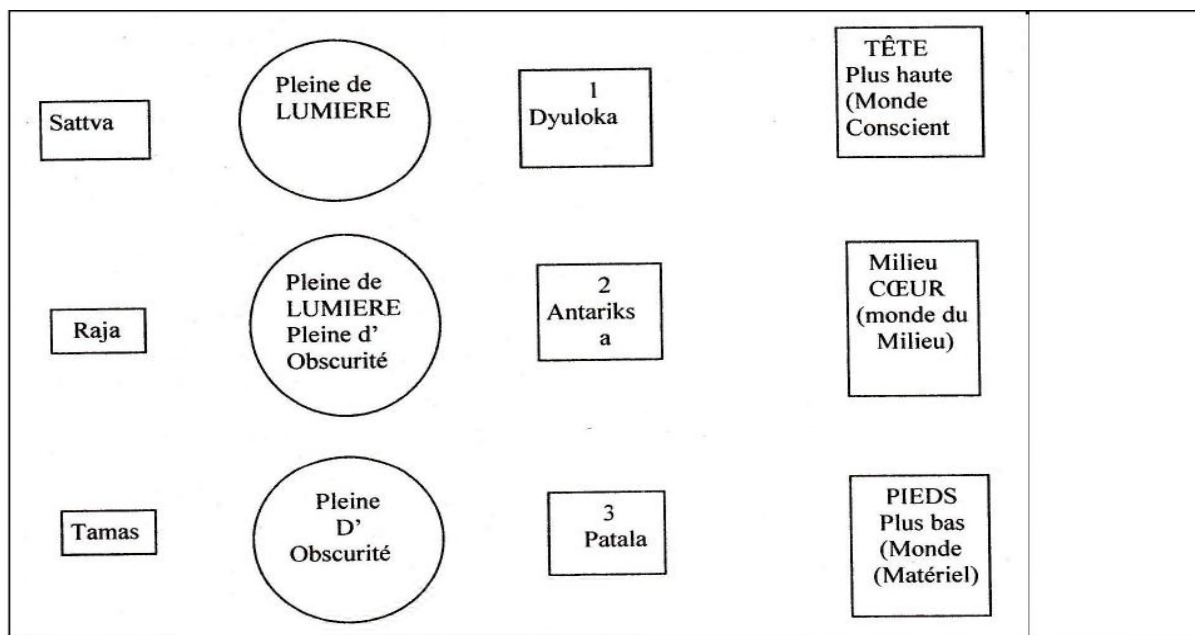
Chandogyopanisad (III, 13, 7) décrit aussi la substance première comme pleine de lumière : « Maintenant la lumière qui brille au-dessus de ce ciel, au-dessus de tout, au-dessus de toute chose dans le monde le plus haut au-delà duquel il n'y a pas plus haut, en vérité, ceci est le même que cette lumière, qui est ici dans la personne. Shri Lalaji explique ceci grâce à l'illustration qui suit :

Figure 2 : Ombre de la Substance Réelle



On peut soutenir et protester qu'il y a une contradiction dans la description quant à la façon dont l'obscurité a pu se développer à partir de la Substance Réelle, laquelle est pleine de lumière. Shri Lalaji clarifie et justifie grâce à l'exemple de la lampe qui brûle qui, en premier lieu, existait en dessous ou en bas de la Substance Réelle ; secondement c'était l'ombre qui se réfléchissait en elle. Par exemple, lorsqu'une lampe brûle, la fumée sort et la fumée est noire. Par conséquent, il n'y a pas de contradiction alors que deux cercles ou deux champs sont formés – un plein de lumière et l'autre plein d'obscurité. Le dernier est relié au premier. Un courant du champ de lumière continuait constamment à transmigrer vers le champ d'obscurité. Une transmigration ultérieure de ce courant encercla un autre champ et un troisième cercle de manifestation s'est formé au milieu. La nouvelle manifestation au milieu a à la fois lumière et obscurité. Le cercle de lumière est *sattva*, le cercle d'obscurité est *tamas*, et le cercle du milieu, qui est le mélange des deux, est *rajas*. Et ceux-ci sont le *Dyuloka*, le *Patala* et le *Antariksa* comme illustré dans la Figure-3. Ces trois mondes en un ensemble est appelé *Brahmanda*. Le *Dyuloka* est la tête, le *Patala* est les pieds, et l'*Antariksa* est le cœur. Le courant réfléchi de la Substance Réelle arrive à ces trois champs ; et les trois champs prennent la forme des trois régions du monde (*lokas*). Cette origine tripartite explique la notion de trois attributs (*gunas*).

Figure 3 : Les Trois Mondes



En outre, la création avance du monde du Milieu. Le cœur est le livre pour comprendre cette création. Le cœur est le mélange de la conscience (esprit) et de la matérialité. Le cœur a donc la puissance et la capacité de comprendre les deux mondes. « Les particules énergie entrant en contact avec la pensée se sont réchauffées et sont sorties ; et dans cette sortie elles ont irradié l'univers entier, formant anneaux après anneaux et s'individualisant. » De cette façon le processus de création se poursuit et se poursuit. En cela il vaut la peine de noter que, plus loin le processus de création s'éloigne de la Substance Réelle, plus il continue à devenir plus grossier et plus grossier et cultive de plus en plus de solidité. En temps voulu il enveloppe la Substance Réelle comme le ver à soie dans le cocon.

Shri Babuji en indiquant la cause du Mouvement Originel (*ksobha*) remarque que le calme parfait prévalait avant que le processus de création soit arrivé en existence. « Même le pouvoir ou la force se trouve gelé dans son origine. Le temps pour le changement, toutefois, est venu. Le mouvement s'est éveillé et a mis les choses en action, aboutissant à la formation de formes et de silhouettes en accord avec la volonté de la Nature. À sa racine il y avait quelque chose, que nous pourrions appeler une force active. Mais cela aussi doit avoir une base pour soi-même, sans lequel il ne peut avoir ses actions, et il était l'Ultime. Nous arrivons ainsi à la conclusion que la création était le résultat du mouvement, et le mouvement de la Base, qui est et sera. »

De cette façon la théorie de l'origine de l'univers telle qu'elle est proposée et expliquée dans le système du Sahaj Marg déclare que la création est le résultat du mouvement (*ksobha*), qui est appelé le 'Super Mental' une existence sacrée

seule proche de Dieu. Ce mouvement était aussi provoqué par la volonté dormante de Dieu. Après ce premier mouvement « les Courants Divins ont commencé à couler, leurs actions et leurs contre-actions ont créé une grossièreté qui a conduit à la formations d'atomes (*anus*) et de sous-atomes (*paramanus*) dans leurs formes et leurs silhouettes particulières. La continuité du flot a créé la chaleur, laquelle était la base même de la vie, et laquelle a donné un autre stimulus à l'existence. Mais la chaleur est restée en existence : sa force s'est déroutée vers le bas. »

Selon le Dr. K.C. Varadachari le mouvement ou la vibration qui est la cause de la création, « ... est le *Nada* du Tantrika, il est aussi appelé *Sudarsana* par Pancaratra. Il est *Sakti*. Il est Divinité ou Centre du mouvement créatif – le *Vasudeva*, le *Visnu*, Omni pénétrant l' Être, qui est connu comme *Jagatkaranavastu* ou *Jagadyoni*. Il est aussi Nature, *Prakrti*. C'est le para-form. »

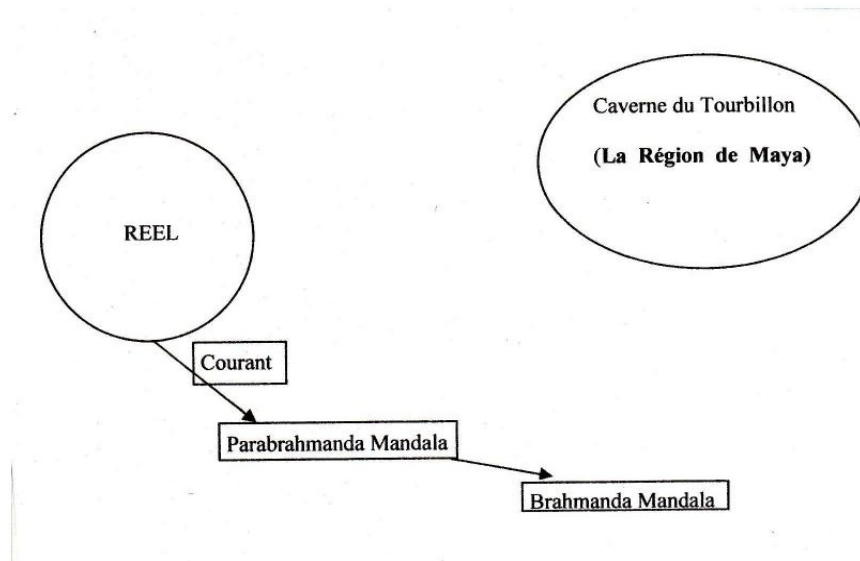
Il a aussi été dit dans le système du Sahaj Marg qu'avant le commencement de la création il y avait l'obscurité (*Tam*). Cette idée de l'obscurité est semblable à la description de la création dans Nasadiya Sukta de Rgveda (X, 129, 3) et aussi dans Manusmrti (I, 5-6). Cette obscurité est descendue sous la forme de cinq courants et ces courants étaient de différentes couleurs. Le premier était noir, le second jaune, le troisième rouge, le quatrième blanc (avec une nuance de rouge) et le cinquième blanc. Ces couleurs envisageaient trois formes (i) *Hiranyagarbha*, (ii) *Antaryamin* ou *Avyakrta* et (iii) *Virata*, qui sont respectivement la manifestation causale (*karana*), la subtile (*suksma*) et la grossière (*sthula*). Au premier stade de *Hiranyagarbha* il y a cinq courants latents différant en couleurs tels qu'ils sont énumérés ci-dessus ; au deuxième stade d'*Antaryamin* ou *Avyakrta* les cinq courants ont pris la forme de cinq éléments subtils c.-à-d. (i) Son (*sabda*), (ii) toucher (*sparsa*), (iii) forme (*rupa*), (iv) goût (*rasa*) et (v) odorat (*gandha*) ; et au troisième stade il a manifesté cinq éléments grossiers c.-à-d., (i) éther (*akasa*), (ii) air (*vayu*), (iii) feu (*agni*), (iv) eau (*jala*) et (v) terre (*prthvi*). Ces manifestations ou disons les évolutions dans le processus de la création peuvent être résumées dans le tableau qui suit : La Causale, la Subtile et la Grossière

DIVINITÉS	STAGES	RÉGIONS	MANIFESTATIONS
<i>Hiranyagarb</i>	Causale	<i>Mahakal</i>	Cinq courants
<i>Antaryamin/A</i>	Subtil	<i>Trikuti</i>	Cinq éléments subtils
<i>Virata</i>	Grossie	<i>Sahasrar</i>	Cinq éléments grossiers

L'Évolution Cosmique :

La substance réelle avait les 'particules énergie' (*Maya*) tournant autour d'elle. Cette *Maya* a saturé l'ombre de la Substance Réelle en elle-même. Plus tard un courant, qui s'est précipité hors d'elle, a encerclé un champ et est appelé *Parabrahmanda Mandala*, qui ayant la réflexion a développé trois niveaux de causal, subtil et grossier.

Figure-4 Caverne du Tourbillon



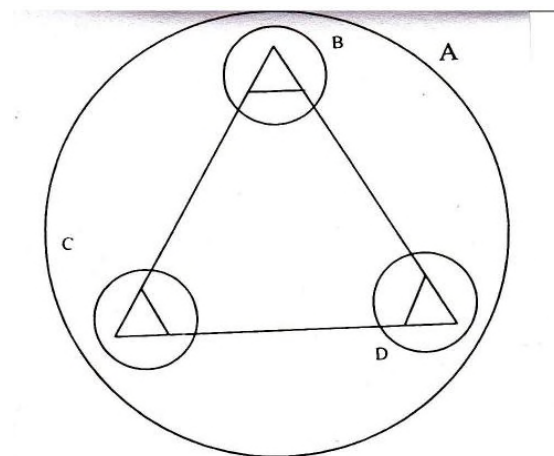
Ces parties sont appelées - *Hiranyagarbha*, *Antaryamin/Avyakrta* et *Virata*. Dans la caverne du tourbillon il est connu comme *Hiranyagarbha*, dans *Parabrahmanda Mandala* il est appelé *Antaryamin/Avyakrta* et dans *Brahmanda Mandala* il est désigné comme *Virata*.

Hiranyagarbha, *Antaryamin* et *Virata* sont respectivement l'âme, le cœur et le corps de *Brahman*. Cette forme en trois exemplaires est connue comme *trigunatmaka*. Lorsque les autres objets animés se développent ils ont aussi trois corps – le causal, le subtil et le grossier. Dans le corps grossier de l'être humain l'éther (*akasa*) a pris place dans la gorge, l'air (*vayu*) dans le cœur, le feu (*agni*) dans le nombril, l'eau (*jala*) dans l'organe de la génération (*jananendriya*) et la terre (*prthvi*) dans l'organe de l'excrétion (*guda*). Cinq éléments subtils ont pris leurs places respectives dans le corps subtil et les éléments causals dans le corps causal.

La Base – Quatrième Niveau :

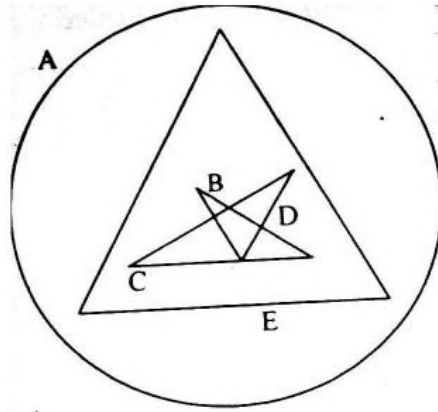
L'Adi Guru explique à l'aide de diagrammes. Tout ce qui est au-delà (*para*) *Brahman* est appelé *Parabrahman*. De même que la condition de *Brahman* est d'avoir trois attributs (*trigunatmaka*) de même est (*parabrahman*). Et cela a été révélé ou manifesté par la saturation de l'ombre de la Substance Réelle, la base ultime du processus de création dans la caverne du tourbillon. Le *Parabrahman* est pur parce qu'il n'est pas souillé par les défauts de la physicalité (*saririkata*). Celui-là qui a la physicalité est *Brahman*, et celui-ci est l'état de *Hiranyagarbha* et il est aussi connu comme l'état du quatrième niveau de conscience c.-à-d. *turiyatita*. Les saints l'on appelé *Kala Purusa* ou *Mahakala Purusa* et Il est la base de la caverne du tourbillon. Et plus haut il y a le niveau du soi-disant *Satpurusa* de la région de *Sat* (*Sat-Loka*) dans la pensée des saints.

Figure 5 Brahman, Jiva Prakrti et le Quatrième État



Dans la Figure-5 il y a un grand cercle 'A', et à l'intérieur de celui-ci un triangle BCD, lequel a aussi trois plus petits triangles ayant leur propre cercle. Le grand cercle 'A' est la Base fondamentale et est le quatrième état et les plus petits cercles restants sont le quatrième état de leur triangle respectif. Les cercles 'B', 'C', et 'D' sont respectivement la région de *Brahman*, *Jiva* et *Prakrti*. À cet égard Shri Lalaji insinue aussi que cette représentation schématique est simplement pour l'amour de la compréhension. En réalité *Brahman* porte une position suprême et encercle tout ce qui existe. *Brahman* est plus haut que *Prakrti* et ceci aussi a été illustré grâce au diagramme suivant :

Figure-6 : Supériorité de *Brahman* sur *Jiva* et *Prakrti*



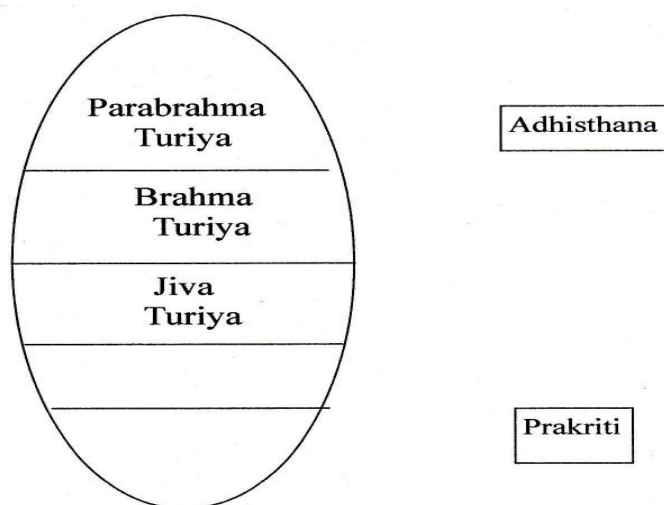
Dans la Figure-6 'B' est *Brahman*, 'C' est *Jiva* et 'D' est *Prakrti*. Ceux-ci sont les trois triangles tombant à l'intérieur d'un grand triangle 'E' et c'est *Parabrahman* et de fait le cercle 'A' est la Base ou le Terrain, laquelle les enveloppe tous.

La nature tripartite de *Brahman* a une forme causale une forme subtile et une forme grossière qui sont respectivement l'âme, le cœur et le corps.

Prakrti est matériel (*Padarthaka*). La nature tripartite de *Prakrti* se compose de matérialités causale, subtile et grossière. Réellement la nature tripartite contient l'âme causale, le cœur subtil et le corps grossier.

Ce qui est au-delà de cette nature tripartite il y a le niveau *Turiya*, qui est au-dessus de *Brahman*, est important. En outre, Shri Lalaji analyse aussi les niveaux de *Turiya* grâce à l'illustration ci dessous :

Figure-7 Niveaux de Turiya



Ceci est la description illustrée de la conscience au-delà du quatrième niveau (*Turiya*), qui est connu comme *Turiyatita* comme aussi mentionné dans les

Upanishad Yoga. Dans la mesure où la particularité tripartite et sa connaissance de la trinité persistent ce n'est pas le stade parfait. Réellement lorsqu'on s'est fondu dans le niveau *Turiyatita*, on atteint alors la perfection réelle.¹²

Quatre Sortes de Manifestation :

Tous les objets créés ont trois niveaux – causal, subtil et grossier. Ici on doit se rappeler qu'en accord avec la prédominance de l'un ou de l'autre des trois niveaux de conscience la condition et la nature de l'objet sont déterminées durant le cours de l'évolution. Dans les grandes lignes il y a quatre sortes de manifestations :

- Minérales :

Dans celles-ci le niveau causal est le corps grossier et les deux autres niveaux sont immergés en celui-ci. Les minérales extérieurement paraissent être insensibles mais elles attirent, assimilent etaturent les particules d'énergie en elles-mêmes. C'est l'état de sommeil profond.

- Végétales :

Celles-ci ont un corps grossier avec le corps causal et le corps subtil est assimilé. Il attire etature à la fois le mouvement et les énergies statiques du monde. Il a l'étape du rêve et du sommeil profond.

- Animales :

Celles-ci ont toutes les trois corps – causal, subtil, et grossier – et vivant à ces trois niveaux ils mangent et boivent, dorment, s'éveillent et apprécient le plaisir et la peine. Elles ont les étapes de l'éveil (*jagrata*), du rêve (*svapna*) et du sommeil profond (*susupti*).

- Êtres Humains :

Tous les trois niveaux du causal, subtil et grossier sont totalement manifestés chez les êtres humains. La grandeur se trouve dans le fait qu'ils peuvent atteindre le quatrième état de conscience appelé '*Turiya*', ce qui n'est pas possible dans les trois niveaux de manifestation précédemment mentionnés.

Maintenant comment la pensée de haut et de bas a-t-elle commencé pendant le cours de l'évolution, qui a mis en mouvement la notion de montée et de descente de la divinité. En d'autres mots : qu'est-ce qui fait un objet plus haut et l'autre plus bas ? Shri Ram Chandraji explique cela : « Lorsque nous avons surgi de ce qui est

plus grand et meilleur, le niveau d'à côté sera naturellement appelé plus bas ou moindre en comparaison. Ceci apporte à votre esprit l'idée de haut et de bas. » De ce fait l'énergie divine est descendue dans des formes grossières et c'est un principe scientifique que les choses les plus légères sont plus subtiles et qu'elles tendent à s'élever, et les objets plus grossiers étant plus lourds restent plus bas dans le cours de l'évolution. « Lorsque la tendance vers le bas commence à diminuer, la même chose, qui avait versé continuellement de la chaleur dans les particules aide à les diriger vers le haut d'où leur existence avait démarré... Ainsi toute chose qui est arrivée en activité par l'effet du flot Divin, tend à voler vers l'origine. » Ceci est connu comme montée. Telle est la pensée derrière les notions d'évolution et d'involution, montée et descente, devenir et Être. Lorsque la tendance vers le bas diminue, on se sent naturellement enclin à l'adoration de Dieu.

L'Espace et le Temps

Les catégories d' 'espace' et de 'temps' sont admises comme les existences éternelles et envahissant tout parce qu'il est dit que tous les objets phénoménaux ont leur être et leur devenir dans l'espace et le temps. Toute chose, quelle qu'elle soit, existe dans les limites de ces deux catégories de l'espace et du temps.

- L'Espace :

L'Upanishad Chandogya (I, 9, 1) propose la suprématie de l'Espace. « Tous les objets sont produits à partir de l'espace. Ils retournent dans l'espace. Car l'espace est plus grand que ceux-ci. L'espace est le but final. »

Cette Upanishad (VII, 1é, 1) mentionne en outre que : « L'Espace est vraiment plus grand que le feu. Dans l'Espace existaient à la fois le Soleil et la Lune, les étoiles et le feu.

À travers l'espace on appelle, à travers l'espace on entend, à travers l'espace on répond. Dans l'espace on se réjouit, et dans l'espace on ne se réjouit pas. Dans l'espace on naît et vers l'espace on naît. »

À cet égard Aitareya Brahmana (III, 4, 2, 1) mentionne aussi la même façon de voir. L'Upanishad Kausitaki (I, 6) déclare aussi : « De l'espace comme la source, je suis produit comme la graine pour la vie. » De façon similaire Shri Babuji donne aussi une meilleure explication qui est que, avant la création de

nombreux objets, il n'y avait que l'espace au-dessus de tout. Même Dieu (*Isvara*) lui-même fut un développement ultérieur pendant le cours de la création. Il dit : « ... l'Espace a servi de mère pour la création de Dieu. » Maintenant la question que l'on est en droit de se poser est que si l'espace est la cause de Dieu, quelle est la cause de l'espace ? Le système du Sahaj Marg explique que le besoin pour la création de Dieu et de l'univers est la cause pour la création de l'espace. L'espace est et sera. Par conséquent, il est une existence éternelle.

« L'Akasa ou l'Espace est l'Absolu. Il n'est pas composé de particules, et il n'y aucune action en lui. Il est parfaitement pur et sans mélange. » S'il en est ainsi, pourquoi ne devrait-on pas adorer l'Espace ? Shri Babuji fournit une explication digne d'intérêt qui est que si l'on développe en soi-même l'état d'espace (*akasa*), on atteint un haut point d'avancée spirituelle, mais il est, bien sûr, très difficile de l'amener dans l'esprit de quelqu'un.

La méditation sur le cœur telle qu'elle est conseillée dans le système du Sahaj Marg EST UN PROCESSUS POUR CREER DE L'ESPACE DANS LE CŒUR.

La même chose est affirmée dans l'Upanishad Chandogya (III, 12, 9) : « Cela est la même chose, ce qui est l'espace ici à l'intérieur du cœur. Cela est la prospérité totale, non-active. » La méditation sur le cœur est aussi conseillée dans l'Upanishad Chandogya : « Maintenant en ce qui concerne les divinités, on devrait méditer sur l'espace comme Brahman. » Balaki affirme aussi dans l'Upanishad Kausitaki (IV, 8) : « La personne qui est dans l'Espace, sur elle, en effet, je médite vraiment. » De cette façon, selon le système du Sahaj Marg l'espace est un container vacant ou vide et il a l'attribut du son (*sabda*), qui représente un important état d'élévation spirituelle.

- Le Temps :

Il est aussi une catégorie importante et significative dans le processus de l'évolution. Atharva Veda (XIX, 53) affirme : « Le Temps est un cheval, avec sept rênes... le poète qui sait le monte. » À cette fin il est aussi dit : « tous les mondes sont ses roues. » Dr. Radhakrishnan souligne aussi les fonctions créatrices et destructrices du Temps (*Kala*) comme décrites dans le Mahabharata. Le système du Sahaj Marg dit que lorsque la création a commencé la brève pause entre 'la pensée originale et l'Être ultérieur, ou en d'autres mots entre la cause et l'effet' est appelée Temps. Comparant le Temps à l'espace Shri Ram Chandrajī dit : « Akash est l'Espace tandis que Avakasha est le Temps ; les deux sont grandement différents

l'un de l'autre. Le temps, la création de l'espace, peut être pris comme l'état plus grossier d'Akasha. À vrai dire, l'univers est la manifestation du temps ou avakasha, tandis que Dieu est celui d'Akasha ou de l'espace. »

- Pralaya (Dissolution) :

Selon le Sahaj Marg *pralaya* a lieu lorsque les choses changent et commencent à retourner à la source originelle, d'où elles sont venues. L'état de *pralaya* arrive lorsque la contraction commence à avoir lieu. Une contraction similaire chez l'homme conduit au *pralaya* individuel.

Au moment de la mort d'un être humain, les éléments constituant le corps grossier commencent à se contracter. L'élément terre dans l'organe d'excrétion (*guda*) se contracte dans l'élément eau dans l'organe de génération (*jananendriya*) et l'élément Terre est dissout et transformé en eau. Ceci est appelé dissolution de l'eau (*jala pralaya*) et les mains et les pieds se refroidissent.

Après l'élément eau dans le corps se contracte dans le feu dans le nombril et devient feu. Ceci est connu comme la dissolution du feu (*agni pralaya*). Puis il ne reste que la chaleur au-dessus du nombril.

Plus tard l'élément feu passe dans le cœur et est transformé en forme d'air. Ceci est appelé dissolution de l'air (*vayu pralaya*). À ce stade le corps sent qu'il frissonne et est lentement transformé en éther dans la gorge et il est connu comme la dissolution de l'éther (*akasa pralaya*).

La dissolution (mort) n'est toujours pas complète. Le corps grossier et physique meurt ; mais la portion au-dessus des yeux survit toujours. Maintenant la contraction de l'élément *Brahman* a lieu et les yeux sont retournés et le *Brahman* dans le *Brahmrandhra* devient *Virata*. *Virata* se dissout dans *Antaryamin* et cela aussi dans *Hiranyagarbha*. De cette façon la dissolution *Brahman* a lieu dans notre corps. De ce fait la contraction amène *pralaya* et « la contraction commence toujours à partir du bas et avance vers le haut. »

À partir du temps du *Mahapralaya* les trois corps de *Brahman* sont assimilés dans le temps et le temps dans le tourbillon de l'originale *Maya* et finalement dans la Substance Réelle.

- Sattva, Rajas et Tamas

Voici les trois attributs primordiaux : dans la philosophie Samkhya *sattva*, *rajas* et *tamas* sont énumérés comme les trois attributs ayant des différences quantitatives autant que qualitatives. L'harmonie dans les trois attributs est appelée *prakrti* (*samyavastha prakrti*). Il a aussi été mentionné là dans les Sutras Samkhya que la coopération mutuelle de ces trois attributs est nécessaire pour l'évolution et la manifestation de *prakrti* pour la création. Ces trois attributs sont collectivement appelés '*gunatraya*'. Tous les objets durant le cours de la création sont les manifestations de ces trois attributs.

Le système du Sahaj Marg explique que *tamas* est grossier, *rajas* est subtil et *sattva* est causal : *sattva* est haut ou au-dessus, *tamas* est bas ou au-dessous et entre se trouve *rajas*. Il n'y a ni mouvement ni activité dans *sattva* ou dans *tamas*. Le mouvement se trouve au milieu des deux et c'est dans *rajas*. La tête est au-dessus, les pieds sont au-dessous et au milieu est le cœur, lequel embarque le mouvement pour les deux. De façon similaire, *sattva* est au-dessus et *tamas* est au-dessous et au milieu se trouve *rajas* qui infuse le mouvement à la fois à *sattva* et à *tamas*.

Comme décrit précédemment (Figure-3) il y a trois régions : en premier au-dessus ou au sommet se trouve la région de *sattva*, qui est pleine de lumière ou de luminosité ; deuxièmement au-dessous ou au fond pend la région de *tamas*, qui est pleine d'obscurité et troisièmement au milieu des deux existe la région de *rajas*, qui contient à la fois la lumière et l'obscurité. La région dans le milieu de *rajas* est la forme combinée de *sattva* et de *tamas*. Tous les objets animés et inanimés sont créés à partir de ces trois attributs et sont appelés '*trigunatmaka*' ; et la nature spécifique des objets de la création est déterminée par la prédominance et la subordination de l'un ou l'autre des attributs.

Shri Lalaji Maharaj fournit une description explicative des trois attributs : *tamas* est ce qui se manifeste et se développe. Il y a le fait de devenir et d'être dans *tamas*. *Sattva* a la contraction et est ce qui ne se manifeste pas. Elle est mince (*adam*) et se dissout (*mahaviat*). En cela la minceur et le fait de se dissoudre ne doivent pas être traités comme non-existence. *Rajas* est un mélange des deux. *Tamas* est le corps, *sattva* est l'âme et *rajas* est le cœur.

- Éléments Importants du Processus de l'Évolution :

Le processus de création tel qu'il est envisagé dans le système du Sahaj Marg, son élément caractéristique et une brève ébauche comme une allusion peut être mentionné afin de souligner l'importance de la description d'Être et de devenir comme indiquée par l'Adi Guru et le Président Fondateur du système du Sahaj Marg. Ces éléments sont les suivants :

(1) Principe de Parallélisme :

Selon ce principe, il y a un parallélisme dans les différents objets de la nature créés durant le cours de l'évolution. La pensée de l'Upanishad – 'dans le microcosme comme dans le macrocosme (*yatha pindande tatha brahmande*) est bien connue. S'il n'y avait pas eu le parallélisme il aurait été absurde de dire que Atman est *Brahman* ; Jiva est *Brahman* ; et la réalisation de soi est la réalisation de Dieu. Dr. K.C. Varadachari dit que « ... il y a apparemment un parallélisme entre le Divin et l'humain, le spirituel et le matériel ou le subtil et le grossier, dans la création le matériel est manifesté et dans l'involution le spirituel est manifesté. » Shri Ram Chandrajī maintient aussi que les deux lignes sont maintenant en action : la Divinité et l'Humanité courent côte à côte parallèles l'une à l'autre. Cela veut dire, c'est le principe de parallélisme qui maintient ordre et symétrie dans les divers et nombreux objets de la nature. Ce qui est vrai des atomes ou *amsa* est également vrai de ce qui est vaste et complet. Du plus infime comme du plus grand. Le fini répète l'Infini. Le microcosme est la répétition du macrocosme. Si quelqu'un connaît l'atome il peut connaître l'Atman ou *Brahman*. Dr. K.C. Varadachari indique que la description du processus de parallélisme comme mentionnée par Shri Ram Chandrajī est un chemin plus lumineux que celui de Spinoza, Leibnitz ou Jāin.

(2) Principe d'Invertendo :

Ce principe consiste dans le processus particulier d'invertir la disposition au cours du passage d'un endroit d'expérience ou d'existence à une autre. Cela veut dire que le côté gauche de l'objet devient le droit et le droit devient le gauche à un niveau différent en temps voulu. La méthode d'inversion dans une logique déductive implique la remise en place mutuelle du sujet et de l'attribut et finalement on en vient à la synthèse de l'antinomie entre l'attribut et la proposition originelle donnée. (Pour les détails on peut lire le processus de conclusion immédiate qui traite avec l'inversion dans les livres de la Logique déductive). En physiologie on trouve aussi que le chemin nerveux dans le corps physique est tel que le nerf du

côté droit passe au côté gauche et vice-versa dans le cerveau. Dr. K.C. Varadachari mentionne aussi que les trois attributs de sattva, rajas et tamas sont aussi le résultat du processus d'inversion. De fait, ce principe d'invertendo est une expression de la pensée qui était avancée par Hegel dans son processus dialectique de thèse et d'antithèse culminant dans la synthèse. Mais en cela Shri Ram Chandraji donne un compte-rendu sur la synthèse entre les deux agencements ou existences opposées font l'une avec l'autre la synthèse. L'interaction, entre les deux côtés d'une existence, a un point intermédiaire où l'inversion a lieu : et à ce point d'inversion une torsion ou un nœud est formé. Alors que le processus d'inversion avance, la grossièreté va en augmentant. Maintenant comment le parallélisme doit-il être maintenu, quand il y a le principe d'invertendo dans le processus d'évolution ? Dr. K.C. Varadachari comme de juste explique l'ajustement harmonieux des deux principes mentionnés ci-dessus : « L'explication dynamique organique du Sahaj Marg réconcilie les concepts fondamentaux de la création avec le développement de parallélisme entre l'intérieur et l'extérieur.

L'intérieur, considéré à travers une vision intérieure, est esprit, animé avec cette vie fondamentale et centrale tandis que l'extérieur est considéré être la matière, le corps de cet intérieur et il y a l'interaction transcendantale entre eux. À tout moment on pourrait passer d'une vision à l'autre et réaliser que les deux sont réels, et qu'une force centrale seule produit la transformation ou le transfert de l'un dans l'autre. » Ainsi il est clair quant à la façon dont les deux principes de parallélisme et d'invertendo travaillent dans le processus d'évolution et quelle est la place de l'Ultime Réalité, à cet égard. De plus, ce principe réconcilie la controverse de nondualisme (*advaitavada*) et le dualisme (*dvaitavada*). Le Sahaj Marg prétend qu'il y a une inversion des régions plus hautes et plus basses.

- La Formations des Couches :

Le processus d'évolution durant le cours du devenir forme des couches l'une après l'autre et réduit la Substance Réelle. Ces couches dans le Sahaj Marg sont décrites comme ayant la forme de cercles ou d'anneaux et enveloppent la Substance Réelle comme le 'ver à soie dans le cocon'. Lorsque l'on jette une pierre dans un réservoir d'eau, on trouve que se forme de l'eau vacillante qui descend vers la berge. De façon similaire le premier mouvement (*ksobha*) dans le sein de l'Ultime Réalité continue à former des anneaux l'un après l'autre. Alors que le processus continue la grossièreté et la solidité continue à augmenter.

- L'Importance d'Être sur devenir :

Le système du Sahaj Marg insinue clairement que l'on ne devrait pas se préoccuper inutilement en pensant à la façon dont l'univers est arrivé à l'existence ; parce que de telles considérations sont opposées au développement de la paix dans l'avancée spirituelle. On doit avoir la manie de découvrir son propre Soi et celle-ci seule peut être exprimée comme spiritualité. Ce système suggère qu'au lieu de réfléchir sur la façon dont l'univers est arrivé à l'existence, on devrait admirer l'Être qui a créé l'univers. Dr. Varadachi insiste aussi sur la même chose lorsqu'il affirme : « ... la tentative de connaître l'Être est plus importante que la connaissance du devenir. Ainsi, pour l'amour d'avoir des progrès rapides sur le chemin de la spiritualité on devrait culminer plutôt cultiver un amour profond, une foi ferme et une volonté de fer pour la réalisation du but réel de la vie humaine.

Théorie de la Connaissance (Épistémologie)

Introduction :

Le terme 'épistémologie' est constitué de deux mots – 'episteme' (connaissance) et 'logos' (discours). Donc, il signifie littéralement 'discours sur la connaissance'. Ce qui est la nature de la vraie connaissance et ce que sont les sources valides de sa réalisation sont les principaux problèmes de l'épistémologie. En ce sens l'épistémologie est une science qui traite de la vraie nature de la connaissance et les moyens valides de sa réalisation.

La théorie de la connaissance (Épistémologie) est le problème central de la Philosophie Indienne parce que l'ignorance (*ajnana* ou *avidya*) est considérée comme la cause radicale du lien au cycle de la naissance et de la mort. Le concept de la connaissance (*jnana*) a un large champ d'application. La soi-disant réalisation est aussi un processus cognitif d'une conscience spirituelle super fine aboutissant à l' 'union complète' avec l'Ultime. La connaissance a été traitée comme l'antidote à toutes les misères et afflications de la vie mondaine. La vraie connaissance concerne essentiellement la réalisation complète de l'Ultime Réalité. De ce fait, l'épistémologie, la théorie de la connaissance, est étroitement reliée à l'ontologie. L'inintelligible ontologie est un mysticisme aveugle. Il est vrai que l'Ultime Réalité est au-delà de l'expérience du sens. Elle est inaccessible à l'esprit et est au-delà de la nature du discours. Mais sa connaissance est possible si l'on suit sincèrement la pratique spirituelle prescrite (*sadhana*) sous la guidance

capable d'un Maître compétent. Il n'y a pas de libération (*mukti*) dans l'absence de la connaissance.

Gita aussi remarque qu'il n'y a rien de pur comme la connaissance dans ce monde.

La connaissance dans son sens réel a une signification spirituelle pour un aspirant sur le chemin de la pratique yogique (*sadhana*). La connaissance ne devrait pas être limitée à la connaissance acquise grâce à la perception (*pratyaksa*), l'inférence (*anumana*), et/ou la parole (*sabda*), qui sont les trois principales sources de la connaissance (*pramana*) mentionnées dans la littérature de la Philosophie Indienne. Essentiellement la connaissance est un éveil ou une illumination de l'âme. G.R. Malkani donne un compte-rendu de la réalisation de la 'liberté grâce à la connaissance' et il avertit : « la connaissance au niveau du bon sens ou au niveau de la science, qui est simplement son extension, n'est qu'une apparence de la connaissance. Elle est obtenue à travers et grâce à la médiation. Elle peut être erronée. Elle est toujours incertaine. » Ainsi nous devons être clairs quant à la différence entre 'l'apparence de la connaissance' et la 'vraie connaissance' c.-à-d. l'apparence et la Réalité/Vérité. La valeur de la vraie connaissance conduisant à l'Ultime Vérité ne peut être ignorée parce que « la vérité seule gagne, non la contrevérité. »

Les Upanishad divisent la connaissance entre la connaissance plus basse (*Apara Vidya*) et la connaissance plus haute ou transcendante (*Para Vidya*). La plus basse (*Apara Vidya*) appartient à la connaissance des Vedas et la plus haute (*Para Vidya*) consiste dans la connaissance de l'âme impérissable (*Atman*). La première est définitivement inférieure comme comparée à la dernière, mais la connaissance plus basse (*Apara Vidya*) n'est pas une connaissance fausse ou erronée (*mithya jnana*) ou illusion (*bhrama*). Elle a aussi validité dans notre vie quotidienne. Cela veut dire que *Apara Vidya* concerne notre vie mondaine et *Para Vidya* renvoie à la vie spirituelle. L'Upanishad Chandogya (VII, i, 3) indique la différence entre le connaisseur du texte (*mantravetta*) et le connaisseur de Soi (*Atmavetta*). Ainsi, la connaissance au vrai sens ne signifie pas la connaissance dérivée des livres. Mais le vrai chercheur de la connaissance comme Svetaketu vise la connaissance de ce « par quoi le non entendu devient entendu, l'imperceptible devient perceptible et l'inconnaissable devient connu. »

Le révérend Ram Chandrajii explique le mot '*jnana*' en son sens ordinaire signifie connaissance qui peut être de différentes sortes – physique, mentale, matérielle ou spirituelle. Dans le sens spirituel le terme est utilisé si vaguement

qu'il devient souvent très difficile de comprendre sa vraie signification et affirme : « *Jnana* au sens réel renvoie à la condition intérieure de l'esprit qu'un *abhyasi* développe à travers la pratique spirituelle. Il est donc clair qu'il a été accordé à la théorie de la connaissance une place importante et significative dans l'histoire de la Philosophie Indienne. Les Vedas absorbent en elles les mots de la révélation divine. Le mot même '*Veda*' dérivé de la racine '*Vid*' connaître, dans le langage sanscrit signifie sagesse c. -à - d. vraie connaissance. Le mot Philosophie aussi en son sens littéral signifie 'amour de la sagesse ' et '*Darsana*' aussi représente la vision de la vraie nature de l'Ultime Réalité. Les Upanisads, aussi, présentent devant nous la connaissance acquise par un aspirant assis près de son Guru. Le texte des Vedas a été divisé en deux sections majeures – *Karma Kanda* et *Jnana Kanda*. *Karma Kanda* repose dans la réalisation des rites et des rituels comme description d'injonctions mentionnées dans les Brahmanas ; et *Jnana Kanda* renvoie à la connaissance spirituelle c. -à- d. la réalisation de l'Ultime Réalité. Les écoles Mimamsa et Vedanta dans la Philosophie Indienne sont respectivement considérées comme le *Karma Kanda* et le *Jnana Kanda*. C'est-à-dire que la connaissance est un aspect important de la pratique spirituelle (*sadhana*), parce que parfois elle a été utilisée pour désigner les entités célestes.

Par exemple, le bien connu '*Narada*' nom d'un sage célébré, dans la mythologie Hindoue signifie littéralement celui qui donne (*da/dadati*) la connaissance (*naram*) de la Réalité Suprême. Rgveda met aussi l'accent sur le fait que 'que peuvent faire les hymnes pour quelqu'un qui ne Le connaît pas' (*yastanna ved kimrica karisyasi*). Même Sakyamuni Gautama a été désigné comme 'Bouddha', l'illuminé parce qu'il s'est trouvé lui-même illuminé de la lumière de la vraie connaissance. La philosophie dualiste du système Samkhya reconnaît deux entités de *Purusa* et *Prakrti* comme les deux sources premières du processus de création. Le *Purusa*, comme distingué de *Prakrti*, a été désigné par le terme '*JnaÇ*' le connaisseur. Les trois chemins de '*Jnana*' (connaissance), *Bhakti* (dévotion) et *karma* (action) sont bien connus. Dans le Yoga *sadhana* nous entendons parler de *Jnanayoga*, qui traite la connaissance comme la capacité de discriminer entre l'âme (*Atman*) et la non âme (*anatman*). Shankar aussi insiste beaucoup sur la connaissance (*jnana*) en la considérant supérieure à l'action (*karma*) et à la dévotion (*bhakti*). D'ailleurs l'idéal de '*Sthitaprana*', '*Brahmajna*' '*Brhamavetta*' etc., fournit une preuve claire de l'importance de la connaissance dans l'aspect *sadhana* de la Philosophie Indienne.

Shri Lalaji Maharaj, l'Adi Guru du Sahaj Marg *sadhana* décrit que le concept de réflexion est impliqué dans l'invention des termes '*Brahman*' et '*Atman*'. Il

remarque que la réflexion (*manana*) est inhérente aux deux. 'Brahman' étymologiquement est constitué de 'Brh', (grandir) et 'man' (penser) ; et 'Atman' est aussi dérivé de 'at' (bouger) et 'man' (penser). Dans cette analyse littérale le *Brahman* est celui qui 'grandit et pense' et le Atman est ce qui 'bouge et pense'. Donc, le processus de réflexion (*manana*) est de façon inhérente impliqué dans les deux mots –'Brahman' et 'Atman'. Ceci doit insinuer que la pensée est une caractéristique importante de la personnalité humaine en référence à la pratique spirituelle, spécifiquement dans la méthodologie Rajayogique. Si la pensée est purifiée l'aube de l'illumination se manifeste dans la vie d'un aspirant sur le chemin du progrès vers l'ultime destinée de l'existence humaine.

- Particularités de la théorie de la Connaissance du Sahaj Marg :

Pour avoir une compréhension claire de l'importance de la connaissance telle qu'elle est conçue dans le système du Sahaj Marg de la pratique yogique il serait plausible de prendre en compte les particularités caractéristiques de la connaissance. Ces particularités mettraient en lumière l'approche efficace du système aussi bien qu'elles aideraient à enlever certaines méprises concernant la notion de la connaissance.

- Jnanayoga, Bhaktiyoga et Karmayoga :

Ce sont les trois chemins pour l'accomplissement de l'état d' 'union complète' avec l'Ultime Réalité comme énoncée dans l'histoire de la Philosophie Indienne. Le système de la pratique yogique du Sahaj Marg les traite de façon unique et nouvelle. *Il* donne un compte-rendu systématique des trois types et essaie ainsi d'expliquer l'importance réelle de la connaissance chez l'être d'un aspirant sur le chemin de l'élévation spirituelle.

L'Adi Guru Shri Lalaji Maharaj indique qu'il y a trois attributs de *sattva*, *rajas* et *tamas*, qui sont de fait les trois niveaux. *Il* remarque que *Sattva* est au-dessus et *Tamas* est au-dessous et entre, au milieu, se trouve le *Rajas*, lequel est une combinaison de *Rajas* et *Tamas*. *S'il* y en a un, il n'y a ni mouvement, ni changement. Le changement ou le mouvement est possible lorsqu'il y a deux existences. La combinaison de deux causerait l'origine d'une troisième entité. Ainsi d'un côté il y a le plus haut niveau de l'esprit (*Atman*) et de l'autre il y a le niveau plus bas de la matière (corps) ; et à l'ombre des deux il y a le cœur qui se trouve au

milieu. La tête est au-dessus, les pieds sont en bas et au milieu est le cœur qui donne le mouvement aux deux. De cette façon, ceux-ci sont les trois aspects de la constitution de l'homme. Celui du dessus, l'Atman, est le niveau du bonheur, au-dessous, le corps, est l'instrument qui apporte le mouvement ou le changement dans l'action et le milieu est le cœur qui absorbe l'expérience des deux et est la source de la connaissance. Le bonheur est la paix, l'action est le mouvement et la connaissance est la compréhension.

De cette façon le Sahaj Marg affirme que la connaissance est la condition qui est associée au fonctionnement du cœur qui se trouve au milieu. Essentiellement, le bonheur, l'action et la connaissance sont les attributs du cœur et sont reliés au corps subtil (*suksma sarira*). La différence consiste seulement dans le fait que le bonheur est plus haut et l'action plus basse et que la connaissance doit son existence au milieu des deux. Le bonheur est la paix et l'absence de changement, l'action est le mouvement manifesté et la connaissance est la réflexion et la compréhension. Bhaktiyoga lutte pour le bonheur ; Karmayoga rend le service social pour l'action et Jnanayoga aspire à la réalisation de la connaissance.

De ce fait les mots du Dr. K. C. Varadachari valent d'être mentionnés : « Karmayoga est travail social, Jnanayoga est Philosophie moderne et Bhaktiyoga est simple *bhajana*. Le système du Sahaj Marg présente une telle technique de yoga qu'il implique Bhaktiyoga, Karmayoga et Jnanayoga dans une forme systématisée et unifiée conduisant à la connaissance vraie et complète (réalisation) de l'Ultime Réalité. » Les mots du Dr. K. C. Varadachari sont notables comme ils fournissent une approche globale du Sahaj Marg : « ... il n'y a pas d'effort pour dire la vérité, il n'y a pas d'effort pour pratiquer *brahmacarya*, ou un effort pour aimer Dieu, ou un effort pour la dévotion.

La connaissance vient naturellement. L'action vient naturellement. Nous sommes établis dans le yoga de jnana et karma et bhakti de façon naturelle. »

- La connaissance est un moyen, non une fin :

Dans la pensée traditionnelle de la Philosophie Indienne la connaissance a été traitée comme une fin à accomplir par le pratiquant s'il veut se libérer du cycle de naissance et de mort. Ils considèrent que l'ignorance (*ajnana*) est la cause radicale de l'esclavage et ils proposent que la libération de l'esclavage soit possible par la réalisation de la connaissance. Là sont énumérés les moyens d'acquérir la

connaissance, par ex. la perception (*pratyaksa*), l'inférence (*anumana*), le témoignage (*âgama*) etc. Ces moyens de connaissance valable (*pramana*) comme mentionnés dans les six écoles orthodoxes de la Philosophie Indienne ne nous donnent qu'une connaissance plus basse (*apara vidya* ; mais la connaissance transcendante ou plus haute (*para vidya*) est une question d'élévation spirituelle, et vise la connaissance de soi. Le but réel est d'accomplir la connaissance plus haute.

Le Sahaj Marg avec assurance affirme et préconise que la connaissance (*jnana*) ne doit pas être traitée comme une fin en soi. Réellement la connaissance est un moyen pour la réalisation de Dieu ou de l'Ultime Réalité.

L'Adi Guru Shri Lalaji dit que la connaissance est lumière, mais elle n'est pas une fin en elle-même. Nous n'allumons pas une lampe pour la lumière de la lampe elle-même mais pour le travail que nous faisons dans la lumière et cela est l'idéal.

Donc, notre connaissance aussi a une fin ; elle n'est pas une fin en soi. La vraie et réelle connaissance se trouve dans l'éveil de l'âme et la perception, l'inférence etc., n'en donnent qu'un aperçu. Elles sont réellement les moyens de la connaissance valable qui a été décrite comme *apara vidya*. Dr. S. Radhakrishnan remarque : « Le Suprême ne dépend pas de l'esprit, de la vie et des sens pour son être. » L'Upanisad Mundaka (III, I, 8) affirme clairement la même chose : « Il n'est pas saisi par les yeux, ni même par le discours, ni par les organes des sens, ni par l'autorité, ni par le travail, mais lorsque la nature de quelqu'un est purifiée par la connaissance seulement alors, par la méditation, il voit Celui qui est sans partage. » La description mentionnée ci-dessus indique que la connaissance réelle ne peut être acquise par l'esprit ou à partir de livres. Les livres ne servent à rien dans les questions de spiritualité. Ils nous donnent une connaissance d'occasion et rendent l'homme capable de faire d'éloquents discours remplis d'arguments Shri Babuji Maharaj y fait aussi allusion : « Les shastras (livres religieux ou philosophiques, les Ecritures) entrent en contradiction les unes avec les autres mais elles ont de la valeur pour nous puisqu'elles offrent une chance de réfléchir et d'arriver à la solution. Elles ont un autre mérite d'ailleurs. C'est qu'elles offrent des moyens et des méthodes pour l'avancée spirituelle pour l'homme de tout goût, mentalité et niveau d'esprit. Dans la sphère de la spiritualité les livres servent très peu. « Il y a l'enfer pour le pécheur, le paradis pour l'ignorant et *Brahmaloka* pour l'innocent. Mais pour le sage et l'érudit il y a un paradis artificiel de leur propre fabrication. »

Shri Aurobindo distingue un quadruple ordre de connaissance : (i) connaissance d'identité, (ii) connaissance par contact direct intime, (iii) connaissance par contact direct séparatif, et (iv) une connaissance totalement séparée par contact indirect. Ceci clarifie aussi que le but de la philosophie d'Aurobindo était la réalisation de la connaissance intégrale qui est la connaissance par l'identité. « Une connaissance aussi intégrale signifie une transformation intégrale de la personnalité. » Donc la connaissance est un moyen pour établir l'identité et l'union complète avec Dieu et n'est pas une fin en soi.

- La connaissance est une activité :

Selon le Sahaj Marg la connaissance est une activité. C'est un processus de connaissance. Swami Shivananda remarque que la connaissance « est un processus et non un être. Tous les processus sont mouvements, suscités par une interaction de stimuli extérieurs et de conditions intérieures. La montée de la connaissance chez un individu est un processus mystérieux affecté grâce à une telle interaction. Mais par la montée de la connaissance, ce qui est signifié n'est pas l'existence de cette conscience transcendante mais le processus de la manifestation de celle-ci dans l'individu relatif. »

L'Adi Guru du Sahaj Marg dit que le mot '*Jnana*' est dérivé de la racine '*Jna*' signifiant 'connaître'. De cette façon la connaissance (*Jnana*) et l'action (*karma*) sont toutes les deux des activités. Toutes les deux ont une certaine fin à accomplir. Comme l'action (*karma*) la connaissance a aussi de bons ou de mauvais résultats. La différence entre elles se trouve dans le fait que l'action est une activité physique ou corporelle, tandis que la connaissance est une manipulation mentale. De ce fait, le système du Sahaj Marg présente une synthèse pragmatique et efficace entre la connaissance et l'action. L'action signifie faire et la connaissance signifie connaître : les deux sont des actions, les deux sont des processus.

En outre, la connaissance est une compréhension théorique et l'action est pratique. Pour sécuriser le vrai progrès sur le chemin de *sadhana* les deux sont nécessaires. La connaissance sans son application pratique dans l'action est inutile et l'action sans la vraie connaissance est trompeuse. La connaissance et l'action, la théorie et la pratique les deux sont complémentaires. Sahaj Marg traite la connaissance comme étant un déroulement des couches. C'est la manifestation de ce qui est caché derrière les couches.

- Nœuds de Connaissance :

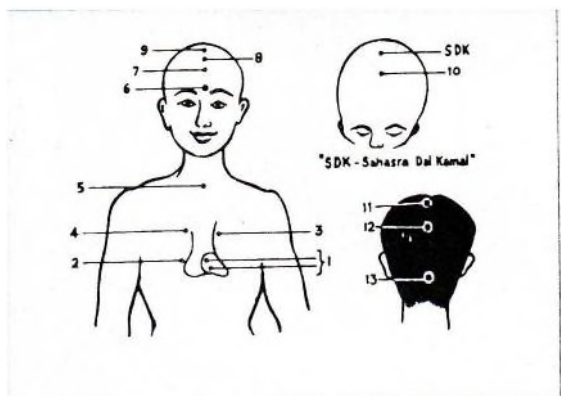
Dans l'histoire de la Philosophie indienne des sages ont jeté de la lumière sur les nœuds de connaissance. Mohopanisad affirme que la connaissance ouvre les nœuds du cœur et la libération est réalisée en acquérant la connaissance. La description à sept niveaux des étapes du progrès sur le chemin du Yoga sadhana commençant avec *Subheccha* et conduisant à *Turyaga* a été présentée comme contenant les niveaux de la connaissance (*Jnanabhumikas*). Dans le même texte, Rbhu enseigne à Nidagha les sept niveaux de l'ignorance (*ajnana*). Mais le Sahaj Marg tente une nouvelle approche de ces niveaux sous la forme de treize nœuds. Dr. K. C. Varadachi remarque, « L'originalité de ces descriptions et la méthode de transcendance de ces nœuds ou cercles ou être, et l'expérience de différentes sortes de bonheur (Ananda) qui avait fourni la descente et maintenant fournit la montée révèle une nouvelle technique inconnue à une littérature de yoga existante précédemment. » Ces nœuds déterminent les niveaux et mettent le doigt sur eux dans le processus de la connaissance. Les nœuds durant le cours de l'avancée spirituelle ne doivent pas « être coupés mais défaits et transcendés ».

Shri Ram Chandraji donne le compte-rendu suivant de ces nœuds : « Lorsque nous réfléchissons à Dieu, notre imagination crée un cercle autour de lui. Ceci est un nœud, lequel barre notre approche à la réponse de toute question. Si possible nous pouvons sauter ce nœud et enlever la limitation de la pensée, alors la chose la plus subtile peut nous être révélée. Mais il y a aussi un autre cercle à l'intérieur, dont celui-ci n'est qu'une réflexion. Lorsque nous forçons notre entrée dans celui-là, le mystère du centre peut être révélé. » Ces nœuds sont les points ou les niveaux à atteindre ou à transcender afin d'avoir la vraie connaissance. Shri Ram Chandraji énumère treize nœuds principaux et de ce fait il essaie de révéler la vraie nature de la connaissance. On a donné à ces nœuds un compte-rendu psychophysique qui démêle la valeur et la place de la connaissance dans la pratique spirituelle (*sadhana*). « Une personne peut, avec raison, être prise comme le possesseur de la connaissance Divine dans le vrai sens, lorsqu'il a maîtrisé les différentes conditions. » Celui qui les transcende est capable d'être un Guru ou un enseignant et lorsqu'il transcende au-delà de l'endroit que l'on pourrait rarement être capable d'atteindre mérite d'être appelé *Sadguru*. »

Shri Ram Chandraji afin de localiser ces treize nœuds de connaissance dans l'organisme humain, les illustre grâce à une figure. Cette figure montre que ces nœuds de connaissance ont un emplacement défini dans l'organisme humain et

explique ainsi que le voyage commence à partir du cœur et finit dans la région occipitale. Ceci est le champ de la connaissance.

Figure 8 Treize Nœuds de Connaissance



Shri Ram Chandraji donne aussi un compte-rendu des expériences trouvées agréables par un *Abhyasi* à différents nœuds dans son livre 'Vers l'Infini'. Ayons maintenant une estimation générale de ces nœuds. Les caractéristiques suivantes, remarquables et notables, sont dignes d'être mentionnées afin de connaître leur importance sur le chemin de l'élévation spirituelle :

- Traits Caractéristiques des Nœuds :

Ces nœuds ne doivent pas être coupés ou percés mais défaits et transcendés. C'est un déploiement qui amène révélation ou illumination aboutissant à l'éveil de l'âme.

On ne doit pas essayer d'acquérir ces conditions de nœuds différents par la force de concentration. Shri Ram Chandraji remarque : « Les visions mentales Extra-ordinaires arriveront, et seront vues sans aucun doute, mais puisqu'elles ont résulté de l'exercice du pouvoir de la pensée elles serviront seulement d'asservissement pour nous garder pris au piège si fermement qu'il nous sera presque impossible de nous en extraire. » Cela veut dire « si nous essayons d'acquérir ces conditions en exerçant la force de la pensée ce sera artificiel et non vrai et authentique. » La transcendance de ces nœuds devrait être observée naturellement. Si la pensée même est contrainte à l'action, le résultat désiré est difficile à atteindre.

À chaque nœud la condition change. La condition devient plus légère et plus fine à des niveaux plus hauts d'avancement.

Le processus de fusion est suivi par l'identification qui est répété à chaque nœud pour avoir la vraie connaissance du nœud à chaque niveau. Lorsque l'identification est établie, un *Abhyasi* sécurise la connaissance à ce niveau. Cette identification, aussi, n'est pas la phase finale de la condition. L'identification fusionne aussi dans un état plus fin, lequel peut être appelé *sayujyata* (c. à d. proche conformité). Shri Ram Chandraji dit : « Lorsque cela a été atteint, alors seule la connaissance gagnée peut être jugée complète. »

Une sorte particulière de voix ou de son est aussi entendue à chaque nœud. « Plus haut est le nœud, plus doux est le son. Il est plus fort dans le pinda – sphère Matérielle – mais il devient plus doux alors que nous montons plus haut. »

Il y a aussi un trait commun à chaque nœud que la connaissance a acquise à ces niveaux, infuse un grand désir pour la Réalité chez le pratiquant. Il intensifie le désir pour la quête de la Réalité. S'il n'y a pas de grand désir c. à d. si un *Abhyasi* ne désire pas fortement la Réalité, s'il ne s'intéresse qu'à la performance des miracles, cela bloque réellement le progrès sur le chemin de l'éveil spirituel.

Ces treize nœuds sont les nœuds majeurs et les nœuds mineurs sont innombrables et l'analyse de leur différence avec des mots est extrêmement difficile.

Même après avoir obtenu la fusion dans le treizième nœud et s'être identifié à lui, l'état final de progrès sur le chemin de sadhana n'est pas encore achevé. Ces treize nœuds dépeignent les niveaux de connaissance, et au-delà se trouve la région que l'on peut décrire comme le stade d' 'inconnaissance'.

Shri Ram Chandraji explique que *Jnana*, au sens réel, renvoie à la condition d'esprit intérieure qu'un *Abhyasi* développe durant le cours de sa démarche, tout en passant à travers différents états spirituels à différents nœuds ou *Granthis*. La connaissance, en fait, est la réalisation de la condition dominante à chaque nœud, maintenant puisque les nœuds sont innombrables ; la connaissance acquise est aussi différente, selon le niveau d'approche d'un *Abhyasi*. Ainsi, il est absurde d'appeler un *Jnani* sans définir son niveau d'approche ou la limite de la connaissance qu'il a réalisée. L'état réel d'illumination arrive lorsque nous entrons dans la pleine conscience de la condition de l'illumination et après avoir absorbé son effet, obtenu notre fusion en lui. Lorsque nous développons cet état et fusionnons dans sa conscience, nous arrivons à tout savoir à son sujet, et devenons ainsi *Jnani* c.-à-d. illuminés jusqu'à ce niveau.

Ainsi, à la lumière des descriptions de ces nœuds nous pouvons déterminer le niveau et l'approche d'un homme dans le champ de la connaissance. Maintenant, nous pouvons nous tourner vers le traitement de la région au-delà de la connaissance, comme décrit dans le système du Sahaj Marg.

- Ignorance Complète et connaissance :

Le système du Sahaj Marg introduit une conception audacieuse et étonnante de 'complète ignorance parfaite' et par là il met de côté la conception erronée et la fausse interprétation d'ignorance (*ajnana*) et porte à la lumière sa vraie signification. Shri Ram Chandrajī remarque : « L'ignorance est le plus haut degré de connaissance. Cela arrive à vouloir dire que nous démarrons à partir du niveau de l'ignorance et aboutissons finalement à un niveau d'ignorance plus haute (ou 'complète ignorance', comme je l'appelle). La sphère de la connaissance n'est qu'un état intermédiaire. Réellement dans la mesure où il est la sphère de la connaissance, il est toute l'ignorance au vrai sens. »

Les Upanishads parlent de marcher de l'obscurité à la lumière (*Tamaso ma jyotirgamaya*). Mais le Sahaj Marg affirme que la lumière n'est pas le but réel. « Ce n'est qu'un stade intermédiaire que nous traversons au cours de notre marche vers l'Ultime, lequel n'est ni lumière ni obscurité mais au-delà des deux. Ainsi nous partons de *Avidya* (Ignorance) et traversons *Vidya* (connaissance) jusqu'à ce qui est ni *Avidya* ni *Vidya* mais au-delà des deux. Quel mot peut donner le sens exact de ce qui est ni *Avidya* ni *Vidya* ? Y a-t-il un mot pour cela dans le vocabulaire dans le monde ? Sûrement il n'y en a pas. Comme je dis que 'l'ignorance complète' soit donc différente de son état le plus rudimentaire d'Ignorance préliminaire. »

L'Adi Guru Shri Lalaji du Sahaj Marg attribue aussi la caractéristique d'*ajnana* (ignorance) à l'âme (*Atman*) et fournit aussi des raisons en faveur de sa conception, c. à d. la phase finale de l'accomplissement dans le Sahaj Marg a été décrite comme 'Complète Ignorance' et ceci est un plus haut niveau d'atteinte que la connaissance. L'ignorance (*ajnana*) en ceci ne signifie pas absence de connaissance mais un état dans lequel la relation sujet-objet est totalement fusionnée et l'identité complète survit.

Shri Ram Chandrajī donne aussi le compte-rendu suivant pour rendre l'idée signifiée par le terme, 'Ignorance Complète' plus compréhensible. Il remarque : « L'ignorance et la connaissance sont les deux extrémités de la même chose. Dans

une certaine mesure elle est exprimée comme ignorance après cela elle se transforme en connaissance. Elles sont comme les deux pôles d'un aimant. Ainsi, *Avidya* (Ignorance) n'a pas d'existence sans *Vidya* (connaissance) ou *Vidya* sans *Avidya*. Si l'une est là l'autre doit aussi être là. Cela signifie que lorsque le voile de l'ignorance est déchiré, *Avidya* et *Vidya* sont toutes les deux parties. *Avidya* comprend la sphère entière incluse à la fois dans *Avidya* et *Vidya*. Cela est l'état de Tam, lequel est au-delà des deux. C'est au sens réel l'état de réalisation – où il n'y a ni *Avidya* ni *Vidya*. Qu'y a-t-il alors ? Aucune des deux – un état de parfaite latence, de non-connaissance, de complète inconnaissance, qui peut être approximativement dénoté comme l'état d'Ignorance, juste tel qu'il est à l'âge de la petite enfance. » Le Dr. Radhakrishnan remarque aussi, *Vidya* et *Avidya* sont deux façons d'appréhender la Réalité. Les deux sont des formes de connaissance relative et appartiennent à l'univers manifesté. »

Cette ignorance complète transcende à la fois *Vidya* et *Avidya*. L'Ultime Réalité est le but final du soi-disant processus de la connaissance. L'Upanisad Kena (I, 3) affirme une pensée similaire : « L'autre en effet, est le connu et elle est aussi au-dessus de l'inconnu. Ainsi nous avons entendu les anciens qui nous l'ont expliquée ». L'Upanisad Isa (10) affirme aussi cette pensée qu'elle est autre que *Vidya* et aussi autre que *Avidya*. Dr. Radhakrishnan explique : « Si la connaissance et l'ignorance sont toutes les deux réelles, c'est parce que la conscience d'identité et la conscience de multiplicité sont les côtés différents de la suprême conscience de soi. Le même *Brahman* est la base de manifestations sans nombre. » L'Upanisad Kena indique cet état d'Ignorance complète tel qu'il est conçu dans le Sahaj Marg.

(Je ne pense pas que je la connaisse bien et je ne pense pas non plus que je ne la connais pas. Celui qui parmi nous la connaît, ne la connaît pas et, aussi, il ne sait pas qu'il ne sait pas. A celui à qui elle n'est pas connue, à celui-là elle est connue ; à quiconque elle est connue, celui-là ne connaît pas. Ceux qui l'ont comprise, ne la comprennent pas.)

Ceci met en lumière que la Réalité ultime transcende le connu et l'inconnu. « Elle est au-dessus du connu et de l'inconnu mais elle n'est pas inconnaissable. » De cette façon le haut niveau de réalisation est l'étape de la 'complète ignorance' et la connaissance est une condition intermédiaire. Ce concept d'*Ajnana* ne devrait pas être confondu avec l'idée d'*Avidya* telle qu'elle est conçue dans l'histoire traditionnelle de la Philosophie Indienne.

L'Adi Guru clarifie cette différence en décrivant trois types de tempérament humain lequel est proche de la *citta bhumis* du Patanjala yoga.

Mudha (Stupide) : L'attention d'une telle personne ne va pas au-delà des limites du corps grossier et elles sont au niveau d'éveil (*Jagrata*) de la conscience.

Canala (Inconstant) : Les personnes de tempérament inconstant ont³² conscience du corps subtil et à côté du niveau d'éveil elles ont aussi le niveau du rêve.

Ajnani (Ignorant) : De telles personnes ont conscience du corps causal et elles apprécient aussi un profond sommeil.

En outre, pour clarifier la supériorité de l'Ignorance sur la connaissance, le système du Sahaj Marg introduit le principe 'Oublie-toi toi-même'. Généralement dans l'aspect Sadhana de la Philosophie Indienne la réalisation de soi a été l'idéal commun à accomplir. La pensée « Connais-toi toi-même » est préconisée. De ce fait, cela signifie que la connaissance de soi est la plus haute connaissance (*para vidya*). Maharsi Ramana demande aussi à ses disciples de connaître 'Qui suis-je'. Mais Shri Ram Chandrajī remarque que la vraie connaissance de l'âme ne se trouve pas dans le fait de connaître le soi mais d'oublier le soi. « Les sages disent 'Connais-toi toi-même. Mais je préfère dire : « Oublie-toi toi-même ». Il remarque aussi : « Un être humain parfait est celui qui connaît tout ce qui est présent dans la nature, ou dans tout ce qui a été fait, restant tout le temps ignorant de sa connaissance. » « La philosophie est la façon de penser, le Yoga est la façon de faire et la Réalisation est la façon de défaire. »

De cette façon l'ignorance dans le système du Sahaj Marg absorbe toute la connaissance. C'est un état de révélation après quoi *sadhaka* s'oublie lui-même et écoute la 'Voix Réelle'.

Maintenant comment un tel niveau spirituel transcendantal peut-il être atteint ? Le système du Sahaj Marg préconise qu'un homme peut atteindre tout ceci s'il suit la technique propre de pratique sous la guidance compétente du Maître. Le processus de transmission fournit une grande aide à un *Abhyasi* en déployant les nœuds de la connaissance et en transcendant les couches autour de l'âme. Swami Vivekananda insiste aussi : « Il n'y a rien de plus haut et de plus saint que la connaissance qui arrive à l'âme transmise par un enseignant spirituel. »

Donc, la connaissance dans son sens réel transcende la relation sujet-objet. Si le but est d'avoir la vraie connaissance on doit chercher l'abri d'un guide ou d'un Guru compétent. Le système du Sahaj Marg interprète l' 'Ignorance' comme un niveau plus haut de réalisation que la soi-disant connaissance. Shri Ram Chandrajī a décrit cet état comme l'état de 'complète Ignorance'. C'est le niveau de 'Tam', lequel est au-delà de la lumière et de l'obscurité, *Vidya* et *Avidya* et est le lieu final de repos de l'aspirant engagé dans des poursuites spirituels. Là dessus la révélation des secrets spirituels est automatique et naturelle.

CONSTITUTION de l'HOMME (Psychologie)

La Philosophie indienne contient un grand nombre de théories concernant la constitution de la personnalité humaine par ex. la théorie des Upanisads des trois corps et des cinq enveloppes, l'analyse Samkhya des vingt-cinq éléments : le *Panchikarana* processus de Sankara, *Atmavada* de l'Hindouisme, *Anatmavada* du Bouddhisme, et *Dehatmavada* de Caravaka. Ils fournissent de nombreuses conceptions et visions de l'homme et de sa personnalité dans l'histoire de la Philosophie Indienne. Mais l'être et le devenir de l'homme est toujours un problème déroutant pour l'homme lui-même. L'Upanisad Katha (I, iii, 3-4) donne une description figurative de l'homme.

Connais le soi comme le Seigneur du Chariot (*Rathinam*). Connais l'intellect comme le conducteur du chariot et l'esprit comme, les rênes. Les sentiments, disent-ils, sont les chevaux ; les objets du sentiment le chemin (elles ont une portée) .

Le Soi associé au corps, aux sentiments et à l'esprit – les hommes sages le déclarent – est celui qui apprécie.)

Dans l'Upanisad Maitri l'âme incarnée a aussi été décrite comme le maître du chariot (*rathinah*). Dr. Radhakrishnan remarque que « la conception du yoga dérivé de la racine 'yug', unir, atteler, joindre est connecté avec le symbolisme du chariot et de l'équipe. Le yoga est le contrôle complet des différents éléments de notre nature, psychiques et physiques et l'attelage de ceux-ci pour la fin la plus haute. » De ce fait, le yoga sadhana est un processus qui consiste à atteler les facultés les plus basses des sens etc., aux plus hautes et pour finalement réaliser

‘une complète unité avec Dieu’. Il n’y a pas de limites aux désirs de l’homme parce que « Quoi qu’un homme atteigne, il souhaite aller au-delà. S’il atteint le ciel il souhaite aller au-delà. S’il arrive à atteindre le monde (céleste), il aimerait aller au-delà. »

Maharishi Ramona conseille de connaître : ‘Qui suis-je ? Swami Ram Tirth demande de méditer sur ‘So ‘ham’ (Je suis cela). Ils traitent de la réalisation de Soi comme la réalisation de Dieu. Le système du Sahaj Marg propose qu’au moins ce qui est bien certain c’est que « notre existence dans la forme présente la plus grossière n’est ni soudaine ni accidentelle mais est le résultat d’un lent processus d’évolution. »

Le système du Sahaj Marg, tel que nous l’avons vu conçoit l’Ultime Réalité comme le Centre, lequel est la base de la création des nombreux objets du monde. La première stimulation, qui a conduit à être la cause de la création, a donné naissance aux vibrations. Ces vibrations, lentement et lentement, au cours voulu du temps, ont assumé la grossièreté. Shri Ram Chandrajī décrit ces vibrations comme des couches, qui enveloppaient la Réalité comme le ver à soie dans le cocon. Ces couches avancent de la subtilité à la grossièreté. Il est très difficile d’énumérer le nombre de ces couches parce qu’elles sont innombrables. Shri Ram Chandrajī donne les grandes lignes de la forme des trois régions – la Région Centrale, la Région de l’Esprit et la Région du Cœur. Ces trois Régions aussi sont en outre sous divisées en cercles qui dépeignent les étapes de l’évolution et un *Abhyasi* doit passer ces étapes pendant le cours de son élévation spirituelle.

- Aspects de l’homme dans le Sahaj Marg :

Il y a deux aspects de l’homme – l’homme apparent et l’homme réel. Apparemment l’homme est un organisme physique constitué de cinq éléments grossiers et se constituant de différents membres et organes du corps et l’homme réel est identique à Dieu. Essentiellement il n’y a pas de différence entre Dieu et l’homme. L’homme apparent rencontre sa fin après la mort mais l’homme réel continue son existence sous sa forme subtile. Shri Ishwar Sahai remarque que l’homme sous cette forme subtile « peut aussi ne pas être l’homme réel, car, bien que soulagé des couches les plus grossières du corps physique, il est encore enveloppé dans de nombreuses autres couches de moindre et moindre grossièreté. Ainsi afin de tracer l’homme réel, on doit aller loin en arrière, au-delà de toutes ces couches de la plus grossière à la plus subtile. » Il clarifie aussi que l’homme

réel est un être extrêmement fin et subtil. Ce qui peut être appelé âme ou esprit pour l'amour de la compréhension et l'âme qui quitte le corps après la mort n'est pas l'homme réel parce que bien que soulagé de sa couche la plus grossière il est encore engouffré dans de nombreuses couches plus subtiles de *samskaras*, Maya et Ego. S.C. Sen dit aussi que l'homme a une nature spirituelle (*adhyatmika*) aussi bien que matérielle (*bhautika*). Dans sa nature spirituelle il est un avec *Brahman*. Il est *satchit-ananda*, comme tel ne connaît ni la mort ni la naissance. Il est la réalité la plus constante qui se tient derrière tous les changements de phénomène. Mais sa nature *atmic* est engouffrée dans un habitat matériel qui le fait partager la nature de la matière et le rend soumis à la mort, à la naissance et à la souffrance.

Dr. S. P. Srivastata indique trois approches à la personnalité humaine – (i) Vue du Masque, qui traite de l'être humain en termes d'apparence extérieure ; (ii) la vue de l'Essence, qui traite de l'homme en terme de sa nature intérieure (essentielle) ; et (iii) l'approche organique et dynamique qui résulte des essais d'amener une synthèse des deux approches mentionnées ci dessus. Il dit aussi, « L'approche de la Psychologie Indienne prédomine dans la troisième vue avec les modifications à la lumière des niveaux de conscience ; et l'existence qui forme le fait fondateur pour le Psychologue Indien.

La vue du Masque et la vue de l'essence ne semblent pas s'être développées ou mises en valeur séparément. Celles-ci sont traitées comme simultanées l'une avec l'autre et complémentaires l'une l'autre. Même l'organisation dynamique, que l'on prend pour être le soi – à un niveau plus grossier de conscience et d'existence, qui court parallèle l'une à l'autre, devient un masque ou un voile pour une plus subtile et pourtant plus puissante forme du soi à un niveau plus fin. Et ainsi la quête pour le centre de la circonférence progresse et progresse. »

- La Théorie des Trois-corps :

Le système du Sahaj Marg présente une vue synthétique de la personnalité humaine grossièrement proche de la vue organique dynamique, mentionnée au-dessus. Selon la théorie du Sahaj Marg, il peut y avoir trois niveaux d'aspect d'être de l'homme :

(i) L'homme apparent - comme dans son apparence physique extérieure,

(ii) L'homme réel subtil - celui qui survit après la mort enveloppé de la couche subtile, et

(iii) L'homme réel : l'homme comme identique à Dieu.

Ici les vues du masque et de l'essence de la personnalité humaine se distinguent bien que prenant les trois aspects ou niveaux comme constitutifs d'une seule unité d'existence, on doit insister sur l'approche organique dynamique. L'analyse du Sahaj Marg est tout à fait comme celle de K.C. Bhattacharya, qui indique trois niveaux de soi (sujet) c.-à-d. corporel, psychique et spirituel. Nous pouvons brièvement étudier le traitement de ces trois niveaux de l'existence humaine dans le Sahaj Marg, et aussi le comparer avec celui de la vue donnée dans la Philosophie des Upanisads :

L'homme apparent : Celui-ci est constitué du corps grossier d'un individu. Garbhopenisad au commencement même dans le tout premier verset (*sloka*) souligne : « (Quel est) le caractère des cinq (éléments), qu'est-ce qui est continuellement engagé dans les cinq (fonctions), qu'est-ce qui rétablit les six (sortes de nourriture savoureuse, se tenant comme elle le fait en besoin d'aliment semi-liquide pour sa substance) qu'est-ce qui s'abrite dans six qualités intimement reliées entre elles (qui ne conduisent pas au bien-être), que contient les sept *Dhatus* (humours primaires), qu'est-ce qui est fourni avec les trois Yonis (réceptacles excréteurs) et qu'est-ce qui est construit du corps. » Ce corps est de quatre sortes – *Jarayuja*, *Svedaja*, *Andaja* et *Udbhijja*.

L'Adi Guru du système du Sahaj Marg dit que l'homme apparent est le corps grossier, lequel est constitué de cinq substances grossières c.-à-d. (a) éther (*akassa*), (b) air (*Vahu*),

(c) feu (*agni*), (d) eau (*jala*), et (e) terre (*Prthvi*). Le cœur est la source régulatrice à ce niveau. C'est le cœur qui vitalise son fonctionnement et l'anime avec énergie pour accomplir l'action.

L'homme réel subtil : est le corps subtil d'un homme qui est constitué de cinq éléments subtils c.-à-d. (a) son (*sabda*), (b) toucher (*sparsa*), (c) forme (*rupa*), (d) goût (*svada*), et (e) odorat (*gandha*). Ceci est l'être intérieur qui a été décrit comme *Jivatman* par Sri Aurobindo. Ce *Jivatman* est la particule de *Saccidananda*. Il est Centre de l'Esprit dans le Cosmos. Il y a d'innombrables centres de l'Esprit dans le cosmos, comme *Jivatman* sont innombrables en nombre. Il est notre vrai être, le soi Suprême en nous. Le *Jivatman* est la part du Divin, une portion de *Paramatman* et est transcendant à l'individualité. Dans le

Sahaj Marg l'agence gouvernante à ce niveau est l'esprit. C'est l'esprit et sa force de pensée qui travaille en association avec les *samaskaras*.

La *Jiva* : dérivée de la racine '*Jiv*', le mot *Jiva* littéralement signifie 'ce qui respire'. Sahaj Marg Sadhana comme la tradition de la pensée Védique propose que *Jiva* n'est rien qu'*atman*. Le Adi Guru dit que quand *atman* a le désir de vivre il est appelé *Jiva* ou plus largement, ce qui a le désir de vivre est *Jiva*. Toutes les existences incarnées sont *Jiva*.

Jiva de l'être humain est une existence animée.

Jiva est *atman* aussi bien que *Brahman*. *Jiva* est l'âme individuelle ou personnelle enchâssée dans le corps humain. Ceci est appelé *Jivatman* comme opposé à *Paramatman*, l'Âme Suprême. Les principes à la fois de *atman* et *Brahman* travaillent dans *Jiva*, parce que c'est *Brahman* ou *atman* imagés et encagés dans un cadre physique. Il intègre leurs attributs. Pour cette raison même *Jiva* a le mouvement et ce mouvement est celui de grandir aussi bien que celui de penser. De ce fait *Jiva* est *atman* incarné. 'Etant soumis au corps, sa vision ne va pas à l'intérieur et il voit l'extérieur ce qui cause l'illusion. Il est celui qui se réjouit (*bhoktr*) et celui qui fait (*kartr*).

Jiva est particulièrement relié au cœur. Celui-ci est le seul très proche de la Réalité dont un homme est conscient. S'il n'y a pas de cœur, il n'y a pas de *Jiva*. Mais le cœur n'est pas *Jiva*.

Jiva est réellement le nom attribué à l'état réuni des trois existences c. -à - d. *Atman* (âme), *Mana* (cœur) et *Sarira* (corps). Ainsi *Jiva* est la condition associée de l'âme, du cœur et du corps.

Ce *Jiva* a trois formes : (i) *Visva-Jiva* associé avec le corps grossier et celui-ci est terrestre, (ii) *Taijasa-Jiva* associé au corps subtil et (iii) *Prajna-Jiva* associé au corps causal.

(iii) L'Homme Réel : est le corps causal et selon l'Adi Guru est constitué des cinq formes causales des cinq éléments subtils. À ce niveau un homme reçoit la vitalité du Centre. On assume l'identité avec Dieu. À ce niveau la personne humaine est le *atman*.

Atman est une Réalité proche de *Brahman*. On a accordé une grande importance dans la mesure où la réalisation est concernée. Souvent *atman* est utilisé comme terme équivalent de *Brahman*. Les érudits occidentaux ont identifié *atman* à 'Etmen' et 'Oedm' signifiant 'Respiration' ou 'respiration de la vie'.

Shankara trace l'origine du mot *atman* à la racine 'at', qui signifie 'obtenir' ou 'pénétrer tout'. De ce fait *atman* est ce qui 'est obtenu' ou qui pénètre tout.

L'Adi Guru du Sahaj Marg *Sadhana* analyse le mot *atman* comme constitué de deux racines 'at', aller ou bouger constamment et 'man, penser. Ainsi 'at-man' signifie avancer en réfléchissant ou disons, réfléchir en avançant. Ce qui réfléchit et bouge est *atman*.

Il remarque aussi que cet *atman* a aussi trois corps – causal (*karana*), subtil (*sukhma*) et grossier (*sthula*). Comme *atman*, le corps causal (*karana sarira*), est la semence et ce corps causal d'*atman* comme manifesté dans le cœur est le corps subtil (*sukhma sarira*). Puisque le corps subtil existe dans le cœur, il est dit que *atman* doit être réalisé dans la grotte (*Guha*) du cœur. C'est aussi ce que Lord Krishna dit à Arjun dans la Gita (18, 61) : « O Arjuna le Dieu grossiers, le corps subtil est fait d'éléments subtils, et le corps causal est constitué de la forme de la semence des éléments mentionnés ci-dessus. Ces trois corps arrivent à l'existence à partir de la synthèse et de l'organisation de ces éléments. Il y a eu un tas de discussion sur ces trois corps. Mais réellement *atman* est le corps causal. Le corps, le cœur et l'âme sont respectivement le corps grossier, subtil et causal et ils sont après tout des corps. Le corps grossier a le mouvement caractéristique des sentiments d'action (*karmendriyas*) et des sentiments de connaissance (*jnanendriyas*). Le corps subtil reste engagé dans le mouvement de réflexion des sentiments subtils d'action et de connaissance. Il avait à la fois le mouvement et le repos (paisible). Le corps causal a le repos parfait et apprécie la paix, qui est aussi connu comme le bonheur (*ânanda*). De cette façon *atman* aussi n'est pas dénué d'action (*karma*). Ainsi selon la conception du Sahaj Marg *atman* est le corps causal et est aussi soumis à l'action.

- *Atman* et Ignorance (*ajnana*) :

Sahaj Marg *Sadhana* attribue la qualité d'ignorance à *atman*, puisque *atman* est un composé ou un mélange dans sa forme causale comme une graine de toutes les manifestations. Les gens ont conçu *atman* selon leur capacité de compréhension. L'Adi Guru du système sous référence aussi fournit des raisons pour lesquelles les gens ont eu peur d'attribuer la caractéristique d'ignorance à *atman*. Il y a eu de nombreux savants, méditants, voyants, sages, prophètes et saints, mais personne n'a dit que *atman* (Âme) est ignorant (*ajnani*) à cause des raisons suivantes. (i) Ils craignaient la mort en laissant les vieilles coutumes

traditionnelles. (ii) Ils craignaient et de plus n'aimaient pas être diffamés. *Ils* se maintenaient confinés aux limites de la religion ou de la secte dans laquelle leur vie spirituelle aussi bien que mondaine de la communauté, parce que c'était regardé comme un grand péché pour eux d'aller contre les réflexions et les théories traditionnellement proposées. (iii) Ils ont simplement fait allusion à ce fait de l'ignorance à propos d'*atman* et en ont parlé, mais d'une façon cachée et indirecte, que *atman* est une Réalité limitée mise en cage dans la structure physique du corps. Personne n'a levé le voile et révélé la vérité. (iv) En outre, ils introduisent des pratiques et des méditations telles que le cœur peut lui-même s'éveiller, et on pensait que les gens comprendraient eux-mêmes la vérité. Avec une telle organisation la vérité n'était pas clairement expliquée et l'expression était gardée cachée dans des allusions, des proverbes ou des hymnes.

Généralement ignorance (*ajnana*) signifie 'ne pas savoir' mais le Adi Guru dit que, celui qui essaie de comprendre l'implication de l'ignorance, est ignorant. En outre, il clarifie aussi que l'ignorance (*ajnana*) signifie vraiment 'absence de connaissance ou de compréhension'. L'ignorant *atman* a définitivement la connaissance mais n'en est pas conscient. Dans *atman* elle reste cachée comme l'arbre reste caché dans la *graine*. Cela veut dire que l'ignorant *atman* a la connaissance mais en reste inconscient. La connaissance signifie réflexion, compréhension, discrimination et toutes celles-ci sont les affaires du cœur.

- Oublie-toi, toi-même :

Le Sahaj Marg *Sadhana* préconise 'oublie-toi, toi-même au lieu de 'connais-toi, toi-même' (*atmanam viddhi*). Ceci clarifie aussi que la non connaissance au lieu de l'état d'oubli est requise pour sa réalisation.

La Sahaj Marg *Sadhana* attribue l'ignorance à *atman*, ce qui implique l'absence même de la réalisation.

La connaissance réelle d'*atman* vient lorsque même la conscience d'*atman* est perdue.

Ainsi, le Sahaj Marg admet aussi la théorie des trois corps avec ses éléments constituants ; mais la description de ces corps diffère de la vision traditionnelle. Il dit qu'il y a trois cercles – (i) le cercle du corps grossier qui est couvert d'obscurité (*andhakara*) ; (ii) le cercle du corps causal qui est plein de lumière ; et (iii) le cercle du corps subtil qui a à la fois lumière et obscurité et celui-ci se trouve au milieu des cercles du corps grossier et du corps causal.

Ces trois cercles représentent les trois champs et ont trois principes gouverneurs – le corps causal est gouverné par le centre, le corps subtil est activé par l'esprit et le corps grossier est régulé par le cœur.

En se référant à cette théorie des trois corps de l'existence humaine Shri Ram Chandraji est d'avis que la forme extrême est le corps grossier (*sthula sarira*) derrière laquelle existent le corps astral (*sukhma sarira*) et le corps causal (*karana sarira*). À côté de ces trois formes extérieures, il y en a d'innombrables autres qui sont si fines et si subtiles que les penseurs ne les appellent pas comme des corps, mais seulement comme les fines couches autour de l'âme. Il est très difficile de mettre un nom sur chacune d'elles qui peuvent être innombrables. Avec toutes ces innombrables formes, de la plus fine à la plus grossière, l'homme est en existence dans le monde matériel comme une vraie copie de l'univers ou l'entière manifestation de Dieu représentée par un cercle complet de la circonférence extrême au centre le plus intérieur ou zéro. De cette façon la théorie des trois corps a reçu une interprétation précise et très plausible dans le système de la pratique spirituelle du Sahaj Marg et elle met de côté les notions brumeuses et confuses rassemblées autour de ces concepts.

La Conception des Cinq Enveloppes et le Sahaj Marg :

La philosophie des Upanisads traite de la personnalité humaine telle qu'elle est analysée dans les cinq couches ou enveloppes (*kosas*) c'est-à-dire :

l'enveloppe de la nourriture (*annamaya kosa*),

l'enveloppe de la vitalité (*pranamaya kosa*),

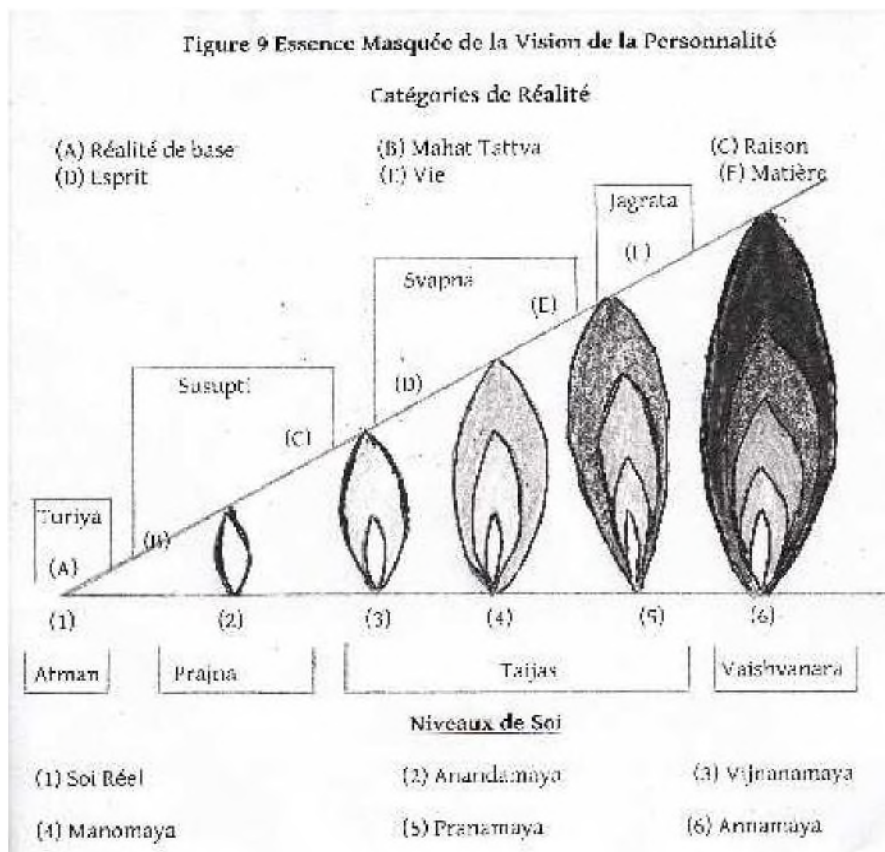
l'enveloppe de l'esprit (*manomaya kosa*),

l'enveloppe de la conscience (*vijnanamaya kosa*),

l'enveloppe de la béatitude (*anandamaya kosa*).

S.C. Sen dit que « ces cinq kosas sont arrangées les unes dans les autres comme des cercles concentriques, l'âme de la *Jiva* étant au centre de toutes. L'*anandamaya* est la plus intérieure et l'*annamaya* est la coquille extrême tandis que les trois autres *kosas*, c.-à-d. la *Vijnanamaya*, *Manomaya* et *Pranamaya* s'interposent entre elles.

Dr. S. P. Srivasta donne une illustration de ces cinq *kosas* (enveloppes) dans un diagramme et ainsi il explique les niveaux de conscience et les catégories de Réalité comme dans la Figure No. 9 :



Ceci explique la simultanéité du masque et de la vision de l'essence dans la philosophie des Upanisads. Dr. S.P. Srivastava remarque : « ... la synthèse du masque et de la vision de l'essence dans les Upanisads est destinée à mettre l'accent sur l'unité organique de la personnalité humaine fonctionnant à divers niveaux de conscience. »

Le Sahaj Marg préconise une remarquable approche de la conception des Upanisads des cinq enveloppes (*kosas*). Shri Ram Chandraji dit qu'il y a vingt-trois enveloppes ou couches autour de l'âme qui peut être décrite sous la forme de cercles concentriques. Ces vingt-trois cercles sont divisés en trois régions – (i) Région Centrale, (ii) Région de l'Esprit et (iii) Région du Cœur (comme montré dans la figure 15).

De cette façon le Sahaj Marg décrit la pensée des Upanisads des cinq enveloppes sous la forme de cercles concentriques autour du centre. Ces cercles à partir du centre le cercle extrême transmettent la pensée de la grossièreté croissante.

Shri Ram Chandraji dit : « La liberté complète de ces *kosas* est une caractéristique de la réalisation et cela est possible dans le temps de vie d'un homme aussi. Toutes ces choses viendront au cours de la sadhana ou pratique, si

l'on reste fermement accroché à son objectif ou son but final. Ce serait une plus grande bétise d'appliquer son effort à détruire ces enveloppes parce que dans ce cas on s'écarterait du but réel. » Ainsi ces enveloppes ou couches ne doivent pas être détruites mais transcendées pour un plus grand progrès en *sadhana*.

Dr. K. C. Varadachari remarque que le Sahaj Marg *sadhana* a fait une 'étonnante investigation' dans la psychologie du Yoga par sa conception des couches sous la forme de cercles ou d'anneaux concentriques. Il dit aussi que Shri Ram Chandrajii de ce fait « révèle que toute création est de l'Esprit (*Manas*), qui est le premier Mouvement de la Réalité. Ce *Manas* Primitif radiant en vibration de ce Centre ou Réalité a créé des cercles concentriques. »

Constitution de l'Homme :

Le Centre est l'Ultime Réalité et la Région Centrale est la région divine (*isvariya desa*). Le devenir de l'homme commence à partir du cercle extrême de la région centrale. Il est vrai que l'homme doit son origine au Centre mais des couches jusqu'à sept cercles sont très subtiles et elles sont des anneaux de splendeur divins ou célestes. « Comme une araignée se déplace le long du fil, comme de petites étincelles sortent du feu, de même de ce Soi sortent toutes les respirations (*pranah*), tous les mondes, toutes les divinités, tous les êtres. Sa signification secrète est la vérité de la vérité. Les respirations vitales sont la vérité et la vérité est CELA.

Ce Centre est l'Ultime Vérité. « Ceci est la vérité. Comme d'un feu flamboyant des étincelles de même forme jaillissent par milliers, de même, O bien aimé, de nombreuses sortes d'êtres jaillissent de l'immuable et elles retournent de là au Divin et sans forme est la personne. Il est dehors et dedans, à venir, sans respiration et sans esprit, pur et plus grand que le plus grand immuable.

L'Upanisad Mundaka dit : « De Lui sortent les sept respirations de la vie, les sept flammes, leur combustible, et les sept oblations. Ces sept mondes dans lesquels se déplacent les respirations de la vie, sept et sept qui demeurent dans la place secrète. »

Pour des buts pratiques, la constitution de l'être individuel dans le Sahaj Marg a été analysée sous deux aspects l'Esprit et le Cœur. Ils dénotent respectivement les sphères psychiques et physiques. La nature de l'Esprit et du Cœur est déterminée par la distance de leur position par rapport au Centre.

L'Esprit représente les propriétés mentales intérieures et le Cœur représente la constitution physique extérieure de l'homme. Le Sahaj Marg par ces deux régions dépeint l'image totale de la construction psycho-physique de l'existence d'un homme sur terre. De ce fait, la composition de l'homme a deux pôles – le cercle le plus intérieur représentant la modification mentale et les activités psychiques et le cercle le plus extérieur du corps grossier. –

Le premier pôle est l'esprit et le second est la matière.

De cette façon l'esprit et la matière ne sont pas des catégories différentes mais deux niveaux d'un seul processus. On peut parler de celui-ci comme de la vision dynamique organismique de l'homme.

Swami Vivekananda donne une bonne explication de la relation entre la matière et l'esprit. Il dit : « Maintenant ce que nous appelons matière et esprit sont une et même substance. La seule différence est dans le degré de vibration. L'esprit à un très bas niveau de vibration est ce qui est connu comme matière. La matière à un haut niveau de vibration est ce qui est connu comme esprit. Tous deux sont la même substance ; et donc comme la matière est liée par le temps, l'espace et la causalité ; l'esprit, qui est une matière à un haut niveau de vibration est lié par la même loi.

De ce fait le monde extérieur est grossier et le monde intérieur est plus subtil et le plus fin.

L'Esprit et le Cœur sont les deux principaux fonctionnaires qui suscitent l'existence de l'homme. L'esprit gouverne l'aspect psychique et le cœur régule le fonctionnement physiologique du corps. L'esprit est le *Ksetrajna* et le cœur est le *Ksetra*. Shri Ram Chandrajii dit : « Le cœur est le champ pour l'action de l'esprit. L'esprit est toujours tel qu'il est. C'est le cœur qui, comme le champ pour l'action de l'esprit, doit être rectifié. »

De cette façon selon le Sahaj Marg il y a trois principaux principes gouverneurs de l'existence humaine c.-à-d. Centre, Esprit et Cœur. Le centre gouverne le corps causal, l'esprit domine le corps subtil et le cœur régule le cœur grossier. *Ils* sont trois manifestations successives. *Ils* sont réellement un. La différence se trouve dans le degré.

Comme Swami Vivekananda le dit : « Juste comme dans un torrent vif il y a des tourbillons l'eau et chacun d'eux est différent à chaque instant, tournant sur lui-même pendant quelques secondes et ensuite disparaissant, remplacée par un nouveau. De même tout l'univers est une seule matière changeant constamment

dans laquelle toutes les formes d'existence sont aussi nombreuses que les tourbillons. »

Le système du Sahaj Marg maintient que le processus d'évolution se dégage du Premier Mouvement et la pensée latente dans le Centre se transforme en manifestation

Ce Premier Mouvement est le Premier Esprit et l'esprit de l'homme est aussi le même.

Ainsi, le cercle le plus intérieur de l'univers est l'Esprit.

Comme le dit Shri Ram Chandraji « le centre le plus intérieur de l'existence de l'homme et celui de la manifestation de Dieu est réellement le même comme la réalisation du Soi et vice versa. L'Univers entier est arrivé à l'existence à partir du même point, le zéro, à travers le processus de l'évolution. De façon similaire, l'existence de l'homme s'est aussi développée à partir du même point. » Il dit aussi : « La conscience de l'individualité était la première couche dans la composition de l'homme. D'autres additions continuaient les unes après les autres. L'égoïsme a commencé à se développer et à ultimement assumer une forme plus grossière. Le travail de l'esprit des sens et des facultés ont commencé à apporter leur part de grossièreté. L'action du corps et de l'esprit ont conduit à la formation de *Samskaras*. Finalement maintenant l'homme existe dans la forme la plus grossière consistant en un corps grossier extérieur et en des corps et des couches intérieures plus fines. » De cette façon la constitution de l'homme est semblable à celle de l'univers. Juste comme derrière ce solide univers extérieur il y en a d'autres innombrables de type plus fin et toujours plus fin. De même, derrière cette forme physique grossière d'un homme il y a de nombreuses formes d'existence plus fines et toujours plus fines.

Shri Ram Chandraji donne une bonne explication de *Jiva* (l'âme individuelle) et souligne l'immanent chaperonage de *Brahman* dans *Jiva*.

Selon lui à l'origine Brahman et l'âme individuelle (*Jiva*) sont un.

« *Jiva*, l'âme individuelle, devient compétente pour son être quand elle assume l'individualité, et qu'elle devient la base de son existence.

À l'origine, *Jiva* et *Brahman* étaient tout à fait proche l'un de l'autre, et c'est seulement l'individualité de *Jiva*, qui a affecté une différence entre les deux.

Maintenant *Jiva*, en tant qu'âme, liée à l'intérieur de l'ego ou de l'individualité est arrivée à l'existence. La sphère, dans laquelle elle était, a ⁴⁵aussi commencé à jeter son effet sur elle. Diverses couleurs, une après l'autre ont commencé à s'y installer et, pas à pas, l'ego a commencé à se développer et à devenir plus épais et plus dense. Des sentiments, des émotions et des désirs ont commencé à offrir leur propre apport à sa grossièreté.

Ainsi *Jiva* comme un oiseau doré, s'est retrouvé complètement enfermé dans la cage de fer du corps. Tout ceci a résulté de l'effet d'actions et de contre réactions de pensées, d'émotions, de sentiments et de désirs (dans la zone de l'ego), ce qui a continué à ajouter à la capacité.

Ceci est en bref toute l'histoire de *Jiva*. »

La constitution de l'homme a continué à rester une énigme et de nombreuses tentatives ont été faites afin de résoudre la solution et en conséquence il y a diverses théories par ex. la théorie des trois corps, la théorie des cinq enveloppes, quatre niveaux de conscience etc. La mention de *Brahman*, *Atman*, *Jiva*, *samskaras*, *bandhana*, et *ajnana* sont les nombreux concepts qui dépeignent les divers aspects ou plutôt les niveaux de la personnalité humaine. La description de la constitution de l'homme dans le système du Sahaj Marg démêle et aborde l'implication inhérente de notions et de concepts jusque là utilisés. Maintenant les chapitres qui vont suivre traiteront davantage des implications inhérentes. Ainsi il sera plus facile de saisir la constitution de l'homme de façon cohérente et utile pour le but de la pratique spirituelle.

PRATIQUE DU SAHAJ MARG

8. Le But de la Pratique Spirituelle
9. La Technique et la Méthode (Rôle de l'Aspirant)
10. La Technique et la Méthode (Rôle du Guide)
11. Stages de Progrès sur le Chemin
12. Sahaj Marg et Autres Systèmes de Yoga

8. Le But de la Pratique Spirituelle

Dans toute forme de pratique spirituelle (*sadhana*), la conscience du but ou de l'idéal (*sadhya*) est essentielle. « La reconnaissance de la destinations fait du voyageur sur le chemin de la vie un pèlerin au lieu d'un vagabond. » La conscience du but non seulement dépeint l'image de l'idéal à accomplir mais aussi canalise nos efforts, et apporte de la précision dans la pratique. De plus, elle aide aussi dans le choix des moyens et dans le tri des ressources afin d'accomplir l'idéal visé : « Si nos yeux ne sont pas fixés sur le but et si nous continuons à réaliser l'adoration, notre condition ressemblera à celle d'un voyageur qui continue à monter dans tous les trains sans savoir où descendre. Le chemin du progrès spirituel ne devient visible que lorsque l'on est conscient du but ou de la gare que l'on veut atteindre. » La philosophie indienne a tout le temps été 'calculée'. Elle n'a pas été engagée dans les conceptions supranaturelles mystifiées vêtues d'une forme de théories stériles. Elle révèle ce qui est caché et tronqué derrière les scènes fascinantes de gratification matérielle et d'assouvissement physique du désir et des impulsions. La philosophie indienne a démêlé les secrets de l'existence humaine et de son but. Les gens sont enclins à oublier ce que Bouddha a prêché dans sa Première Noble Vérité, c.-à-d. que la vie est une vallée de souffrances et de misères (*sarvam duhkham*). Ils ignorent ce que Lord Rama a dit de ce monde tragique dans le Yoga Vasistha. Tout le monde a aspiré à se libérer du bonheur et du malheur de l'existence humaine. Pour ce but même de nombreux idéaux par diverses écoles de pensée sont arrivés à la lumière, c.-à-d. la réalisation de Dieu (*Brahmasaksatkara*), état d'Équilibre (*Sthitaprajna*), le quatrième niveau de conscience (*Turiyavastha*), idéal de liberté, éradication de la souffrance, auto-suffisance, perfection etc. Nous pouvons le dire de n'importe quelle façon, le but ou l'idéal, doivent être suprêmes et très grands de sorte que le progrès puisse être aussi très grand. Si l'on choisit un idéal moyen, la réalisation est destinée à être restreint à cette limite. « Les buts et les objets conçus en termes de fins terrestres sont presque absurdes. Nous oublions que les douleurs et les souffrances ne sont que les symptômes d'une maladie, mais la maladie se trouve ailleurs. Pratiquer la dévotion pour plaire à Dieu afin d'obtenir des comforts ou des gains mondains n'est que moquerie. Le problème devant nous n'est pas simplement de nous libérer de la peine et de la souffrance mais de la liberté de l'esclavage, ce qui est la cause Ultime de la peine et de la souffrance. » Le Sahaj Marg *sadhana* conseille que « le but doit être le plus haut, autrement le progrès jusqu'à la limite la plus haute est douteux. »

Les Idéaux de la Pratique du Yoga:

Avant de discuter de l'idéal ultime tel qu'il est conçu dans le Sahaj Marg tournons-nous vers l'idéal visé par les différentes écoles de pratique du yoga (*sadhana*) dans la Philosophie Indienne. Les idéaux de yoga suivants surtout valent la peine d'être mentionnés :

Idéal de la Réalisation (*Saksatkara*)

Accomplissement du pouvoir supra humain. (*Siddhi*).

État Équilibré. (*Samatva*)

Quatrième Niveau de Conscience (*Turiyavastha*)

Concentration (*samadhi*)

Idéal de Réalisation (*Saksatkara*)

L'idéal de Réalisation de Dieu (*Brahma-Saksatkara*) aussi connu comme Réalisation de Soi (*Atma-Saksatkara*) a été proclamé être le but des efforts humains particulièrement en Inde. L'état de *Brahmanistha* (celui établi dans Brahman), a été décrit comme l'état transcendantal (*parama pada*) où un *sadhaka* abandonne l'esclavage et réalise la Perfection. Celui qui réalise cet état est aussi appelé *Brahmavetta*, *Brahmajna* ou *Brahmibhuta*. Yajnavalkya (Brh. III) proclame et s'avère être lui-même le supérieur très *Brahmavetta* (connaisseur de *Brahman*). De cette façon Brahman a été l'idéal de la pratique spirituelle (*Sadhana*) et la 3^e même pensée a été décrite de façon figurative dans l'Upanisad Mundaka (II, 2, 4):

(La syllabe (Pranava) est l'arc, et nous-mêmes en effet, sommes la flèche. On dit de *Brahman* qu'il est la cible de cela. Elle doit être frappée sans faire de faute. On s'unit ainsi avec elle comme la flèche (devient une avec la cible).) La Réalisation de Dieu est celle qui a été décrite comme '*Brahmasthaniti*' et '*Brahmanirvana*' dans la Gita (II, 72). Gita (IV, 24) explique aussi : « *Brahman* est ce qui doit être atteint par celui qui réalise *Brahman* dans son acte » Brahman a été décrit comme l'existence qui envahit tout dans l'Upanisad Mundaka (II 22, 12) :

(*Brahman*, en vérité, est cet immortel. En face est *Brahman*, derrière est *Brahman*, à la droite et à la gauche. Il se répand au-dessous et au-dessus. *Brahman*, en effet, est cet univers. Il est le plus grand.)

De ce fait, la réalisation de Brahman a été prise pour être l'idéal, qui est considéré comme l'état transcendantal (*parama pada*). Shri Ram Chandrajī est d'avis, « La plupart des saints savants ont défini l'état de Réalisation dans de nombreuses et d'étranges façons, mais pour moi il n'apparaît que dans la mesure où il peut être défini, sinon ce n'est pas la réalisation. C'est réellement un état muet qui est au-delà de toute expression. » Il dit aussi, « C'est réellement un état sans goût – immuable et constant. Il n'y a ni charme, ni attraction et *anandam* au sens populaire du mot. » En général les hommes instruits expriment leur opinion quant à la Réalisation et ses conditions sur la base ou l'apprentissage et non sur celle de leur connaissance expérimentale, qui est la seule vraie. Pour cette raison j'ai le regret de dire que la réalisation est maintenant devenue un art actuellement à la mode. La Réalité, de fait, a sombré profondément laissant ses couleurs selon leur goût et leur capacité mentale. Le résultat est que les gens commencent à concentrer leur attention sur ces peintures mêmes et rentrent en elles au point qu'il n'y a ni spiritualité ni Réalité. Je crois que l'on ne doit pas avoir le droit de toucher le sujet de la réalisation à moins de l'avoir atteint au vrai sens, par lequel la Sagesse Divine s'est éveillée en lui. »

Ce compte-rendu de la réalisation met le fait en lumière, que la réalisation telle qu'elle est décrite par les érudits instruits est simplement le résultat d'une description verbale et d'une analyse logique. Mais la vraie réalisation se trouve dans l'expérience directe, quand en suivant la pratique correcte la Sagesse Divine est éveillée. Ram Chandrajī dit : « Les gens souvent me demandent de les laisser connaître d'abord ce qu'est la réalisation, et ensuite ils commenceraient à adorer. C'est juste comme de dire : « Laissez-moi d'abord comprendre la pensée de Shakespeare ou de Milton et ensuite j'essaierai d'apprendre l'alphabet. » C'est mettre la charrue avant les bœufs, lorsque l'on dit : laissez-moi d'abord réaliser Dieu, et ensuite je commencerai à L'adorer. « Quand la chose même que vous cherchez à travers l'adoration vient à vous, pourquoi adoreriez-vous tant soit peu ? C'est celui seul qui peut grimper les hauteurs qui a créé en lui-même la reconnaissance de son état de bas niveau ».

Shri Ram Chandrajī dit aussi : « La pensée des gens généralement ne va pas au-delà des points de libération ce qu'ils considèrent comme la limite finale de l'approche humaine. Mais c'est une idée fausse. À vrai dire la libération est une des acquisitions les plus basses sur le chemin Divin ; de ce fait c'est juste comme un jouet pour qu'un enfant joue avec, au-delà duquel il y a encore beaucoup à accomplir. L'océan infini repose calme devant vous, ce qui n'est qu'une étendue

illimitée. Ayez les yeux fixés sur Cela et Cela seulement ; et continuez, continuez à le tracer. »

Ainsi, dans le Sahaj Marg, la réalisation dans le sens de libération n'est pas l'approche finale du comportement humain sur le chemin de la spiritualité au vrai sens. Il y a toujours une vaste étendue à traverser par l'*Abhyasi* après avoir accompli l'étape de la réalisation, qui est juste le commencement dans le système du Sahaj Marg de la pratique du yoga Raj.

(ii) Accomplissement du Pouvoir Super Humain (*Siddhi*)

L'idéal de l'accomplissement des pouvoirs supra humains et supra naturels (*siddhis*) a été l'objet de la pratique du yoga, particulièrement dans le *Hathavidya*. Hathayogapradipika (i) maintient que *Hathavidya* est suivi par ceux qui aspirent à atteindre les pouvoirs supra humains (*siddhis*). On a énuméré huit types de *siddhis* dans le Yoga Sutra (ii) c.-à-d. (i) *Anima* – le pouvoir supra humain de devenir aussi petit qu'un atome ; (ii) *Mahima* – le pouvoir d'augmenter et d'étendre sa taille à volonté ; (iii) *Garima* – le pouvoir de se faire lourd ; (iv) *Laghima* – le pouvoir d'assumer une légèreté excessive ; (v) *Prapti* – le pouvoir d'obtenir chaque et toute chose ; (vi) *Prakamya* – le pouvoir d'avoir une volonté irrésistible ; (vii) *Ishatva* – le pouvoir d'avoir la dévotion et (viii) *Vashitva* – celui qui a maîtrisé l'ensemble de ses passions. Brahmavaivarta Purana dans Krishnajanmakhandha décrit trente – quatre formes de *siddhis*. Ces *siddhis* dans le Tantra Bouddhiste ont été divisés en supérieurs (*uttam*) et communs (*samanya*). Sekoddasha les appelle post mondains (*lokottara*) et mondains (*laukika*) respectivement.

On peut atteindre ces pouvoirs (*siddhis*) en éveillant le pouvoir enroulé (*Kundalini sakti*) dans le plexus sacré (*muladhara cakra*) et en le transportant à *sahasrara* en traversant les lotus (*cakras*) dans la colonne vertébrale. Les exercices de *Pranayama* et *Asanas* aussi fournissent une grande aide en cela. Selon le Yoga Sutra (IV, 1) ces *siddhis* sont engendrés par cinq moyens – *janma* (naissance), *ausadhi* (médecine), *Mantra* (mots sacrés), *Tapas* (pénitence), et *samadhi* (concentration). Il y a aussi description de tels Yogis qui avaient la capacité de contrôler la pulsation et stopper les battements du cœur, d'avoir des corps doubles, de voir le futur, de converser avec une personne qui habite loin etc. etc.

L'idéal des *siddhis* concerne avant tout le *Hathayoga*. On affirme aussi que cet *Atman* n'est pas accessible par les faibles. Comme tels les *siddhis* ou les pouvoirs miraculeux peuvent parfois être traités comme essentiels à la réalisation de Soi. *Hathyoga Sadhana* vise la santé physique et organique. Pt Gopinath

Kaviraja affirme que la purification organique (corporelle) est le but immédiat du '*Hathayoga*'. Majumdar explique aussi : « *Hathayoga* induit des changements subtils dans le métabolisme et transmute les substances organiques ce qui a été décrit comme un changement alchimique. » Ainsi les *siddhis* sont atteints si l'on entreprend les exercices de *Hathayoga*.

Mais l'idéal de *Hathayoga* ne devrait pas être traité comme l'objet suprême de la pratique spirituelle (*Sadhana*), parce que *Hathayoga* dans sa phase finale culmine dans Rajayoga. Hathayogapradipika (I, 2) dit clairement que c'est pour l'amour du Rajayoga seul La Gita est considérée comme la crème des Upanisads où Krishna expose l'idéal de l'intelligence stable (*sthitaprajna* ou *sthitadhi*) à Arjuna et lui demande de suivre le chemin du yoga et lui conseille de réaliser l'action non attachée (*anasakta* ou *niskama karma*).

La Gita (II, 55-59) fournit une description élaborée de l'idéal de *sthitaprajna* selon les mots de Krishna les versets suivants valent la peine d'être mentionnés et sont importants pour sa compréhension :

(Lorsque (la personne) a retiré les sentiments de leurs objets, vraiment comme une tortue, son intelligence s'établit. La tendance à chercher l'objet s'ennuie dans un corps qui jeûne mais l'attraction (de l'objet pour l'esprit) ne tombe pas ; à la réalisation de la vision de la Réalité Transcendantale, même cette attraction elle-même est partie.)

Donc, l'idéal de l'équilibre qui a été appelé yoga (*samatvam yoga ucyate*) est la condition idéale à accomplir en observant le détachement dans l'action (*anasakta*).

Shri Ram Chandrajī explique que simplement dire que « Je ne suis pas celui qui fait »

(Lorsque tous les désirs de l'esprit s'apaisent).

O Arjuna ! et que le soi se satisfait dans le Soi lui-même – on parle de (l'état de) *sthitaprajna* avec un esprit imperturbable dans la détresse, dénué de tout désir de plaisir, libéré de l'attachement, de la peur et de la colère – on parle de lui comme d'un sage avec une intelligence posée.

Celui qui est partout sans affection, et de ce fait ayant traversé le bon et le mauvais n'est respectivement ni heureux ni dégoûté, son intelligence est vraiment établie et ne le fera pas réaliser l'idéal du détachement dans l'action ou

sthitaprajna. Gita met l'accent sur l'absence de désir (*niskama*) et du détachement dans l'action (*anasakta*).

Mais la simple réflexion que l'on n'est pas celui qui fait l'action ne sera jamais suffisante pour porter un fruit. « L'état commence lorsque tous les sens sont rendus silencieux. Simplement dire ou entendre n'a aucune importance à cet égard. Il doit seulement être pratiqué et pour cela un large cœur est requis. »

L'Adi Guru du Sahaj Marg *Sadhana* a aussi largement mis l'accent sur l'idéal de l'équilibre sous la forme de la tempérance (Etdal).

(iv) L'Idéal de Turiyavastha

Turiyavastha ou *Turyavastha* est énuméré comme le quatrième niveau transcendantal de conscience après les trois niveaux successifs de *Jagrata* (éveil), *svapna* (rêve) et *susupti* (sommeil profond). En décrivant ces trois premiers niveaux Dr. *Radhakrishnan* dit : « Tandis que la première condition est la vie d'éveil de la conscience allant vers l'extérieur, et la seconde est la vie de rêve de la conscience allant vers l'intérieur, la troisième est le sommeil profond où la conscience apprécie la paix et n'a aucune perception des objets soit extérieurs soit intérieurs. » L'Upanisad *Mandukya* invisible incapable qu'on en parle, insaisissable sans aucune marque distinctive, impensable, pas nommable, l'essence de la connaissance de soi-même, ce en quoi le monde est résolu, le paisible le bienveillant, le non duel, tels, pensent-ils est le quatrième état. *Il* est le Soi, il doit être connu. ») Dr. *Radhakrishnan* remarque que c'est 'un super théisme' non un athéisme ou un antithéisme. *Il* dit aussi : « Le plus grand bien de l'homme consiste à entrer dans celui-ci, le Soi, d'en faire le centre de sa propre vie, au lieu de demeurer à la surface. » Dans *Turiya* il y a une union permanente avec *Brahman*. La réalité métaphysique est connue dans *Turiya* si une telle expression peut être utilisée pour l'état transcendant. »

Dans le yoga *Vasistha* et le yoga des Upanisads *Turiyavastha* porte le nom de '*Turyaga*' ce qui est le septième niveau d'élévation spirituelle selon ces textes. Ces sept niveaux sont les suivants :

Subheccha (désir vertueux).

Vichara ou *vicharana* (investigation).

Tanumanasi (fonctionner en accord avec l'esprit).

Sattvapatti (La réalisation de l'état Rhythmique).

Asamsakti (détachement).

Padarthabhavini (la conception juste de la substance).

Turyaga (la réalisation de *Turiya*).

Nous considérerons en détail ces étapes dans le neuvième chapitre. Le *Turyavastha* a été appelé '*Sahjavastha*' par Brahmananda. Le yoga des Upanisads décrit une fois de plus l'état et le nomme *Turiyatita* (au-delà de *turiya*) l' Adi Guru de Sahaj Marg *Sadhana* traite avec ces états *Turiya* et *Turiyatita* de façon plus détaillée et différencie diverses formes de *Turiya* par ex. *Jiva Turiya* c.-à-d. le quatrième niveau du centre individuel de conscience ; *Prakrti Turiya* c.-à-d. le quatrième niveau de conscience dans la Réalité totale ou l'Être total comme tels ; *Parabrahma Turiya* c.-à-d. le quatrième niveau de Réalité qui transcende même l'Être comme tel (et inclut même le Non-Être), et *Adhithana Turiya* c.-à-d. quatrième niveau de la Base Ultime. Le quatrième niveau, de fait, est situé au sommet de chaque forme du triple onde ou de la triple existence (*Triloki*). Ceci a déjà été traité grâce à l'aide d'un diagramme précédemment dans le chapitre 3.

Ainsi *Turiya* est vraiment un état d'éveil spirituel. C'est un état d' 'expérience spirituelle' selon Radhakrishnan Gita parle ce cet éveil spirituel et transcendantal :

(Ce qui est nuit pour tous les êtres, le Soi a contrôlé celui (*Samyami*) qui s'éveille en elle ; ce en quoi tous les êtres s'éveillent est la nuit pour le chercheur qui médite).

(v) L'Idéal de Samadhi

Presque la plupart de toutes les formes du Yoga *Sadhana* ont cherché à réaliser l'état de *samadhi*. (*Le yoga ou son vrai sens est achevé lorsque l'homme obtient l'accès au Samadhi*) Vyasa dans son commentaire sur le Yoga Sutra (I, 1) définissant 'yoga' dit que Yoga est *samadhi*. Lord Krishna dans la Gita affirme aussi que lorsque l'homme gagne l'intelligence indifférente dans *samadhi*, il accomplit Yoga. Si nous traversons les différentes descriptions de *samadhi*, nous trouvons que *samadhi* est un niveau raffiné de méditation (*dhyâna*), dans lequel l'âme (*Jivatman*) et Dieu (*Paramatman*) obtiennent un état d' 'équilibre. Le Yoga des Upanisads (32) décrit aussi que l'oubli de la méditation (*dhyanasya vismrtih*) est justement appelé

samadhi. Le Yoga des *Upanisads* remarque aussi que *samadhi* est un état d'équilibre (*samatavastha*) entre l'âme (*jivatman*) et Dieu (*Paramatman*). Dr. Srivastava donne une analyse détaillée du phénomène de *samadhi*, et souligne que « il n'y a pas de controverse sur les deux points c.-à-d. que (i) *Samadhi* est la dernière marche dans le processus de la *Sadhana* ou du yoga par ex. les efforts pour la réalisation du but Ultime de la vie humaine ; et (ii) *Samadhi* est un état de supra normalité. »

Le système du Sahaj Marg évalue l'idéal de *samadhi* et Shri Ram Chandrajii donne le récit suivant de *Samadhi* : « Il y a trois formes de *Samadhi* ou les étapes de concentration. La première de celles-ci est lorsqu'un homme se sent perdu ou noyé. Ses sens, sentiments et émotions sont temporairement suspendus de telle façon qu'ils semblent apparemment morts pour le temps présent. Il ressemble à un homme dans un profond sommeil, inconscient de tout. La deuxième forme est celle dans laquelle un homme bien que profondément concentré sur un point, de fait ne se sent pas noyé en celui-ci. On peut le décrire comme l'état de conscience dans un état inconscient. Apparemment il n'est conscient de rien mais toujours la conscience est présente à l'intérieur, bien que seulement sous une forme indistincte. Un homme marche le long d'une route réfléchissant profondément à un problème. Il est tellement absorbé dans ce problème qu'il n'est conscient de rien d'autre, et qu'il ne voit rien sur le chemin et qu'il n'entend ni les sons ni les voix aux alentours. Il avance dans un état d'esprit inconscient. Mais il ne heurte jamais avec un arbre sur le bord de la route et il n'est pas heurté par une voiture venant sur cette route. Dans son état d'inconscience il fait, sans le savoir, attention à ses besoins et agit comme l'occasion le demande. Il n'a aucune conscience de ces actions. C'est la conscience dans un état inconscient. Dans cet état d'esprit la conscience des autres choses apparaît être dans un état de sommeil et crée peu d'impression. La troisième forme est le Sahaj Samadhi. C'est le type de concentration le plus fin. Dans cet état un homme est occupé avec le travail, son esprit étant absorbé en celui-ci, mais au plus profond de son cœur, il est toujours installé sur la chose réelle. Avec son esprit conscient il est occupé avec le travail extérieur, tandis qu'en même temps son état subconscient de *Samadhi* bien qu'apparemment il soit occupé avec le travail du monde. C'est la plus haute forme de *Samadhi* et il reste peu à faire après qu'un homme soit entré dans cet état de façon permanente. » Ainsi des analyses variées de l'état de *Samadhi* comme *Samprajnata* et *Asamprajnata*, *Sabija* et *Nirbija*, *Savikalpa* et *Nirvikalpa* etc. sont bien expliquées dans la pensée traditionnelle et la théorie du Yoga Sadhana.

- Idéal de Sahaj Marg *Sadhana*

Aussi longtemps qu'un homme reste confiné dans les limites d'une religion ou d'une autre, le Dieu de cette religion particulière reste dans sa vision. La plus haute avancée n'est possible que lorsqu'on a une claire compréhension de l'objet visé. Shri Ram Chandrajī donne un bon compte-rendu du but et de l'objet pour le plaisir de comprendre la vérité et la valeur des nombreux systèmes de religion en ces termes : « La fin de la religion est le début de la spiritualité ; la fin de la spiritualité est le début de la Réalité et la fin de la Réalité est la réelle Béatitude. Lorsque celle-ci est aussi partie, nous avons atteint la destination. Celle-là est la plus haute marque qui est presque inexplicable en mots. »

Un homme sur le chemin de la liberté par rapport à l'esclavage et sur le chemin de la réalisation de l'objet Ultime de la vie devrait traverser les barrières de la religion parce que « Dieu ne se trouve pas dans le pli d'une religion ou d'une secte particulière. » Les différentes religions ne présentent qu'une compréhension partielle de la vaste Existence qui « étreint tout ». La religion aujourd'hui est devenue une forme de sanctuaire avec de nombreuses représentations congrégationalistes de rites et de rituels traditionnels et dogmatiques sans connaître leur vraie signification et leur vraie valeur. « L'amour universel, la base vraiment fondamentale de la religion ayant complètement disparu, la religion qui était considérée être le lien entre l'homme et Dieu au lieu de cela est devenue maintenant une barrière. ». C'est la raison pour laquelle « la religion d'aujourd'hui n'est devenue qu'une relique du passé ou que les os d'un mort. Nous avons réellement enterré la vraie religion dans la tombe. Nous ne faisons qu'applaudir au nom de la religion et ne faisons rien d'autre. L'esprit réel est perdu et à sa place ne restent que des formalités. » D'où selon Shri Ram Chandrajī « la religion n'est qu'une étape préliminaire dans la préparation d'un homme à sa marche sur le chemin de la liberté. » La spiritualité au sens vrai commence lorsque l'on franchit les barrières de la religion. « Aussi longtemps que nous restons confinés à l'intérieur des limites de la religion, le Dieu de la religion reste en vue et nous restons empêtrés dans l'une ou l'autre vue. La réalisation spirituelle la plus haute n'est possible que lorsque nous allons au-delà. »

La spiritualité est « le pouvoir qui découle du dépôt originel a la capacité en formes de nœuds, à la fois de création et de destruction. Les sages en Inde ont utilisé le pouvoir de création pour la reformation de l'humanité. » La spiritualité est concernée par une forme d'énergie ou de force vitale qui est utilisée pour

maintenir l'ordre dans les œuvres de la Nature. Shri Ram Chandrajī remarque cela par le pouvoir de l'esprit.

La Nature de Darwin sélectionne les plus aptes pour survivre dans la lutte pour l'existence et c'est le point à partir duquel les contrôles préventifs Malthusiens de la Nature tirent pour garder l'harmonie et l'équilibre entre la population et ce qui est disponible pour manger.

À ce niveau de spiritualité on est loin de l'objet final et ultime. Lorsque le champ de la spiritualité est aussi franchi on atteint la sphère de la Réalité.

La Réalité est un état harmonieux ou équilibré dépourvu de caractéristiques positives aussi bien que négatives (c.-à-d. le pouvoir de création et de destruction). De ce fait toute la grossièreté et la solidité se dissolvent en une forme fine et subtile. C'est un état qui est extrêmement subtil, simple et fin. La modération parfaite prévaut là sans aucune pensée de moins ou de plus. « La nature envahissante de la Réalité est telle qu'elle est la signification et l'âme de toute chose.

Toute chose vit et se meurt et a son être en Elle sans pleinement le savoir. » Simplicité, paix et calme envahissent tout. « La Réalité commence là où les pas de la spiritualité finissent. »

En outre Shri Ram Chandrajī expliquant le vrai sens de la Réalité dit : « Le mot Réalité, tel que je l'ai employé, ne transmet pas le sens réel comme tous les sentiments et la perception finissent ici. » Lorsque cet état de Réalité est accompli on commence à apprécier la béatitude et quand l'expérience de la béatitude est aussi transcendée, on atteint le but. L'Upanisad Brahḍaranyaka (IV, 3 ,10) parle aussi de l'absence de la Béatitude : « Il n'y a ni béatitude, ni plaisirs et ni délice, mais il crée béatitude, plaisirs et délices. » De cette façon nous trouvons que le Dieu ou l'État absolu, pour être atteint est au-delà du royaume de la béatitude (*paramananda*).

- Le Centre Absolu

Le système du Sahaj Marg expose l'idéal de *Sadhana* sous la forme du Centre Absolu. « Intuitivement ce centre ou le point absolu de l'approche humaine et de l'existence est décrit comme 'zéro', 'Base', 'Néant' etc. par le *fondateur* du Système

du Sahaj Marg de *Sadhana*. » Shri Ram Chandraji dit : « Que vous l'appeliez Dieu ou quoi que ce soit d'autre pour l'expression, c'est le point principal. Ce point est absolument immobile et il n'y a ni énergie, ni pouvoir, ni quoi que ce soit d'autre. Juste adjacent à lui, est le mouvement latent qui génère le pouvoir qui émet dorénavant

Le Centre seul maintient le mouvement latent.

La couleur de sa place peut être exprimée comme un vague reflet ou sans couleur. C'est jeter dans la Région Centrale quelque chose dans une forme d'ombre. La forme d'ombre de la région est due à elle et elle est une place où les âmes libérées nagent. Nous pouvons l'atteindre même alors que nous avons des corps et pouvons commencer à nager comme des âmes libérées même dans le temps de notre vie. »

La formulation de l'idéal ultime comme Centre dans le système du Sahaj Marg est une contribution remarquable au champ de la *sadhana*, dans l'histoire de la Philosophie Indienne. On atteint la 'super conscience du type le plus fin dans cette région. Toutes les activités (*karmas*) finissent là. C'est une 'Région Divine de Pure Forme'. « Notre but est accompli et nous sommes admis en elle. Le Soi est réalisé. Nous sommes au-dessus de la conscience réelle ... nous sommes maintenant libres du cercle sans fin de la renaissance. »

Shri Ram Chandraji expliquant les caractéristiques contradictoires du Centre remarque que « l'état que j'ai décrit comme rien transmet l'idée de quelque chose d'impuissant. Le Centre en lui-même n'a pas d'action à l'intérieur de lui, bien que près de lui il y a des mouvements invisibles, pas de doute. Il transmet l'idée de quelque chose d'immobile et de silencieux.

Si j'ouvre davantage, les gens seront perplexes. Il est Infini en Lui-même et il plongera dans la mer d'émerveillement et d'étonnement s'il fait un autre pas. Il concerne purement *Anubhava* (expérience) du type le plus haut. Expérience et imagination échouent complètement.... Maintenant Dieu est décrit généralement comme ayant tous les pouvoirs. Nous pouvons L'appeler Tout-Puissant parce que nous avons une certaine force en nous que nous pensons être une part du grand pouvoir. Le pouvoir que nous voyons en nous est le résultat de cette GRANDE ACTION qui se développe en Pouvoir. Vous pouvez mieux le comprendre si vous prenez l'exemple d'une Dynamo Électrique. C'est une machine montée avec des aimants d'une façon particulière. Maintenant cette dynamo n'a pas de pouvoir en elle-même. Mais quand elle tourne elle crée une sorte de champ électrique ; et le

pouvoir commence à se précipiter hors du champ. Les limites qui sont fixées dans le champ à des endroits particuliers prennent le pouvoir et le courant commence à couler des limites, bien que les aimants de la dynamo ne soient ni reliés aux limites et ni les touchent. De la même façon le Mouvement Invisible près du Centre crée une sorte de champ de pouvoir que vous pouvez appeler Région Centrale. Mais là il n'a pas d'action et est tout à fait silencieux. Il commence seulement à se précipiter hors de la Région centrale à travers des limites propres sous la forme de différents pouvoirs de la Nature. »

Ainsi, l'idéal ultime de l'existence humaine est cet état « Où nous sommes le plus proches du Centre super actif ou Zéro, qui est la cause primitive de l'entière manifestation et auquel tout finalement retournera après *Mahapralaya* (dissolution complète). »

Dr. K. C. Varadachari remarque : « Le but de l'homme est vraiment la nature divine et la réalisation de la paix la plus grande. Il est vraiment Béatitude et la Source de toute béatitude, vérité, et conscience. Il est au-delà de toutes les descriptions en termes de notre logique humaine et il ne pourrait être défini à l'aide de nos termes. Il transcende toutes nos descriptions et définitions mais pas notre expérience immanente très intime dans laquelle on triomphe de l'ignorance et du lien, et de toutes les limites pour se libérer avec toute la Réalité telle qu'elle est. Il est l'expérience de l'Essence de l'Être qui est aussi la source de toute existence, de la plus subtile à la plus grossière, de l'homogénéité la plus précise à l'hétérogénéité la plus prolifique. » Donc, le Sahaj Marg, comme la toute première invocation Védique dit que notre loyauté ou notre but doit être pour la Réalité Ultime. Rien de moins ne devrait être visé. »

« Dieu donc est notre but (*upeya*). Le *Paramapurusartha* ou but suprême est même plus grand que la liberté par rapport au cycle mort-naissance. Shri Ram Chandrajī a de ce fait beaucoup insisté sur ce but très important de la vie. En ceci il a suivi le prophète Védique qui affirmait que Dieu est la plus grande richesse (*rayi*) qui ne diminue pas, ne se détériore pas, et est infinie (*achyuta, ananta* et *amrta*). Ainsi Ramanuja affirmait aussi que *Brahman* ou Dieu est le but de la vie humaine et, de fait, de toute vie. »

Après la tradition Indienne de traiter le Guru comme l'équivalent de Dieu, le système du Sahaj Marg aussi salue et loue le même dans la prière prescrite pour un Sadhaka comme routine quotidienne « O Maître ! Tu es le but réel de la vie humaine. » Ici 'Maître' signifie la Réalité Ultime et on doit s'abandonner à son abri avec une foi solide et une volonté de fer.

- 'Unité Complète avec Dieu'

Shri Ram Chandrajī donne la description de l'idéal à accomplir par un Abhyasi dans le troisième des Dix Commandements du Sahaj Marg : « Décidez votre but qui doit être l'unité complète avec l'Ultime. Ne te repose pas tant que l'idéal n'est pas accompli ». En ceci le fondateur du Sahaj Marg éclaircit la signification et l'importance de l'idéal pour le *sadhaka* sur le chemin de la réalisation. Le but a été décrit dans un langage très simple comme l' 'unité complète avec Dieu'. Cette 'unité' est ce qui a été décrit comme la réalisation de Dieu ou la réalisation de l'Âme dans les Upanisads ; et cet état a été dénoté par les termes '*Brahmavid*', *Brahmavetta* et *Brahmajna*.

« Mais ce qui est unité avec le but, pas simplement la connaissance ou même une vision de Dieu mais unité avec Lui ».

De ce fait 'l'unité complète' ne signifie pas la connaissance ou la vision de la Réalité mais un état de totale fusion dans l'être de l'Ultime. C'est ce qui a été décrit comme Le connaître (*Jnatum*), Le voir (*drstum*) et finalement Le pénétrer (*pravestum*). C'est un mode d'union avec *Brahman* comme décrit dans les quatre états successifs de *salokya*, *sampiya*, *sayuja* et finalement *sarupya*. Ainsi l' 'unité complète' signifie l'entrée dans la fusion et la dissolution de ceux qui sont et assument la forme de Dieu.

Cet état a aussi été décrit comme l'état de 'vivre en Dieu' ce qui signifie réaliser la 'plus proche union' avec Dieu. Cette pensée a été exprimée dans les enseignements comme celui du Sahaj Marg : « Ayez une foi solide en Dieu, le seul Absolu et vivez en Lui ». Il renvoie à l'état de la plus proche union avec l'Etat Ultime de l'être réel qui diffère de notre état d'être présent seulement dans le respect de la grossièreté. Il y a donc là la dissolution de notre moi plus grossier ou la réalisation de la forme la plus subtile de l'existence qui est tout¹⁶ ce qui est nécessaire pour le but. » « Le Système vise à une fusion complète dans cet état Ultime de subtilité ou d'unité avec l'Infini Absolu. Ceci ne peut être accompli que lorsque la grossièreté d'être est rendue superflue au dernier degré possible et que la totale liberté par rapport à l'esclavage est assuré ». Ainsi vivre en Dieu signifie la dissolution de la grossièreté et devenir de plus en plus subtil et rester dans l'état du souvenir constant de Dieu. C'est un 'voyage vers l'Infini' et 'une marche vers la liberté' par rapport à l'esclavage.

- 'Retour à l'Origine'

En d'autres mots c'est le 'retour à l'Origine' et le déploiement du 'Soi' en retirant toutes les couches de l'âme. Ishwar Sahai explique que « le but final de la vie étant notre retour à l'origine ou la réalisation de l'état primordial de l'existence, le seul processus sera de retirer toutes les couches dans lesquelles nous sommes enveloppés. » C'est un retour à notre Patrie. « Où nous sommes, nous ne savons pas, où nous avons été, nous savons que peu. N'est-ce pas l'indice de notre Patrie ? C'est la cible à atteindre, d'abord par la force de la volonté, puis par une totale dissolution par rapport à la volonté et à l'intellect. » Nous devons retourner à cette source, dont nous descendons. « Pour cela, il est essentiel que nous devions, dès le début même, fixer nos yeux sur cet état final de super subtilité très fine qui est presque synonyme de Réalité. La seule solution peut être de rendre superflue notre grossièreté à la dernière limite possible. » Il s'agit d'affirmer que « ... le point final de l'approche est là où toute sorte de force, de pouvoir, d'activité ou même de stimulus disparaît et où un homme entre dans un état de complète négation, de rien ou de zéro ».

- Caractéristiques de l'Idéal du Sahaj Marg :

Dr. S. P. Srivastava résume de façon générale les particularités notables de tous les concepts de l'idéal de la personnalité humaine dans la Psychologie Indienne qui « Plus ou moins se réfère (i) au desserrement des limitations humaines ordinaires (ii) à travers la sublimation et l'épuration de l'esprit humain (iii) aboutissant à l'ennoblissement plutôt qu'à la renonciation des affaires ordinaires de la vie. » À côté de ces particularités le concept d'idéal ultime du Système du Sahaj Marg comme conçu et préconisé dans la forme du¹⁷ Centre Absolu constitue brièvement les caractéristiques uniques suivantes :

(i) Le Centre absolu est le plus haut des différents idéaux conçus dans la Philosophie Indienne parce que c'est un état au-delà de la Béatitude (Paramaanda) est le quatrième niveau de conscience, le Turiyavastha. La Région Centrale comme décrite dans le Système du Sahaj Marg prétend éclaircir les régions inexplorées dans les aspects *sadhana* de la Philosophie Indienne. Les états de réalisation, de libération ou de salut sont peu de chose en comparaison avec la région Centrale et il en reste beaucoup à atteindre après eux.

Il est simple et pur comme il est facilement compréhensible même par un homme de la rue et est en toute confiance crédible pour être entrepris comme

l'idéal. Il est pur puisqu'il est dépourvu de toute grossièreté et solidité. Il n'y a aucun contact matériel. Il est pure spiritualité parce qu'il est l'état extrêmement subtil dans lequel toutes les couches qui enveloppaient la Réalité sont dissoutes.

Il n'est pas un état de non-activité (*akarmayata*) comme ayant de l'impuissance et l'absence de mouvement de toute sorte. Il est réellement un état de potentialité comme celui de créer un arbre à partir de la graine pour le plaisir de la compréhension. Shri Ram Chandraji lui-même dit : « Nous cherchons la potentialité qui crée la conscience, et si cela aussi est parti nous nous trouvons alors au bord de la vraie Réalité – pure et simple. Cette philosophie est trop grande pour être décrite en mots. » Il ajoute en outre : « Comprenez-vous quand je dis que nous devons trouver la 'potentialité' ? Quelle est son origine ou d'où vient-elle ? Elle vient de 'Tam', le dernier lieu de repos d'un vrai yogi. »

Il n'est pas un état à accomplir après avoir traversé le cycle de nombreuses vies ou après la mort mais il peut être apprécié même dans la brève étendue de la vie présente.

Il présente la solution naturelle de l'existence humaine sur terre et la soumet à être une matière d'expérience directe par l'individu lui-même.

Finalement nous pouvons noter « le but de la vie ne signifie rien d'autre que le point où nous devons arriver. C'est en d'autres mots, la réminiscence de notre patrie ou l'état primitif de notre solide existence présente auquel nous devons finalement retourner. C'est seulement l'idée de la destination que nous gardons vivante dans nos esprits et pour cela nous pratiquons la dévotion seulement comme un devoir. » L'idéal ou le But comme conçu dans le Sahaj Marg est le Centre Absolu et nous devons atteindre cette destination et acquérir un état de proche harmonie avec lui.

9 - La Technique et la Méthode (Rôle de l'Aspirant)

- Supériorité du Yoga *Sadhana*

Ayant déterminé le but ou la fin comme Centre Absolu, Rien, Base ou Zéro, nous transmettons les moyens (*Sadhana*) pour son atteinte. Shri Ram Chandraji dit : « Dieu est simple et extrêmement subtil. Afin de réaliser cet Être très subtil nous devons adopter les moyens qui sont également fins et subtils. La difficulté ne

surgit que lorsque des méthodes complexes sont demandées pour la solution de ce très simple problème. En d'autres mots, ils demandent d'énormes grues pour ramasser une petite aiguille à coudre. » Selon le système du Sahaj Marg, la réalisation-de-Dieu est très simple et très facile et les difficultés rencontrées sont donc dues à l'application de méthodes complexes pour un objet simple. « Juste comme quand nous voulons nourrir un bébé nous nous comportons innocemment comme lui, de même aussi il est nécessaire que nous devenions comme Dieu afin de Le réaliser. » Il y a différentes méthodes et techniques de pratique spirituelle (*sadhana*), mais la supériorité du yoga a été applaudie et appréciée. Selon Garuda Purana (I, 14, 1 ; 218, 1) yoga est une aide pour le plaisir (*bhukti*) du monde aussi bien que pour la libération (*mukti*). Vasistha Dharma Sutra (XV, 7) affirme : « Ni à travers de sévères austérités, ni à travers la récitation quotidienne du Veda, ni à travers l'offrande de sacrifice peuvent les deux fois nés atteindre la condition qu'ils obtiennent par la pratique du Yoga. » Atri Smrti (I, 11) soutient aussi cette affirmation de Vasistha Dharma Sutra. Vasistha Dharma Sutra dit en outre : « À travers la pratique du Yoga la (vraie) connaissance est obtenue, le yoga est la somme totale de la loi sacrée, toutes les bonnes qualités sont gagnées à travers le yoga. » Apastamba Dharma Sutra déclare que le yoga éradique les fautes (*dosas*) : Elles sont : la colère, l'exultation, les récriminations, la convoitise, les perplexités, blesser (une autre personne), l'hypocrisie, le mensonge, la gloutonnerie, l'envie, la luxure, la haine secrète, la négligence à garder le sens dans la soumission, la négligence à concentrer l'esprit – l'éradication de celles-ci (fautes) a lieu grâce aux moyens du yoga (appelé salut). » L'Upanisad Svetasvatara (II, 12) dit : « Il n'y a plus de maladie, de vieillesse ou de douleur pour celui qui a obtenu un corps produit par le feu du yoga ». Le Mahabharata dit qu'il n'y a pas de force égale au yoga (*nasti yoga samam balam*). C'est la plus grande religion (dharma) pour réaliser *Atman* par le Yoga. » « Délaissant toutes les religions (*dharma*s) suivre le chemin du yoga, (parce que) toutes (les autres religions) sont pleines de fautes. De plus, elles causent des réincarnations (*utpatti*). » Lord Krishna dans la Gita conseille aussi Arjuna de suivre le chemin du Yoga Yogasikhopanisad (I, 52) indique aussi : « Seulement à travers le yoga la connaissance (du type authentique) est atteinte au cours d'une seule incarnation. Ainsi, il n'y a pas de route royale accordant la libération en dehors du yoga. » En outre « il n'y a pas de mérite religieux plus haut que le yoga, aucune subtilité transcendant le yoga, (en fait) il n'y a rien au-delà du yoga. » (I, 67).

Comme mentionné dans le paragraphe précédent la supériorité exemplaire du yoga sur d'autres formes de pratique spirituelle (*sadhana*) a été approuvée et soulignée dans les nombreux textes de la Philosophie Indienne. Il y a de nombreuses formes de Sadhana Yogique et parmi elles Rajayoga est considérée comme la meilleure.

- Technique Rajayogique en Général :

Le terme 'Rajayoga' est dérivé de la racine '*raj*Ç' briller. Donc « l'avion sur lequel la paix et la Lumière de l'illumination spirituelle brille » est appelé Rajayoga selon Visnu Tirtha. On dit aussi que puisqu'il est royal parmi toutes les formes de yoga il est appelé Rajayoga (*rajatvat sarvayoganam*). En ce sens il est aussi appelé 'Rajadhirajayoga'. « La terre sans Rajayoga, la nuit sans Rajayoga, le *mudra* sans Rajayoga même si (elles sont) aimables ne font pas grâce (semble plaisantes). Yogasikhopanisad déclare : « la conjonction des *Rajas* (*Sakti*) avec *Retas* (*Siva*) elle est appelée Rajayoga. » Swami Vivekananda dit : Rajayoga est autant une science que n'importe quoi dans le monde. Il est une analyse de l'esprit, un rassemblement de faits du monde super sensuel et aussi une construction du monde spirituel. » Le Rajayoga concerne essentiellement la 'pensée'. « La pensée construit l'univers. L'esprit seulement est réel. » *Samadhiyoga*, *Sivayoga*, *Ajapayoga*, *Purnayoga* (*Sampurnayoga*), *Mahayoga* etc., aussi signifie Rajayoga ou s'applique à lui. Il a été énuméré des étapes ou des stades variés de Rajayoga, six, huit et quinze mais le chemin octuple du yoga de *Pantanjali* est traité comme la forme de Rajayoga la plus parfaite et la plus adéquate qui a été aussi énuméré dans *Hathayoga*. Rangeya Raghava a considéré Gorakhanatha comme Rajayogi. Mais le Rajayoga comme énoncé dans le système du Sahaj Marg est plus naturel et plus simple que le traditionnel Rajayoga comme mentionné au-dessus. Il introduit une technique efficace appropriée aux exigences de l'environnement présent et aussi comme aux capacités de l'homme. Réellement Rajayoga est une technique qui nous enseigne comment obtenir le pouvoir de concentration (*samadhi*). Dans le Rajayoga on est formé à avoir le contrôle sur l'habitude hésitante de l'esprit. Un corps sain, sans aucun doute, fournit une grande aide mais ce n'est pas une chose essentielle. « Un bon physique, sans aucun doute, compte beaucoup mais cela ne signifie pas que les faibles et les malades n'ont aucune chance de l'atteindre. Certainement ils ont une chance, sous toutes les conditions de santé et physiques, seulement s'ils s'abandonnent complètement à leur Maître, Guide ou Guru. » Shri Ram Chandrajii remarque : « Le Rajayoga réellement est une science et non une religion. Il fixe des

lignes le long desquelles avancer afin d'obtenir la communion avec Dieu. Le principe directeur est le pouvoir réfléchi. » Il dit aussi : « c'est un Raja yoga seul qui peut vous conduire à votre destination ultime ou au plus haut point de l'approche humaine, où vous êtes en parfaite harmonie avec la nature, assumant votre forme absolue et pure. »

- Simplification Introduite dans le Sahaj Marg :

La méthode de la pratique du Rajayoga dans le système du Sahaj Marg est si facile et si simple que sa « facilité même est devenue un voile à la compréhension commune. » Le processus tel qu'il est suivi ici commence par la méditation (*Dhyana*) énuméré comme la septième étape dans le fameux octuple chemin de Patanjali. Shri Ram Chandrajī remarque : « Les étapes précédentes ne sont pas prises séparément mais elles entrent automatiquement dans la pratique alors que nous avançons avec la méditation. » Ainsi une grande partie de notre temps et de notre effort est épargné. » Les six étapes précédentes ne sont pas observées séparément mais il est assuré que les réalisations et le progrès de toutes les six étapes prennent automatiquement naissance chez les aspirants et ceci a rendu la pratique du Rajayoga dans ce système simple, facile et naturelle. Les trois dernières étapes – *Dharana*, *Dhyana* et *Samadhi* – dans le yoga sadhana de Patanjali sont aussi connues sous le nom de *samyama* (contrainte). Ishwar Sahai remarque que ces trois étapes sont réellement les trois niveaux ou états de *Dhyana*, et donc « de tous les huit membres de *Astanga* Yoga il ne reste que celui de la méditation, qui couvre toute chose physique, mentale et psychique, et est parfaitement efficace dans tous les domaines. » Shri Ram Chandrajī explique aussi la raison pour laquelle démarrer la pratique par la méditation, la septième étape : « Des gens peuvent demander pourquoi il est nécessaire d'avancer avec la méditation au premier stade du Rajayoga. La raison est tout à fait claire et simple. Nous nous recentrons maintenant en un point de sorte que notre esprit individuel puisse laisser ses habitudes de vagabonder qu'il a formées. Par cette pratique nous plaçons notre esprit individuel sur le droit chemin parce que les étapes précédentes ne modifient pas leurs habitudes. » Aussi il remarque : « Par l'effet de nos pensées et de notre action vicieuses nous spolions notre sentiment de discrimination et de juste connaissance. Ceux qui ont atteint cet état de solidité n'aiment pas venir sous la formation du Rajayoga. C'est la raison pour laquelle les gens font la sourde oreille à ce que nous disons. » Le premier des commandements du Sahaj Marg propose une pratique simple pour le *sadhaka*.

« Lève-toi avant l'aurore. Offre ta prière et Puja à heure fixe de préférence avant le lever du soleil, assis dans une seule et même position. Aie une place et un siège séparés pour l'adoration. Adhère particulièrement à la pureté d'esprit et de corps. »

Dr. K.C. Varadachari dit que « le premier commandement est vaste puisqu'il couvre presque les stades *yama*, *niyama*, *asana* et *dhyâna* du yoga shastra. » Ce commandement relate la méthode dans laquelle on doit observer la méditation et en la suivant on commencera naturellement à attirer le pouvoir et le progrès spirituel au cours de sa pratique.

Figure 10 Sandhyas

- Temps : 'Lève-toi avant l'aube'

Les meilleurs moments pour la méditation sont l'aube et le crépuscule. Ce sont les moments où les deux phases – jour et nuit, lumière et obscurité se fondent. L'aube et le crépuscule sont réellement les deux points de rencontre (*sandhi*) ; et c'est pour cela qu'ils ⁶sont regardés comme les meilleurs moments pour offrir adoration et prière. Puisque la prière ou l'adoration est offerte à ces conjonctions du jour et de la nuit, ils sont appelés '*sandhyas*'. En outre *sandhya* à minuit et à midi est aussi suggéré. Manusmrti (II, 69, IV, 93) décrit les prières du matin, de midi et du soir de la portion Brahman de Veda comme *sandhya*. Dr. K.C. Varadachari explique : « Les temps que nous connaissons comme SANDHYAS sont, bien sûr, relatifs au soleil, à la terre et peut-être la lune aussi et finalement notre propre temps comme déterminé par nos heures d'éveil et de sommeil. »

Ram Chandraji explique scientifiquement les caractéristiques des *Sandhyas*. « On insiste sur la réalisation de *sandhya* avant le lever du soleil pour la raison que la Chaleur extérieure et d'autres influences qui ont été enlevées du corps ne puissent pas se faufiler de nouveau par l'effet du soleil et qu'ainsi nous puissions être capables de tirer le meilleur avantage du temps. » Selon Shri Ram Chandraji l'aube est le temps de *sattva* et le crépuscule est le temps de *Tamas*. Dr. K. C. Varadachari en a judicieusement présenté un bon compte-rendu dans son diagramme (Figure 10).

Par conséquent on doit 'se lever avant l'aube' sous le système du Sahaj Marg, pour offrir son adoration. Toutefois, le temps pour la méditation à l'aube n'est pas une règle fixe et stricte à laquelle un aspirant doit adhérer. Le principal accent est mis sur 'l'heure fixe' qui convienne à un aspirant. Il y a une raison psychologique derrière cela. Quand un homme décide d'offrir son adoration à un moment fixe, il se sentira naturellement enclin à l'adoration à l'approche de cette heure qui automatiquement tire son esprit de l'habitude de vagabonder et rend la méditation plus absorbante et plus naturelle.

- Durée de la Méditation

Le Sahaj Marg conseille que la méditation dure une heure le matin et une autre heure le soir. On demande aux débutants d'observer au moins une demi-heure de méditation par jour.

Il n'y a, toutefois, rien de dogmatique à propos de ce temps. L'insistance est mise sur le développement de l'effet dont la méditation est le moyen. L'adhésion ritualiste à des formalités strictes peut être nécessaire aux stades initiaux pour des buts pratiques mais une fois que les conditions visées sont acquises les performances ritualistes elles-mêmes se modifient naturellement en accord avec les exigences du but Ultime, en vue.

- Prière

Ce Système prescrit une prière pour le *sadhaka*, qui fournit une grande aide dans le progrès spirituel à travers la méditation. Le second des Dix Commandements du Sahaj Marg dit :

« Commence ta puja avec la prière pour l'élévation spirituelle avec un cœur plein d'amour et de dévotion. »

Un poète chante : « La prière est le désir sincère de l'âme, prononcé ou non exprimé. Le mouvement d'un feu caché, qui tremble dans la poitrine. » Shri Ram Chandrajī remarque : « La prière est le soupir de la dévotion. Elle montre que nous avons établi notre relation avec le Saint Divin. » La prière est réellement un moyen ou un véhicule pour garder la communion avec le Dieu et chercher son aide pour progresser sur le chemin spirituel. Un amour profond avec un sentiment de dévotion est aussi nécessaire pour avoir le plein bénéfice de la prière parce que

l'état de la prière est celui d'un adepte et il est renforcé par l'amour. » En outre il dit : « aucun moment particulier n'est fixé pour la prière. On peut la faire quand on se sent porté vers elle ou bien on devrait essayer de créer une disposition pour elle quand elle est requise. » Il a aussi été conseillé pour obtenir des résultats favorables qu'on doive garder le sentiment que, comme un vrai serviteur, on approche le grand Maître dans l'humble capacité d'être un insignifiant mendiant plongé dans l'esprit.

L'adepte peut tout présenter devant son Maître, se résignant complètement à Sa volonté. En d'autres mots il peut assumer sa forme réelle après avoir tout abandonné au Maître. Il doit se retirer de tous les côtés et se tourner complètement vers Lui perdant toutes les chaînes mondaines.

Le souvenir de toute chose doit se fondre dans le souvenir d'un seul – l'Ultime, retentissant toutes à travers chaque particule de son être. Ceci peut être connu comme l'annihilation totale de soi. Si il développe ce capital, il doit être considéré comme une incarnation de la prière. Toute pensée sera synonyme de celle du Maître. Il ne se ⁸tournera jamais vers quelque chose qui est contre la Volonté Divine. Son esprit se dirigera toujours vers ce qui est le commandement du Maître.

Cette description dans son ensemble définit un sentiment psychologique et en bref parle d'ouvrir son cœur et d'offrir toutes les fibres de son être à Dieu. Cette attitude de total abandon avec une disposition de soumission est d'une grande importance tandis qu'on offre sa prière.

Tennyson, le poète, remarque que « plus de choses sont réalisées par la prière que ce monde imagine ». Dr. Radhakrishnan souligne aussi : « La prière commence avec la foi, avec une totale confiance dans l'Être auquel l'appel est fait, avec le sentiment d'un profond besoin, et une foi simple que Dieu peut nous accorder le bénéfice et est bien disposé envers nous ».

Les portions Samhita des quatre Védas contiennent des hymnes variés qui sont chantés pour prier les dieux pour chercher leur faveur par les Rishis Védiques. Dr. Radhakrishnan dit : « La prière est l'exploration de la réalité en pénétrant l'au-delà qui est à l'intérieur, par l'ascension de la conscience. » Le système du Sahaj Marg introduit la simple et courte prière suivante :

O Maître !

Tu es le but réel de la vie humaine.

Nous sommes pourtant que les esclaves de nos désirs,

Mettant des obstacles à notre avancement

Tu es le seul Dieu et Pouvoir,

Pour m'amener à ce stade.

Il est conseillé à un aspirant d'offrir cette prière avant de commencer la méditation et aussi au moment de se coucher dans une « disposition suppliante avec un cœur débordant d'amour divin ». La prière devrait être répétée une ou deux fois et être perdue méditant sur le sens et la signification de la prière.

Dr. S. P. Srivastava fait ce commentaire sur la prière : « En fait chaque mot dans la prière de notre *Sanstha* est important et irremplaçable. La première pensée dans la prière affirme que le Maître est le but réel de la vie humaine. Quel que soit le but, il doit essentiellement être mis en exemple chez un membre de la société humaine elle-même. L'objet naturel de l'attachement et de la réalisation pour l'homme est l'homme. L'idéal ou le but doit toutefois être distingué du point réel ou du point de départ. Nous prenons donc Maître ou Homme avec une majuscule comme le but. » Dr. K. C. Varadachari explique qu'une prière a essentiellement trois parties – (i) elle réfère au but, (ii) elle réfère aux obstacles et (iii) elle montre que Dieu seul peut nous conduire au but. Toutes ces trois caractéristiques sont contenues dans la prière. Shri Rajeshwari Prasad Srivastava remarque qu'il y a quatre points dans cette prière du Sahaj Marg (i) la clarté de l'objet, (ii) la description de la condition de l'adepte, (iii) l'abandon complet envers l'adoré et (iv) l'appel de l'adoré pour de l'aide. Ces caractéristiques ont été révélées dans un langage très simple dans la prière du Sahaj Marg telle qu'elle est mentionnée ci-dessus.

- Méthode de Méditation

Offre ta *Puja* (Adoration) :

Dans le Sahaj Marg la *Puja* ou adoration est offerte sous la forme de la méditation. La pratique conseillée pour un débutant est qu'il s'assoie deux fois c.-à-d. le matin et le soir à heure fixe. La *sadhaka* est donnée suivant la direction pour la méditation.

Assieds-toi pour la méditation dans une posture confortable pour garder la même pose aussi longtemps que possible. Offre la prière (O, Maître ...) deux ou trois fois et commence la méditation sur le point du cœur pensant que là est la

présence de la Lumière Divine. La méditation doit être observée avec une simple supposition de lumière d'une façon simple et naturelle. Il ne doit pas y avoir d'effort mental pour voir la lumière dans le cœur parce qu'on peut voir la lumière pendant la méditation mais la vision de la lumière n'est pas la marque de la méditation. La lumière est vraiment l'objet concevable le plus subtil pour l'homme ordinaire pour commencer la méditation. La vision de la lumière est une expérience seulement au commencement de la marche de quelqu'un sur le chemin de *sadhana*. On doit observer la méditation du soir de la même façon, mais on doit aussi penser que la grossièreté et les complexités vont sortir du système (corps) par derrière sous la forme de vapeur ou de fumée.

La méditation du matin est l'afflux de la spiritualité versée dans le cœur et la méditation du soir est un processus de nettoyage qui est un écoulement de la grossièreté et de la matérialité à partir du cœur. Ainsi, la méditation comme conseillée dans le Sahaj Marg sert les deux fins comme nettoyant l'être de l'homme et le rendant capable de recevoir le Courant Divin. Shri Ram Chandrajī affirme que ce processus de méditation aidera quelqu'un à purger son esprit et à faire que l'aspirant reçoive l'influence efficace du grand Maître.

Il est aussi demandé à un Abhyasi d'observer le processus de nettoyage comme prescrit dans la méditation du soir pendant environ cinq minutes avant le commencement de la méditation du matin aussi. « Il suffit de dire, que le processus de nettoyage utilise le pouvoir originel de la Pensée sous la forme de la volonté humaine pour le raffinement de l'âme individuelle pour la rendre capable de monter le chemin raide et glissant de la Réalisation de la très subtile Essence de l'Identité. »

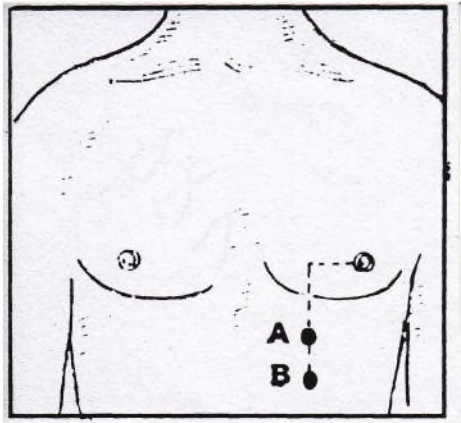
À propos du processus de nettoyage, un mot de précaution doit être dit :

L'abhyasi ne doit pas mettre l'accent sur le fait que son système est plein d'impuretés et de grossièreté, ayant besoin d'un effort continu pour s'en débarrasser. L'aspirant doit simplement supposer, de façon naturelle, que quels que soient les obstacles indésirables qui puissent être dans le système, ils ont été retirés grâce à l'application du courant de la grâce divine.

Sahaj Marg conseille aussi d'offrir la Prière (O, Maître...) avant d'aller se coucher. La méthode correcte et très efficace pour offrir la prière est de s'asseoir dans une humeur suppliante et de répéter mentalement la prière deux ou trois fois et de garder ensuite en esprit le sens et la pensée de la prière au lit et de s'y noyer.

Le système du Sahaj Marg conseille la méditation sur le cœur. En outre, Shri Ram Chandraji, donne deux points : 'A' et 'B' pour la convenance de l'*Abhyasi* comme dans le diagramme suivant dans la figure 11. Il y a réellement trois points, le point supérieur est 'A', le plus bas est 'B' et le troisième se trouve entre 'A' et 'B'. Mais deux d'entre eux sont importants pour la pratique de la méditation comme conseillée dans le Sahaj Marg.

Figure 11 : Points 'A' et 'B' dans le Cœur



Shri Ram Chandraji décrit clairement la place de ces deux points dans l'organisme humain. Mesure deux doigts de large à partir du mamelon gauche vers le mamelon droit, puis mesure trois doigts de large vers le bas et c'est le point 'A' ; et directement vers le bas à deux doigts de large à partir du point 'A' c'est le point 'B'. On devrait entreprendre ces mesures avec ses propres doigts. Sahaj Marg préconise aussi la méthode et la technique de méditation sur ces points, ce qui remplit positivement le cœur avec la divine transmission et négativement extrait les défauts et les impuretés de l'esprit. Le troisième point entre ces deux points 'A' et 'B' a été gardé secret parce que ce point est dit concerner les miracles et son usage impropre peut causer des conséquences injustifiées pour un Abhyasi.

La technique de la méditation sur le point 'A' et 'B' est celle qui suit :-

Méditation sur le point 'A' : Fixe l'attention sur le point 'A' avec un sentiment que tous les hommes et toutes les femmes sont tes frères et tes sœurs et noie-toi dans la pensée.

Méditation sur le point 'B' : Médite sur le point 'B' et imagine que toutes les impuretés et la grossièreté sortent du corps sous la forme de fumée et que la divine lumière commence à briller.

Il est suggéré qu'au cours de la méditation on ne doit pas essayer de se concentrer mais simplement méditer sur le cœur parce que « la concentration est le résultat de la méditation ». On remarque aussi que ceux qui forcent leur esprit à se concentrer au cours de la méditation rencontrent l'échec. Mais si on observe proprement la méditation elle culminera naturellement dans la concentration. Presque dans toutes les formes de pratique du yoga, la méditation (*dhyâna*) est traitée comme le pas précédent de la concentration (*Samadhi*). Dans le Sahaj Marg le processus propre de la méditation est traité comme aboutissant elle-même à la concentration.

Il n'est que naturel et commun que de nombreuses pensées et idées se précipitent dans l'esprit au moment de la méditation et celles-ci créent une perturbation. Se forcer à éviter ces idées est mauvais puisque cela conduit l'esprit loin du calme qui est le but de la méditation. Il vaut mieux traiter les pensées perturbantes comme des 'hôtes non invités' et ainsi elles s'enfuiront d'elles-mêmes. Shri Ram Chandrajî dit aussi que si les pensées et les idées troublent toujours même après avoir été traitées comme des hôtes non invités, on devrait imaginer qu'elles sont celles du Maître, non les nôtres. Ainsi les pensées et les idées réduiraient lentement leur force et se dissiperont.

- Cœur : Comme point pour la méditation

Il est nécessaire pour le *sadhaka* sur le chemin du yoga *sadhana* d'avoir un objet extérieur ou intérieur, verbal ou symbolique sur lequel méditer et réguler l'esprit et le canaliser vers Cela.

Le système du Sahaj Marg prend le cœur comme point sur lequel méditer. Shri Ram Chandrajî sur les fondements de son expérience personnelle dit que la méditation sur d'autres points par ex. sur le bout du nez, le milieu des sourcils, *muladhara* etc., n'est pas si simple et si facile et il y a en outre le danger d'avoir une complication physique qui peut entraver l'avancée spirituelle. Les arguments suivants peuvent être résumés en faveur du cœur comme le point de méditation :-

Shri Ram Chandrajî remarque « Le cœur est la station de pompage du sang. Il envoie le sang après purification aux différents nerfs et cellules du corps. Maintenant nous avons pris le Cœur comme le Centre de la méditation. Le sang qui coule à travers notre système est affecté. La solidité due à nos propres pensées et actions commence à fondre. C'est la première chose que nous commençons à

gagner dès le premier jour par cette méditation sur le Cœur. » La science traite le cœur et ses battements comme la marque de la vie dans l'organisme.

Pour donner une raison psychologique, Shri Ram Chandraji remarque que « à mon avis la méditation sur le Cœur est la plus facile et la plus bénéfique... Le but est seulement que nous qui avons été extravertis devrions maintenant commencer à faire de l'introspection en détachant notre esprit du monde extérieur auquel il est accoutumé et en le tournant vers l'intérieur. Si nous réussissons dans cet essai nous commencerons à gagner automatiquement une expérience spirituelle, et progresserons sur le chemin spirituel. »

Généralement le cœur est l'organe premier à ressentir la douleur et le plaisir. C'est le point que nous sentons le plus proche de nous-mêmes.

Shri Ram Chandraji écrit : « J'utilise le mot 'cœur' parce qu'il est le noyau et crée le mouvement vibrant vers lequel il est dirigé. »

« Le point le plus approprié pour la méditation ne peut être que celui dont le courant coule, soit vers en haut soit vers en bas. Il ne peut être que le cœur et rien d'autre. *Trikuti* (centre des sourcils) peut aussi être pris pour le but mais ce n'est pas un travail facile pour les gens du commun alors qu'il exige beaucoup de travail de la part de l'Abhyasi. Il peut même aussi provoquer beaucoup trop de complications à la longue si la méditation n'est pas correctement pratiquée par l'Abhyasi. La méditation sur le nombril n'a pas de valeur spirituelle excepté qu'elle cause une sensation de chatouillement qui finalement rend l'esprit et les passions d'autant plus puissants. » Ainsi le cœur est le point plus approprié que d'autres points, parce que réellement ici de la conscience humaine coule à toutes les directions de l'organisme humain.

« En outre, le cœur est le champ pour l'action de l'esprit. L'esprit est toujours tel qu'il est. C'est le cœur qui comme le champ de l'action de l'esprit doit être mis d'aplomb. » En d'autres mots, le cœur réellement « est le champ pour que l'action de l'esprit travaille et celui-ci est l'instrument par lequel nous développons la faculté de discrimination. ». Puisque le Rajayoga concerne les pensées et les actions et qu'il essaie de réguler les activités mentales de telle façon qu'elles peuvent être détournées correctement vers l'idéal, la méditation sur le cœur régule naturellement le travail de l'esprit et son habitude de former *samskaras*. « Le subtil travaille en cet endroit pour la descente de l'énergie Divine. Si d'une certaine façon notre réflexion s'unit à elle ou si nous la formons afin qu'elle puisse filtrer la bonne chose et la diriger vers la Réalité, le problème est résolu. »

(5) « Le cœur est le seul point auquel le lien qui relie l'animé et l'inanimé est très clairement ressenti. Ceci est la raison pour laquelle la méditation sur le cœur est très utile. » Comme nous l'avons vu dans le processus de l'évolution du monde ce cœur est le nœud entre le matériel et le spirituel. *Sattva* est l'âme, *Tamas* est le corps et *Rajas*, qui est le mélange de *Sattva* et *Rajas*, est le cœur, si on médite sur le cœur on peut facilement détourner les tendances extraverties se déplaçant vers les objets matériels à l'intérieur vers les questions de spiritualité.

En plus de ces raisons, nous pouvons ajouter plus que comme la mythologie Hindou qui regarde aussi le cœur comme la demeure de la Divinité.

Lord Krishna dans la Gita dit : 'O, Arjuna, Dieu réside dans le cœur de toutes les créatures vivantes. »

Dieu est également décrit comme : « l'âme de la taille d'un pouce vivant dans la grotte du cœur. »

Donc la méditation sur le cœur est meilleure que de méditer sur les autres points.

- Lumière

On demande à l'aspirant au cours de la méditation de penser que la lumière Divine est présente dans son cœur. La pensée de la lumière est aussi notable alors qu'elle est d'une grande aide pour un abhyasi pour la méditation. Mundakopanisad décrit aussi la Réalité Ultime, comme la lumière des lumières (*jyotisam jyotih*). L'Upanisad Svetasvatara (V, 2, 11) dit :

(Brouillard, fumée, soleil, vent, feu, lucioles, éclairs, lune de cristal sont les formes préliminaires qui produisent la manifestation de *Brahman* dans le yoga.) Mandala Brahmanopanisad proclame : « D'abord on voit ce qui ressemble à une étoile, puis ce qui ressemble à un diamant étincelant bien taillé et un miroir brillant. Plus tard ce qui ressemble à un disque de pleine lune. De ce fait semble à un éclat circulaire de pierres précieuses. Puis ce qui ressemble à la splendeur d'un soleil de midi. Ensuite on voit un anneau de feu flambant, comme le suivant dans l'ordre. » Ainsi la lumière est perçue sous différentes formes et la pensée de la lumière au cours de la méditation est de voir l'aperçu de la Réalité.

Dans le système du Sahaj Marg on est conseillé de penser à la lumière mais on est averti de ne pas donner forme à la lumière dans des formes comme la lune ou l'éclair etc. Si quelqu'un se force à voir la lumière dans une forme particulière, psychologiquement la lumière peut apparaître devant lui à travers sa propre suggestibilité. Cette lumière ne sera pas la Lumière Réelle mais quelque chose que l'on s'impose soi-même, ou une projection de la force de la volonté imaginative. Donc tout en réalisant la méditation selon Shri Ram Chandraji, le sadhaka (abhyasi) devrait avancer avec la simple supposition de la lumière avec la pensée de la Divinité au fond. Réellement de cette façon on médite sur la très subtile Réalité facilement concevable.

Shri Babuji révèle aussi l'importance et la place de la lumière au cours de la méditation : « Tout saint a utilisé le mot 'Lumière' et moi aussi je ne peux pas l'éviter parce que c'est la meilleure expression pour la Réalité. Mais cela crée des complications parce que lorsque nous parlons de lumière l'idée de luminosité devient prééminente et nous commençons à la prendre comme étincelante. La vraie lumière ne transporte pas avec elle une telle idée. Elle renvoie seulement à la substance réelle ou de façon plus appropriée à la 'Substance sans substance'. Selon notre système un abhyasi sans aucun doute voit parfois la Lumière. Mais la lumière étincelante n'apparaît qu'au commencement lorsque la matière entre en contact avec l'énergie. En d'autres mots, ce n'est qu'une indication que l'énergie a commencé à travailler. La lumière réelle comme je l'ai discuté dans le livre 'Efficacy of Rajyoga' (L'Efficacité du Rajyoga) a la couleur de l'aube ou un faible reflet de l'absence de couleur. »

Shri Ram Chandra explique aussi un fait scientifique que ceux qui forcent leur esprit pour voir la lumière et la voient, 'réellement parlant ils sont au bord de MAYA sous une forme solide. J'utilise le mot solide pour la lumière. Les scientifiques peuvent élever une ¹⁶objection à cela, mais s'ils pensent au vrai sens de la Réalité, où il n'y a ni lumière ni obscurité ils trouveront la première beaucoup plus lourde que la dernière. Cette chose arrive généralement dans *Trikuti* et au-delà de lui.

Donc la lumière que nous voyons dans la méditation est matérielle (appartenant à *Maya*) et elle est perçue par certains Abhyasis seulement au commencement, et la lumière est le résultat et la marque du contact de la matière avec l'énergie. Elle n'est perçue qu'au cours des stades préliminaires de sadhana par certains Abhyasis.

- Posture : S'asseoir dans une seule et même position

Le *Yoga Sutra* (II, 46) de Patanjali définit : « la Posture est ce qui est ferme et plaisant ». Le Mandala Brahmanopanisad (I, 1, 5) déclare que « où l'on peut transporter son esprit (au suprême *Atman*) confortablement, où on peut demeurer longtemps (sans inconfort), cela est la posture juste à assumer. » Trisikhibrahmanopanisad (29) dit : « L'état de passivité à toutes choses est la meilleure posture. »

Réellement la posture (*asana*) particulièrement pour la méditation signifie garder son corps, sa tête et son cou droits (*samam kayasirogrivam*). Ainsi, la posture est une façon de garder son corps au cours de la méditation ou dans d'autres exercices de yoga. Il est dit que « celui par qui cette posture a été atteinte avec succès tous les trois mondes lui sont soumis. » La posture étant conquise les dualités ne font pas obstruction. (YS. II, 48)

On a énuméré de nombreuses postures (*asana*) dans la Philosophie du Yoga, mais ces postures concernent surtout *Hathayoga* et sont entreprises pour maintenir la santé du corps, et pour contrôler et rétablir le flot de la force vitale dans le corps. Mais dans le Rajayoga, la posture n'est pas un pli forcé du corps mais une façon de s'asseoir calmement et confortablement.

Un grand yogi Kuvalayananda divise les *asanas* en deux principaux groupes – (i) culturel et (ii) méditatif. Il indique que *sirsa sarvanga*, *bhujanga*, *dhanusa salabha* etc. sont culturels ; tandis que *Padma*, *Siddha*, *Svastika* et *Sama* sont méditatifs. Les personnes qui adoptent la pratique des *asanas* sont aussi de deux types – (i) Celles qui cherchent seulement des avantages physiologiques et (ii) celles qui attendent des avantages spirituels. Les personnes du premier type peuvent être appelées des culturistes physiques et celles du second type peuvent être appelées culturistes spirituels.

Dr. K. C. Varadachari déclare : « Pour le but de la méditation et de la prière nous devons prendre la posture assise, qui soit stable et facile, et qui puisse être maintenue pour au moins une heure sans inconfort. Il est évident que *siddha* et *padma asana* sont les seuls deux bons *asanas* que l'on puisse assumer. »

Shri Ram Chandrajī donne une explication très remarquable et notable du principal but spirituel de la posture : « afin de monter, il doit commencer par se contracter à partir d'en bas. La forme serait seulement d'apporter ses jambes et les parties alliées à une seule position et de les garder stables. De n'importe quelle façon qu'elle puisse être faite la forme serait finalement celle de *l'asana*. » Il ajoute

en outre, « Réaliser *Sandhya* dans une position assise droite a été considérée être une forme très avantageuse depuis des temps très anciens parce que dans cette position le flot de la Grâce Divine descend directement sur l'Abhyasi. Si un Abhyasi s'assied de travers ou obliquement, ou dans une position instable, le flot de la lumière sera nécessairement gêné ou perturbée. L'Abhyasi sera ainsi privé du plein bénéfice de la descente. Donc, afin d'obtenir le très grand bénéfice on doit s'asseoir dans une position correcte, stable. Il est probable que certains pensent que la position droite stable peut refléter une nuance d'orgueil. Il n'en est pas ainsi. En principal, l'adepte ou l'Abhyasi devrait se présenter devant le Maître de la même manière qu'un soldat le fait au moment de la parade. À l'appel de 'Attention' il est essentiel pour lui de garder la même position droite stable, regardant avec attention et spontanéité du corps. De même, l'abhyasi qui se met au service devant le Maître doit garder la même bonne posture. »

Le système du Sahaj Marg dit qu'on ne devrait pas forcer pour garder son corps dans une position stable. On doit être naturel dans sa propre posture. Dans n'importe quelle position on peut s'asseoir confortablement, celle-là seulement sera appropriée selon ce système. Shri Ram Chandraji affirme : « Il n'y a pas de mal à faire la méditation allongé sur une petite chaise même, mais s'asseoir respectueusement devant le Maître est la seule et réelle dévotion (et abandon), tandis qu'au temps de Puja, il est mieux de le faire assis.

Vous pouvez faire la méditation allongé ou assis selon ¹⁸que vous le sentez pour faire la méditation. »

- Place

Il est aussi nécessaire de choisir une place pure et pieuse pour la méditation. L'Upanisad conseille aussi d'observer la méditation dans une place pieuse (*Sucaudese*). Le fait derrière cela, selon Shri Ram Chandraji, est que « la pièce ou la place où nous nous asseyons pour la méditation est aussi chargée par la force de notre pensée et un sentiment de sainteté commence à dominer partout. » En outre il ajoute que « on a généralement observé, et les sanctuaires sacrés en sont la preuve vivante, que cette influence ne s'épuise pas avec un laps de temps et même aujourd'hui les pèlerins et les visiteurs en ont le bénéfice. »

L'attitude d'esprit, toutefois, est plus importante. Une place fixée et une place agréable, sont importantes dans la mesure où elle aide à la création de l'attitude d'esprit juste.

Ainsi, finalement la pureté du corps et de l'esprit doit être réunie pour avoir une méditation non perturbée, parce que « elle rend la méditation saine et l'attention n'est pas détournée vers le corps. »

Shri Ram Chandrajī explique la raison fondamentale pour observer la pureté : « le principe de pureté était basé sur la pensée que l'Existence pure et Éternelle dans laquelle nous devons entrer est entièrement libre de toute contamination. Elle est parfaitement pure. Le niveau le plus haut de pureté libre de toutes les impuretés (*mala*), distorsion (*viksepa*) et voile (*avarana*) a été pris pour l'idéal. Notre être est contaminé avec tout cela, donc loin au-dessous de l'idéal. Ainsi, notre attention étant dirigée vers l'atteinte de la pureté de ce plus haut niveau, nous avons commencé à imiter dans toutes les formes extérieures, pensant particulièrement à nettoyer (*cleaning*) le corps. Les façons extérieures adoptées dans ce but ont commencé à avoir leur effet sur l'esprit, et ainsi la pureté intérieure a aussi commencé à se développer. »

Le système du Sahaj Marg préconise que le simple fait de prendre un bain et d'avoir une atmosphère avec de l'encens n'apporte pas la propreté et la pureté ce qui est une affaire d'esprit. C'est la raison pour laquelle il n'est pas nécessaire pour un *Abhyasi* selon le Sahaj Marg de prendre un bain d'office sous des conditions insistantes, mais la propreté devrait être pensée. Si l'on sent la nécessité de prendre un bain on doit s'asseoir pour la méditation seulement après avoir pris un bain.

- Erreurs Communes dans la Méditation

Le système du Sahaj Marg préconise un processus de méditation simple et facile ; mais souvent surgissent des complications qui privent un *Abhyasi* du plein avantage de celle-ci. Pour le but Ishwar Sahai s'efforce de clarifier certains des points techniques du processus qui sont généralement mal compris. Tout en faisant la méditation on doit observer les choses suivantes pour éviter des erreurs :

On doit pratiquer la méditation et non la concentration. On remarque qu'on doit commencer avec la méditation et lorsqu'on est absorbé dans la méditation, il atteint l'état de la concentration préliminaire (*samadhi*) ; et plus tard il culmine dans la concentration. La concentration « est le résultat naturel de la méditation lorsque notre être se fond dans une seule pensée ou un seul sentiment. Ainsi, la concentration réelle suit la méditation en temps voulu. Ce serait donc un faux processus de commencer par la concentration.

Tous les efforts pour localiser la position du cœur ou pour visualiser la lumière doivent être évités.

Il arrive généralement qu'après avoir commencé la méditation avec l'idée consciente de l'objet, il soit progressivement emporté dans un état d'apparente distraction. Dans un tel cas il conclut généralement qu'il a dérivé du point et qu'il avait manqué la méditation pour cette fois. Mais il n'en est pas ainsi. C'est réellement un état de distraction qui commence quand un Abhyasi entre dans des couches de conscience plus profondes et plus fines. La conscience est perdue, mais la méditation continue toujours inconsciemment dans un niveau d'esprit subconscient. Ainsi on ne devrait pas considérer une telle absence de conscience comme une erreur dans la méditation.

Nous faisons l'expérience d'une ruée anormale de pensées et d'idées qui perturbent la méditation. Ishwar Sahai dit que dans la méditation « nous essayons de créer un vacuum de la pensée dans un esprit conscient. Maintenant juste comme la ruée de l'air vers le vacuum est plus forte, de même la ruée des pensées doit être plus vigoureuse vers le vacuum de la pensée. » On ne devrait pas leur porter d'attention, plutôt les traiter comme des hôtes non invités.

On ne doit pas essayer de contrôler l'esprit par des contraintes et des mortifications parce que ces efforts forcés peuvent engendrer d'autres complexités et complications. Au lieu de contrôle, nous avons besoin d'une régulation correcte de l'esprit vers l'idéal.

- On doit essayer de se libérer de la pensée autant que possible.

En gardant ces choses en vue on doit observer la méditation. Ainsi, dans le système du Sahaj Marg *Dharana*, *Dhyana* et *Samadhi* au lieu d'être trois étapes différentes du Yoga à pratiquer séparément l'une après l'autre. Celles-ci sont, de fait, les trois phases d'un et même processus de méditation. *Dhyana* (méditation) commence avec *Dharana* et finit en *Samadhi* (concentration).

- Souvenir Constant

À côté de la méditation le système du Sahaj Marg suggère de pratiquer le souvenir constant, parce que la simple conscience de Dieu soigne de nombreux maux de l'esprit et enlève les difficultés du chemin. Et c'est la raison pour laquelle

simplement faire de la méditation n'est pas suffisant parce que la méditation nous associe à la pensée sacrée du Divin pour un moment ; et un certain temps après, nous n'avons aucune idée de Dieu, et nous restons loin de Dieu tout au long de la journée. En conséquence un Abhyasi se sent au niveau bas de l'avancement spirituel. De ce fait le souvenir constant est d'une extrême importance. Dans la Gita Lord Krishna remarque : « Je suis facilement atteignable pour ceux qui se souviennent constamment de moi. » « La méthode pour cultiver le souvenir constant est de penser avec une ferme conviction au cours des heures de loisirs, que ce soit au bureau ou à la maison, dans la rue ou au marché que Dieu envahit tout et partout et que vous pensez à Lui. Essayez de rester dans la même pensée aussi longtemps que vous le pouvez. »

Donc, ce processus de souvenir constant insuffle une étincelle de spiritualité dans toute action ; et on accomplit son devoir avec amour et sacrifice et on remplit ses devoirs comme s'ils lui sont confiés par Dieu. Une telle pratique apporte un progrès rapide et prompt pour un abhyasi.

- Dévotion

Le Souvenir constant devient naturel lorsqu'il est couplé avec le sentiment de dévotion pour l'objet du souvenir constant. Le fait que l'esprit soit absorbé de façon très plaisante avec la pensée du bien-aimé lorsque nous sommes dévoués à un seul dans la vie est une expérience commune. Le souvenir constant dans un tel cas ne nécessite aucun effort ; il ne reste plus une tâche. Si cela pouvait être fait dans le cas de l'objet de l'adoration et de *Sadhana*, le progrès sur le chemin est obligé d'être plus prompt.

L'objet naturel de l'amour et de la dévotion est une personne de notre propre espèce dont nous sommes convaincus des qualités. L'accent est donc mis dans certaines traditions *Bhakti* de *Sadhana* sur le fait que le guide capable doive être pris pour le but ou l'objet de *Sadhana*. Le système du Sahaj Marg met aussi l'accent sur la même chose. Mais la précaution essentielle en adoptant une telle option, doit devoir être prise avec un soin extrême dans le choix du guide dont les limitations vont sûrement imposer des limites au progrès de l'Abhyasi qui lui est attaché et dévoué. Si un guide de vrai calibre n'est pas disponible, Dieu abstrait ou zéro ou Base ou Centre ou Rien ou ce qui ne peut pas être pris pour l'objet ou le but de *sadhana*, dans l'intérêt de la sécurité par rapport aux embûches, qui sont, bien

sûr, beaucoup plus grandes dans le cas où une personne incapable est acceptée comme guide dans le sens de l'objet ultime de la pratique du yoga.

- Abandon

L'apogée de la dévotion et de l'attachement est l'abandon dans la phase finale du rôle de l'aspirant. L'abandon à Dieu (*Isvara Pranidhana*) a été décrit comme un des moyens pour la réalisation de l'état de cessation des modifications mentales dans le Yoga Sutra. D'ailleurs il est aussi dit dans le Yoga Sutra que l'état de *samadhi* est accompli par l'abandon à Dieu. Lord Krishna dans la Gita (XII, 2) remarque que « à mon avis, les yogis les plus supérieurs sont ceux, qui m'ayant abandonné leur cœur et trempés de part et d'autre par une foi suprême, m'adorent dans une harmonie éternelle. » Lord Krishna demande aussi « abandonne toutes les lois sacrés (*dharmas*) et viens à mon seul abri et je te soulagerai de tous tes péchés. N'aie pas de chagrin », (Gita 18, 66). Ahirbudhnya Samhita (XXXVII, 28-29) décrit l'abandon à pratiquer en six façons. Il y a de nombreux exemples dans Purana, qui relatent la valeur de l'abandon à Dieu par ex. *Pradhala*, *Draupadi*, *Jada Bharata*, *Hanumana* etc.

Shri Ram Chandraji fait la remarque suivante que « à partir de mon expérience je suggère un simple processus qui peut être suivi par tous bien facilement. Si 'quelqu'un' peut vendre son cœur c.-à-d., en faire don au Maître Divin, presque rien de plus ne reste à faire.... L'adaptation de cette technique facile et simple fait du commencement du processus la fin même de celui-ci. » Réellement l'abandon signifie 'soumission à la volonté du Maître.' Shri Ram Chandraji dit : « L'abandon de soi n'est rien qu'un état de complète résignation à la volonté du Maître, avec un total mépris de soi. Rester de façon permanente dans cette condition conduit au commencement de l'état de négation. Lorsque nous nous abandonnons au grand Maître, nous commençons à attirer de Lui un flot constant de la plus grande force divine. Dans cet état un homme pense ou fait seulement ce qui est la volonté de son Maître. Il ne ressent rien dans ce monde comme lui appartenant mais tout comme une responsabilité sacrée de la part du Maître et il fait tout en pensant que c'est la volonté du Maître. » Afin d'atteindre l'abandon de la façon la plus facile Shri Ram Chandraji dit que seul un acte de volonté est requis. Mais plus légère et plus fine sera la volonté plus efficace sera son travail. Un acte de volonté reposant sous la forme d'une semence d'un volume insignifiant dans les noyaux les plus profonds de la conscience se développera bientôt en un véritable arbre étendant ses branches partout L'adaptation de cette

méthode est sûre pour susciter le résultat désiré. Seul un démarrage courageux est tout ce qui est nécessaire pour le but.

- Conclusion

Pour résumer, la pratique de la méditation telle qu'elle est préconisée dans le Sahaj Marg transmet les caractéristiques importantes suivantes :-

Se couper de ce monde et se connecter avec CELUI-LA.

Ne pas se connaître mais s'oublier.

Le processus de méditation est la transformation naturelle de la matière en esprit, de la grossièreté en subtilité, de la solidité en fine énergie.

Il ne conseille pas de restreindre les tendances mentales mais de les réguler vers la direction correcte.

La prière est mendier et la méditation est avoir.

La méditation commence dans *Dharana* et se termine dans *samadhi* (concentration).

Souvenir constant – la pratique du souvenir constant apporte un progrès rapide et prompt pour un abhyasi.

Dévotion – Souvenir constant est rendu naturel lorsqu'il est couplé avec le sentiment d'amour et de dévotion pour l'objet du souvenir constant.

Abandon – Si on peut vendre son cœur et en faire don au Maître Divin presque rien de plus ne reste à faire.

10 - La Technique et la Méthode (Rôle du Guide)

Après l'analyse du rôle d'un aspirant sur le chemin de l'élévation spirituelle il serait utile de décrire la fonction du Guide/Guru. Maintenant nous nous tournons vers la partie jouée par le Maître et sa place lorsqu'il assiste le progrès spirituel d'un aspirant.

L'Accent mis sur le rôle du Guide ou Guru

Pour avoir un progrès prompt et régulier dans les poursuites spirituelles l'assistance d'un Guru ou Guide capable et compétent est indispensable. Dr. B. L. Goswami écrit : « Le Guru n'est plus dans un domaine conditionné que ce soit celui des sens, de l'esprit ou de l'intellect. Il est le Seigneur Lui-même en image dans une structure humaine ». Un tel être humain est appelé 'Guide' parce qu'il nous montre le chemin, est connu comme Maître parce qu'il asservit les passions et les désirs ; est nommé 'Acharya' parce qu'il enseigne et prêche les Vedas et la loi sacrée (*dharma*) et est regardé comme 'Saint' parce qu'il est l'être pur. En général, il est appelé Guru. Nous pouvons l'appeler guide, Guru, Maître, Saint, Pair ou par n'importe quel nom de votre choix, mais il est après tout un aide et un soutien travaillant dans l'esprit de service. Son rôle est très important, car c'est lui qui, en fait, hisse le vrai chercheur et l'anime avec de la lumière qu'il dépose en lui sous la couche de la grossièreté. Ainsi le rôle du Guide ou du Guru dans *sadhana* a aussi besoin d'une pleine considération et évaluation de sorte que les chercheurs dans le champ de la spiritualité puissent ne pas souffrir d'être mal guidés.

Dans les écoles traditionnelles du Sahaj *sadhana*, on a déjà vu que l'aide du Guru ²porte une importance indiscutable. Son assistance sur le chemin de *sadhana* apporte quelque chose de définitif dans la sélection des moyens pour la réalisation du but et rendre le succès sûr. Hathayogapradipika (IV, a), Mahopanisd (IV, 77) et Varahopanisd (II, 76-77) proclament d'une seule voix que le '*sahajavastha*' (l'idéal d'un sahaj sadhaka) est inatteignable sans la grâce du Guru. Tournant les pages de la littérature Védique nous trouvons des disciples qui vont en pénitence dans les bois pour chercher la connaissance spirituelle auprès de saints prophètes et de sages. Le mot même 'Upanisd' signifie littéralement 's'asseoir près' du Guru. On a accordé au rôle du Guru tant d'importance dans la *sadhana*, aspect de la philosophie Indienne que les gens ont, de tout leur cœur, chanté la gloire de la grâce du Guru dans divers livres c'est-à-dire 'Guru Pratapa' par Malukadasa, 'Guru Mahima' par Arjun Dev, 'Guru Tattva' par Swami Shivananda. En outre, la religion Sikh a personnifié l'Écriture Sainte et l'a nommée 'Shri Guru Granth Saheb'.

Par conséquent, le simple effort de soi en observant la pratique n'est pas suffisant, il doit être complété par l'aide d'un guide ou d'un Guru digne. « Il y a eu des cas, toutefois, où les sages ont atteint la perfection par leurs propres efforts , s'abandonnant directement à Dieu. Mais de tels exemples sont rares. C'est

réellement un parcours très difficile et il ne peut être suivi que par des personnes particulièrement douées d'un rare génie. »

Le mot 'Guru' étymologiquement dérive d'une racine du Sanskrit 'gr' signifiant 'son' (*sabda*) et avalant (*nigarane*). Ainsi celui qui prononce un son (prêche la loi sacrée ou celui qui avale l'ignorance (*ajnana*) est appelé Guru. Yajnavalkya Smtri (I, 34) définit qu'est Guru celui qui, ayant réalisé tous les rites, transmet les Vedas à l'élève ». Manu Smtri (II, 142) dit : « Ce Brahmin, qui réalise les rites de Niseka (rites- conception) etc. en accord avec les règles (de la Veda) et donne de la nourriture, est appelé Guru ». Advayatarakopanisad (16) donne l'analyse du mot 'Guru' : « La syllabe 'Gu' indique 'obscurité', la syllabe 'ru' signifie 'disperseur' à cause de la qualité de disperser l'obscurité le 'Guru' est ainsi appelé.

Le système du Sahaj Marg moderne préconise : « Guru est la ligne de connexion entre Dieu et l'homme. C'est grâce à son medium seulement que nous pouvons atteindre Dieu. Il est le seul pouvoir qui peut nous extirper des complexités du chemin ». Kabira figurativement approuve le fait que ce corps soit une plante grimpante vénéneuse qui s'insinue. Le Guru est le dépôt du nectar. Si l'on atteint le Guru même en offrant (sa propre) tête c'est peu cher. Le Guru est le potier et le disciple est le pot. Assistant intérieurement avec la main et appliquant des touches (le Guru) évince le mal (du pot) en le faisant.

Que l'ensemble de la terre soit le papier et les forêts le stylo. Que les sept mers soient l'encre (mais) la qualité du Guru est (toujours) indescriptible. Le Guru seul est le *Brahman* transcendant ; le Guru seul est le but Suprême ; le Guru seul est la sagesse et le Guru seul est la limite ultime ; le Guru est la plus grande richesse. Pour la raison qu'il enseigne CELA. Donc, le Guru est plus grand que tout autre chose. Le Guru est *Brahman* ; le Guru est Visnu ; le Guru est toujours le Seigneur Achyuta ; Il n'y a personne de plus grand que le Guru que ce soit dans tous les trois mondes. On doit adorer avec une extrême dévotion (le Guru), qui transmet la sagesse divine, qui est le guide spirituel, qui est le Seigneur Suprême (Lui-même). Pour lui il y aura le fruit de la connaissance. De même est le Guru de même est Ishvara. De même est Ishvara, de même est le Guru. IL doit être honoré avec une grande dévotion. Il n'y a aucune différence entre ces deux. On ne doit pas s'engager dans le débat sur l'égalité de statut avec le Guru nulle part. Avec la dévotion, on doit concevoir dans son esprit le caractère identique du Guru, de Dieu et d'Atman. Guru Nanaka maintient que le mot de Guru est le son (sacré) ; le mot

de Guru envahit tout. Guru est Dieu, Guru est Gorakha, Guru est *Brahman*, Guru est la mère Parvati.

Ainsi l'assistance du Guru est une question de suprême importance pour la *sadhana*. Il est égal à Dieu ou disons même plus que Dieu parce que c'est le Guru qui nous fait réaliser Dieu. » De plus, si Dieu n'est pas satisfait nous pouvons chercher l'abri du Guru mais il n'y a pas de lieu pour obtenir du secours si le Guru n'est pas satisfait. Le Guru est Dieu 'en image dans une structure humaine'. Le christianisme aussi préconise : « Je suis le chemin, » (Jean 14, 6). « Nul ne vient au Père que par moi. » (Jean 14, 7). De ce fait afin de réaliser le but ultime de la vie humaine on doit chercher guidance auprès du Guru capable et compétent.

Selon le Sahaj Marg, l'importance du Guru est reconnue comme absolument essentielle. Mais le plus grand soin dans le choix du Guru est conseillé : « il vaut mieux rester sans Guru toute la vie que de se soumettre à la guidance d'un Guru indigne. Aujourd'hui le monde des Gurus est devenu une affaire très profitable et facile pour gagner d'énormes revenus et s'assurer des respects et des considérations royaux de la part de leurs disciples. » Swami Vivekananda a averti que le Gurusisme ne doit pas être un commerce ; cela doit s'arrêter, c'était contre les Shastras. (livres religieux ou philosophiques, les écritures)

Shri Ram Chandrajī affirme : « Il est grand temps pour toute les masses d'ouvrir les yeux et de voir quels ravages ont été réalisés par de telles personnes. » 'Les chasseurs de disciple' et 'les marchands de miracle' ne manquent pas. Il est devenu extrêmement difficile de juger de l'aptitude d'un Guru et de son mérite. Généralement les gens sont tentés par les robes de couleur et l'apparence physique des 'Gurus qui posent' et des charlatans yogi'. Shri Ram Chandrajī dit que « Ce ne sont pas les robes royales seules qui font un vrai Roi. De même ce n'est pas la forme ou l'habit qui fait un vrai saint ou un yogi. Les caractéristiques physiques extérieures ne sont pas la sûre indication du cœur intérieur. »

- Qualification d'un Réel Guru

Maintenant la question de la sélection d'un guide digne se pose à juste titre. Il est en effet très difficile de juger de la capacité d'un homme à partir de son apparence extérieure. La spiritualité concerne l'être le plus intérieur ; de ce fait les chances de tromperie en ce qui concerne le choix du guide spirituel ne sont que naturelles.

Dans le contexte de la spiritualité la source de tromperie concerne non seulement l'apparence extérieurement observable mais même les qualités intellectuelles. Les personnes sont souvent impressionnées par les conférences prétentieuses d'éloquents orateurs qui proposent une connaissance empruntée à des livres. On doit garder à l'esprit que « la connaissance n'est que l'exploit du cerveau tandis que la réalisation est l'éveil de l'âme ». Ainsi la vraie réalisation est loin au-delà de la portée des livres. Shri Ram Chandraji dit : Les livres ne nous servent à rien à cet égard. Ils peuvent nous aider à acquérir une connaissance superficielle des choses et nous rendent capables de faire d'éloquents discours sur des sujets spirituels et d'emporter des discussions, mais l'approche pratique de la spiritualité à travers eux seulement est impossible. La pratique du yoga et *Sadhanas* basés sur la connaissance acquise à travers les livres sont principalement trompeurs et même préjudiciables à notre avancée spirituelle.

En outre le Sahaj Marg *Sadhana* désapprouve le fait qu'il y ait une tradition de l'état de Guru héréditaire et ces 'Kula-Gurus' ne nous aideront jamais en aucune façon. Il y a maintenant des gurus-du-monde (Jagadgurus). Swami Vivekananda dit : « Qu'est-ce qu'un Guru ? Revenons aux Shrutis (Révélation de ce qui est entendu) – 'Celui qui connaît les secrets des Vedas, non des rats de bibliothèques, non des grammairiens, non des pandits (lettrés) en général mais celui qui connaît le sens. 'Un âne chargé de bois de Santal ne connaît que le poids du bois, mais pas ses précieuses qualités' ainsi sont ces pandits. »

L'Adi Guru du système du Sahaj Marg prend en compte toutes les caractéristiques physiques, intellectuelles et spirituelles lorsqu'il indique une certaine qualification d'un guide ou d'un guru digne comme il suit :-

Il doit être établi dans la Vérité (*Satyanistha*) par ex., il doit avoir son accès jusqu'au quatrième état de conscience (*Turiya*) et doit être *Jivanmukta*.

Il doit avoir le contrôle sur tous les points dans l'esprit de l'homme.

Il doit avoir des yeux brillants et rayonnants et avoir aussi un grand front.

Il doit avoir une compréhension de la connaissance (*jnana*), de la dévotion (*bhakti*) et de l'action (*karma*) et il doit être capable de répondre de façon satisfaisante à la question de quelqu'un qui s'enquiert.

Il doit se préoccuper seulement de spiritualité.

Il doit avoir le pouvoir de transmettre (*pranahuti*) l'énergie divine.

Cette dernière qualification est très importante et ceux qui n'ont pas le pouvoir de transmission ne sont pas dignes d'être appelés un guru.

C'est devenu une pratique commune des Gurus d'élargir le nombre de leurs disciples et s'ils suspectent que le disciple va quitter leur royaume ils ont l'habitude d'horrifier l'initié avec la terreur de l'enfer et la malédiction de Dieu. De fait « un Guru consciencieux doit lui-même, selon les circonstances, diriger son disciple pour chercher un autre Guru plus avancé et mieux qualifié, de sorte que le progrès du disciple puisse, en aucun cas, souffrir. Ceci est le devoir sacré d'un vrai Guru désintéressé. Contrairement à la pratique habituelle de la plupart des écoles de Guru concernant le problème de la relation Guru-disciple. Shri Ram Chandrajī déclare : « Je tiens pour être le droit de tout homme de rompre avec son Guru à tout moment s'il trouve qu'il avait fait un mauvais choix ou qu'il avait mésestimé la capacité et la valeur du Guru. Il est aussi libre de chercher un autre Guru si, à un moment, il trouve que son Guru n'a pas la capacité de l'emmener au-delà de ce qu'il a déjà acquis.

« Un Guru devrait être libre même du moindre sentiment d'orgueil ou de respect de soi égotiste. Il devrait même oublier l'idée d'être un enseignant ou un Guru. » Shri Ram Chandrajī croit que « si l'idée d'être un Guru traverse son esprit même une fois dans la vie, il devient indigne d'être un Guru pour toute sa vie ». En outre un Guru devrait se regarder comme un humble serviteur de l'humanité dans son ensemble. Shri Ram Chandrajī remarque : « Ils disent qu'en touchant les pieds du Guru ou en massant ses reins les courants magnétiques passent du Guru au disciple, qui aide le disciple à former de pieux *samskaras*. Ainsi par cette pratique le disciple attire beaucoup de pureté et de piété de son maître. Cela peut être vrai, mais laissez-moi les remettre en question pour un moment que la même chose n'est pas possible que le Guru rende le même service au disciple. Je pense que personne ne peut nier cela. Évidemment alors le motif, au fond, n'est que confort personnel et aise. »

Donc, un Guru vrai et valable est celui qui sert l'humanité de façon désintéressée. Il devrait connaître les secrets des faits spirituels et avoir la réalisation directe de l'Ultime. Un tel homme devrait être pur au cœur plein d'amour désintéressé. Sa motivation devrait être ni la réputation ni le fait d'amasser de la richesse. Son objectif est d'éveiller les âmes dormantes pour des poursuites spirituelles et de disperser l'obscurité des adhérents et de l'humanité en général.

- Les différentes sortes de Guru :

Shri Ram Chandraji énumère cinq formes de Guru :

Charlatans : Ils prêchent aux gens, la méthode et la technique de l'adoration des arbres, des animaux, des insectes, des maladies, des fantômes et des esprits. Un tel Guru pratique la magie noire et dupent les gens par leurs tours de magie.

Mites de Livres : Ceux qui prêchent et enseignent par la connaissance empruntée aux livres. Des conférences qui sonnent haut et des discours éloquents sont leurs principales marques. Ils nous disent ce qu'ils apprennent des livres.

Enseignants pratiques : Ils nous parlent de ces pratiques dont ils ont fait l'expérience dans leur passé. De telles personnes fourvoient les gens parce qu'ils ne connaissent pas les mérites et les démérites de ce qu'ils font ou de ce qu'ils ont fait.

Enseignant Inspiré : Ils guident les gens par l'inspiration qu'ils ressentent dans leur cœur. Des enseignants ainsi inspirés, sans comprendre la vraie signification de l'inspiration sont souvent dans l'erreur. Il est aussi nécessaire qu'il connaisse sa valeur dans la vie pratique.

Enseignant Expérimenté Inspiré : Un tel Guru écoute l'inspiration dans son cœur. Il a l'expérience directe de l'inspiration et connaît bien le processus de son application pratique pour le bien de l'humanité. Réellement si on a un Guru valable il n'y a rien de plus à achever.

- La Technique de la Transmission (*Pranahuti*)

Ceci est la caractéristique importante de la pratique spirituelle suivie dans le Sahaj Marg. Gopinatha Kaviraja décrit la transmission comme un 'déversement d'énergie' (*saktipata*) et Visnu Tirth l'appelle une 'injection de Shakti'. Dans la pratique tantrique elle est connue comme *Diksa* (initiation) de l'élève. Ceci est connu comme '*Bhagvadanugraha* ou ⁸*Bhagvatakrpa* (la grâce de Dieu). Dr. S. P. Srivastava dit que c'est une forme d'infusion volontaire de 'énergie la plus subtile. Swami Shivananda l'appelle la vibration pénétrant dans l'énergie, la '*Shakti Sancara*'. C'est la 'descente de la Divinité' dans l'enseignement de Sri Aurobindo. Le système du Sahaj Marg l'appelle '*pranahuti*'. Dr. K. C. Varadachari l'a décrite comme 'domptant l'animal dans l'homme'. Shri Ram Chandraji, lui-même, l'a caractérisée comme 'l'éveil de la beauté dormante chez l'homme.'

Cette technique de transmission était dominante parmi les prophètes Védiques et ils la pratiquaient alors qu'ils initiaient leurs élèves. La transformation d'Angulimala par Bouddha, faisant partie d'un nombre d'états spirituels sublimes à Arjuna par Krishna au début de la bataille de Mahabharata, et récemment les échanges apportés par Parmananda Ram Krishna dans la personnalité de Swami Vivekananda peuvent être cités comme exemples de l'application de cette technique. Ishwar Sahai indique l'exemple de Lord Rama ayant communiqué la condition de calme et de détachement éclairé à la condition bouleversée agitée de la reine Tara au moment du meurtre de son mari Bali, frère de Sugriva. Selon le système du Sahaj Marg la transmission est la qualification essentielle d'un Guru digne. Swami Vivekananda appelle volontiers Guru un 'transmetteur' d'énergie divine chez le disciple. Il dit que : « un Guru n'était pas seulement un enseignant ; cela était une très petite partie. Le Guru, comme les Hindous le croyaient, transmettaient la spiritualité à ses disciples ». Ainsi « cette âme de laquelle l'impulsion vient est appelé Guru, l'enseignant ; l'âme à laquelle l'impulsion est transmise est appelé le disciple, l'étudiant ». Dr. S. P. Srivastava présente un remarquable récit de transmission, « transmission ou de conduction d'énergie est un phénomène très commun dans le champ de la nature. La chaleur est transmise d'une pièce de fer chaude à une froide lorsqu'elle est mise en contact avec elle. Un morceau de charbon noir froid prend feu et acquiert de l'éclat en arrivant en contact avec une pièce brûlante de charbon chaud rouge.

Dans le champ mental aussi nous connaissons la communication des émotions et des idées grâce à l'utilisation de mots ou d'autres processus symboliques et même de la transmission ou de l'irradiation de caractéristiques mentales sans l'utilisation de mots ou d'autres signes etc. Des traits individuels et des traits de personnalité sont aussi transmis inconsciemment de personne à personne. L'éducation morale prend compte du fait qu'une personne confiante et courageuse transmet confiance et courage à ses compagnons même sans utiliser des mots ou déployer les vertus de façon concrète. Le fait que les nombreuses caractéristiques morales individuelles d'un enseignant sont inconsciemment acquises par l'étudiant qui lui est respectueusement attaché est une question d'expérience commune dans des situations d'éducation. » En outre, il indique aussi les conditions de transmission (a) présence , sous une forme appropriée, d'énergie, de qualité de matériel ou d'état à transmettre dans l'objet ou chez la personne qui peuvent fonctionner comme transmetteur ; (b) capacité ou aptitude adéquate dans l'objet ou chez la personne qui fonctionne comme le récepteur à recevoir l'énergie, la qualité transmises etc. ; (c) contact ou lien approprié entre

les objets ou les personnes impliqués dans le processus de transmission ; et (d) présence du phénomène de transmission par ex. une certaine qualité d'oxygène dans l'air pour rendre la conduction du feu d'une pièce de charbon à une autre possible. »

La transmission spirituelle de l'énergie Divine est une technique scientifique. Le pouvoir de la volonté du Maître ou du Guide est le seul médium à travers lequel la transmission fonctionne. Il n'est pas nécessaire d'avoir un médium solide ou concret parce que la force de transmission telle qu'elle est préconisée dans le Sahaj Marg est si puissante qu'elle peut fonctionner sur des personnes vivant dans un pays très lointain.

La transmission est l'influx de la spiritualité et produit un sentiment d'élévation spirituelle d'un *Abhyasi* dans le temps le plus court possible. La transmission n'est pas une innovation mystique mais un fait scientifique dans lequel le Maître par sa volonté éveille les tendances dormantes de l'aspirant. Elle sème la semence de la spiritualité qui est arrosée et soignée par l'abhyasi en temps voulu au cours de son sadhana. La transmission aide à enlever les impuretés de l'organisme. Dr. K. C. Varadachari explique : « la transmission est ce processus par lequel on est connecté d'en haut avec cet Être premier ou supra-cosmique. C'est littéralement une initiation, elle signifie le commencement de l'évolution de l'homme dans l'être cosmique. Elle est le commencement du passage de l'être physique, individuel ou personnel, limité, circonscrit au monde des fonctions cosmiques. »

Dr. Radhakrishnan dit aussi : « les grands enseignants du passé n'ont réclamé aucun crédit pour eux-mêmes, mais ont maintenu qu'ils ont seulement transmis la sagesse des anciens. » Les anciens prophètes et sages possédaient aussi cette capacité de transmission et ils l'utilisaient dans les affaires spirituelles. On peut facilement concevoir que la connaissance Védique arrivée en nos mains après une longue liste d'enseignants qui passaient ou transmettaient la sagesse sacrée à leur disciple successeur. Dans l'Upanisad Kausitaki nous trouvons aussi qu'un père, quand sur le point de partir, appelle son fils et lui transmet son être.

- Les différentes sortes de Transmission :

Dans la littérature Tantrique la transmission (*Saktipata*) fournit une aide extraordinaire au pratiquant. Selon Visnu Tirtha l'influence magnétique de l'arrivée de l'énergie divine éveille aussi le pouvoir Kundalini. Il remarque aussi que « Shaktipata peut être affecté par la vue, le toucher, le mantra ou simplement

par la volonté du maître. Dans le dernier cas, il travaille aussi bien à longue distance. » On ne peut jamais réaliser Dieu par son simple effort, par la connaissance tirée de livres ou en suivant et en écoutant d'éloquents discours. Cela exige l'aide d'un guide digne. Shrinivasa Dattatreya Gulvarni décrit le processus de la réalisation de Dieu à travers *Saktipata* (transmission). Se référant à Kularnavatantra il dit que *Saktipata* s'effectue grâce à quatre moyens – (i) par le toucher (*sparsa*) ; (ii) par des mots ou mantra (*sabda*) ; (iii) par la vision ou simplement en voyant (*darsana*) et (iv) par la volonté (*sankalpa*) du maître. Ces quatre sortes de *Saktipatas* sont respectivement une forme grossière, subtile, plus subtile et très subtile de *Saktipata*.

En outre chacune des *Saktipatas* peuvent aussi être divisées en deux formes : – (i) complète : lorsque transmise devient égale au transmetteur et obtient aussi le pouvoir d'une autre transmission ; et (ii) partielle : lorsque transmise ne devient pas égale au transmetteur et il ne peut pas en outre transmettre à quelqu'un d'autre. Pour illustrer ces quatre sortes de *Saktipata* avec leurs formes complètes et partielles la description suivante avec des exemples peut être retenue.

- Par le toucher : transmission complète – le toucher d'une lampe brûlante peut faire brûler une autre lampe et la seconde lampe peut également faire brûler une troisième lampe et ainsi de suite. Transmission partielle – le toucher d'une pierre de toucher peut changer un fer en or mais cet or ne peut pas transformer un autre fer en Or.

- Par le mot : transmission complète – Un corbeau nourri par un coucou simplement en écoutant le chant du coucou apprend qu'il est un coucou et en outre par son chant peut faire de même. Transmission partielle – un paon danse en écoutant le tonnerre mais par son chant ne peut faire son ami de la danse du coucou.

- Par la vision : transmission complète – Une tortue femelle s'occupe de ses petits en les voyant et on trouve le même pouvoir chez les petits lorsqu'ils grandissent. Transmission partielle – le *chakora*, un oiseau a beaucoup de bonheur en voyant la lune mais le *chakora* ne peut transmettre le bonheur aux autres.

- Par la volonté : transmission complète – Un poisson nourrit ses petits simplement par la volonté et eux aussi ont la même capacité. Transmission partielle – un hypnotiseur ne peut transmettre la même capacité à la personne hypnotisée.

Gopinatha Kaviraja souligne aussi que la force de la transmission de l'énergie divine a trois formes – (i) intense (*tivra*) transmission, (ii) moyenne (*madhyama*) et (iii) lente (*manda*) transmission.

La transmission dans le Sahaj Marg est conduite par la volonté du Maître et si nécessaire pour la transmission le toucher, la parole et la vision sont aussi effectuées mais ceux-ci sont aussi soutenus par la volonté. La transmission incorporée ici est si naturelle et automatique qu'il ne reste aucune chance de nuire à la croissance spirituelle. L'abhyasi apprécie ses bénéfices autant qu'il peut selon sa propre capacité. En outre cette transmission n'est pas une transmission partielle mais complète. La transformation spirituelle affectée en temps voulu provoque la divinisation de l'existence humaine.

- Hypnotisme ou Mesmérisme et Transmission

Cette technique de transmission (*pranahuti*) ne doit pas être confondue avec l'hypnotisme et le mesmérisme. Visnu Tirtha remarque que *Saktipata* ne doit « pas être confondue avec le mesmérisme ou l'hypnotisme parce que l'effet de shaktipata dure toujours et élève et de ce fait une personne acquiert le pouvoir de stimuler la même chose chez les autres et devient elle-même par un développement progressif une personnalité magnétique avec la capacité de rendre les autres comme lui-même par le toucher, continuant ainsi la ligne de succession. Les marques suivantes de différence peuvent être soulignées entre le mesmérisme ou l'hypnotisme et la transmission :

Mesmérisme/Hypnotisme et Transmission

- Mesmérisme ou Hypnotisme

C'est un certain gain matériel comme fin. Être absorbé dans l'anormalité, les sentiments et les activités mentales sont réduits à la condition dormante. Après une transe mesmérique ou hypnotique on se sent extrêmement fatigué. On éprouve de l'ennui et on se sent lourd. Ses effets sont passagers et éphémères et de courte durée. La volonté et l'intelligence du sujet sont complètement affaiblies et subjuguées et on devient un jouet aux mains de celui qui pratique le mesmérisme ou l'hypnotisme. C'est un contrôle forcé et imaginaire de l'activité de l'organisme.

- Transmission

Son objectif est l'élévation spirituelle pour accomplir le but de la vie. Elle maintient le fonctionnement normal des sentiments et de l'esprit ; et elle les stimule avec de la vitalité. Après la conduction de la transmission on se sent chargé d'influx divin et on éprouve de la fraîcheur et de la légèreté. Ses effets durent et élèvent et survivent longtemps. La volonté et l'intelligence gagnent la confiance en soi et lentement les pouvoirs spirituels se délectent chez le sujet et finalement il accomplit la libération du cycle de naissance et de mort. Elle tente une régularisation normale du fonctionnement de l'organisme. Elle ne fait pas d'un individu un moyen mais plutôt le sujet, il a la liberté de la volonté.

Son fonctionnement est possible même si le sujet est loin de celui qui transmet. La transmission spirituelle est complète et parfaite puisque le sujet devient égal à celui qui transmet.

Mais la technique de transmission dans le système du Sahaj Marg ne doit pas être limitée à la pensée de communiquer la vision divine, la descente de la divinité, de verser du pouvoir, de l'influx ou de l'injection d'énergie, de la radiation de pieuses particules ou la remise de la sagesse divine, mais en cela c'est une technique scientifique de la transformation de la personnalité humaine par la volonté spirituelle subtile du Maître. Elle est le déroulement des couches, le relâchement et le dénouement des nœuds résultant finalement à la divinisation totale. Elle est un processus de purification et de retrait des éléments non désirés de l'organisme. Elle n'est rien qu'un dynamisme spirituel qui connecte l'homme au divin et provoque le dépassement spirituel total.

Il est aussi dit qu'un aspirant engagé dans la recherche spirituelle peut lui-même par l'expérience pratique vérifier l'efficacité de la technique. Un Guru est Guru s'il a le pouvoir de transmission. C'est seulement grâce à ce pouvoir qu'il établit le lien entre Dieu et l'homme.

La technique de transmission (*pranahuti*) suivie et introduite dans la pratique spirituelle du système du Sahaj Marg est le processus qui offre la respiration vitale (*prana*) dans l'abhyasi par la volonté du Maître. Shri Ram Chandra explique que « dans notre

Samstha la Réalité est insufflée au premier coup de volonté, qui sert comme la semence pour fleurir dans le long terme. Le processus est généralement installé par celui du Maître de sorte que la semence peut se développer facilement et que les vents brûlants ne peuvent pas l'emporter. Le disciple l'arrose par le souvenir

constant qui est la seule chose nécessaire sur le chemin de la réalisation. Ainsi, la transmission, telle qu'elle est introduite dans ce système est obtenue par la volonté du Maître et c'est le stade suprême et le meilleur des quatre formes de la traditionnelle *saktipata*. En outre la transmission par le toucher, la parole et la vision sont aussi utilisées mais ils sont aussi soutenus par la volonté du Maître. Donc, la transmission introduite dans ce système est une présentation raffinée et fait qu'on sent le toucher de la Divinité, écouter la 'Voix Réelle' et avoir la vision directe de la Réalité Suprême. De ce fait, la transmission réalise des services extraordinaires pour un aspirant en dénouant les mystères dans le champ de la spiritualité. Shri Ram Chandraji remarque : « le pouvoir de la transmission est l'acquisition yogique d'un très grand ordre par lequel un Yogi peut insuffler par la force de sa propre volonté l'énergie yogique de l'effluence Divine dans une personne et enlever toute chose non désirée en lui ou préjudiciable à son progrès spirituel. Il peut exercer ce pouvoir non seulement sur ceux qui sont rassemblés autour de lui mais sur ceux, aussi, qui sont loin de lui. Le pouvoir peut être utilisé de toute façon et à tout moment. Il dit aussi que la transmission « n'est pas seulement une vaine assertion mais un simple fait et peut à tout moment être vérifiée de façon pratique par quiconque qui a plaisir à le faire. »

Certains peuvent dire que pendant la transmission il y a des chances de transférer des maladies de la part du transmetteur. Mais il n'en est pas ainsi. Ram Chandraji avec assurance et clairement remarque : « Restez assurés de ce que les maladies n'entreront pas dans le corps de l'abhyasi à travers notre processus de transmission. C'est mon expérience comme celle de mon Maître. D'autre part il a été souvent observé que certaines maladies sortent vraiment par l'effet du processus de purification. »

- Le Rôle du Précepteur dans le Sahaj Marg

La nomination des précepteurs apporte plus d'efficacité dans la technique aussi bien qu'au niveau administratif de l'organisation. Dans le système du Sahaj Marg certains précepteurs sont formés à travailler dans différentes branches ou centres de la Mission partout en Inde et à l'étranger. Leur devoir est de superviser les pratiques de méditation des aspirants et de servir comme transmetteurs locaux, disponibles tout près des membres de l'organisation. Leur formation consiste dans l'aptitude à guider la pratique de la méditation et à utiliser la technique de nettoyage des différents points et d'utiliser la technique de la transmission sur différents points, centres et *cakras* dans l'organisme. Ces précepteurs sont formés à

communiquer la transmission à des individus ou à des groupes sous leur responsabilité de telle façon que les pratiquants se sentent eux-mêmes se prélasser au soleil Divin. Ils servent comme des liens concrets entre le Maître et les Abhyasis, figurativement comme le pôle le plus proche pour se connecter à la source initiale de pouvoir. Ils sont généralement à un certain stade de développement spirituel, au moins, techniquement connu comme le *Brahmanda Mandala*, au-delà de *Pinda-Desa*. Ceci sera élaboré dans le Chapitre Suivant.

- Importance de la Technique de Transmission

La fonction suivante et les traits caractéristiques de la technique de transmission incorporés dans ce système peuvent être désignés :

La transmission renverse les tendances de l'esprit et des sens qui se déversent. La pratique spirituelle dans ce système écarte 'l'effort mental' et dit que si un abhyasi veut réaliser des progrès dans la spiritualité, il doit être naturel dans sa pratique parce que la contrainte ou le contrôle forcés des travaux de l'esprit peuvent s'avérer dangereux et nuisible. La forme réelle de la pratique (*sadhana*) repose dans la régularisation de l'énergie mentale vers le but à travers des canaux appropriés. Lorsque la transmission est accordée on cultive le sentiment de désintérêt et de manque d'enthousiasme pour les objets mondains et on se trouve chargé d'énergie Divine, qui en temps voulu, affaiblit les sentiments mauvais et les tendances vicieuses. Shri Ram Chandraji dit que le formateur compétent par le pouvoir de la transmission yogique affaiblit les tendances plus basses dans l'esprit de l'élève et sème la semence de la Lumière Divine dans le noyau le plus profond du cœur. Dans ce processus le formateur utilise sa volonté, qui a l'Infini Divin dans son dos. D'une façon il est conscient de Cela et simplement il le concentre à travers les lentilles de sa volonté sur le cœur de l'élève. L'élève peut ne rien sentir au commencement. La raison est que l'on est habitué seulement à travers les sens. Après quelque temps, toutefois, on peut sentir seulement à travers les sens et en temps voulu on peut sentir les résultats d'une telle transmission qui sont sous la forme de changements subtils du travail des parties vitales et des tendances de l'esprit.

La transmission établit le lien de relation de l'abhyasi avec le Dieu. Yoga sadhana vise essentiellement à l'union complète avec la Réalité Ultime et finalement sa fusion avec elle et il est fait de même dans le Sahaj Marg à travers le processus de la transmission. Dr. K.

C. Varadachari dit que « le premier but de la transmission est le fait de connecter le cœur de la personne avec la force de l'esprit transcosmique Suprême qui est le but de l'individu. »

La transmission est une méthode d'initiation qui apporte la transformation spirituelle dans la personnalité de l'aspirant et confère finalement la réalisation-de-Dieu. C'est un processus de dynamisme spirituel qui donne vie, progrès et succès nouveaux sur le chemin. Dr. K.C. Varadachari dit : « La méthode d'initiation à la vie spirituelle a été déclarée dans le Sahaj Marg être la transmission de l'énergie spirituelle afin de (i) donner l'impulsion pour chercher l'aspiration de l'abhyasi et (ii) d'apporter un changement dans la nature même de l'esprit et ses modifications. » La transmission n'effectue pas certains changements radicaux mais elle est « une installation d'une nouvelle sorte de vibration qui fait que l'on ressent 'le calme' au milieu de pensées qui se poursuivent, 'le calme' au milieu du bruit des environnements, un retrait des sentiments d'entendre du monde extérieur et aussi un lent abandon du désir pour quoi que ce soit d'autre que le 'calme' lui-même. » De ce fait, l'influence de la transmission produit la paix et le calme. Un abhyasi ressent le calme et le dynamisme spirituel gagner de vitesse pour apporter la divinisation de son existence même à sa racine.

La transmission est pacificatrice et nettoyante tant des sphères physiques qu'astrales. On croit que dans le yoga le nettoyage de l'esprit par l'observance de *yama* et *niyama* est un stade préliminaire nécessaire pour atteindre une concentration non perturbée.

Dans le Sahaj Marg ce travail de nettoyage a reçu suffisamment d'importance et il rend la transmission plus efficace. Dr. K.C. Varadachari affirme « Les anciens appelaient ce processus une sorte de '*nadi-suddhi*' – une purification de tout le système psychotique qui est plus subtil que le système nerveux. En un sens, le système psychotique nettoie à la fois les systèmes nerveux et circulatoire, comme ces deux pénètrent tout l'organisme. » On apprécie la légèreté dans l'organisme quand les impuretés sont extirpées et la même légèreté est éprouvée quand la transmission charge l'organisme d'énergie Divine.

(v) La transmission aide un abhyasi à traverser les nombreuses difficultés placées sur le chemin de la pratique du yoga. Les gens se plaignent souvent de ce que, même après s'être engagés dans la pratique du yoga depuis longtemps ils ne font l'expérience d'aucun progrès en eux-mêmes. Shri Ram Chandrajī dit que pendant sadhana un abhyasi traverse des états que l'on peut appeler 'condition

glissante' où un abhyasi monte un peu mais après un temps il descend en glissant, en conséquence aucun progrès n'est gagné. Dans de telles conditions l'aide d'un Guru est indispensable. La charge de la transmission aide le sadhaka à vaincre de telles difficultés. Comme on le croit, sadhaka doit traverser différents *cakras* (lotus) au cours de sadhana. Le système du Sahaj Marg préconise qu'il y a de nombreux *cakras* et points à traverser. Les espaces entre deux points s'appellent 'butoirs' dans ce système. Shri Ram Chandrajī affirme : « Les butoirs ou les espaces intervenant entre les points sont innombrables. Ils doivent tous être traversés au cours de notre voyage à l'aide d'un Maître de calibre, digne. Le processus de bhog est considérablement réduit et le séjour de l'abhyasi dans ces lieux est beaucoup raccourci, sauvant de ce fait beaucoup de temps et d'énergie. »

Ainsi le système moderne du Sahaj Marg de pratique spirituelle ravive l'indispensable technique de la transmission yogique et lui attache la plus haute valeur pour un progrès rapide sur le chemin de la spiritualité et la réalisation de l'Ultime. L'effort personnel de la part de l'aspirant est essentiel mais pas suffisant pour l'accomplissement du résultat désirable. Il doit être complété par l'activation de la force du But qui tire pour l'efficacité de la sadhana. Partout dans le plan de la Nature la force qui pousse doit être plus grande au départ, mais progressivement l'influence de la force qui tire va en augmentant. Au-delà d'un certain point et alors qu'on s'approche du But une dépendance totale de la force qui tire – même l'application de la force qui pousse dans la direction inverse pour permettre d'atterrir doucement – devient absolument essentielle. Cela sert à illustrer la relation entre son propre effort (*abhyasi*) et la grâce divine (*krpa*) – l'âge de la vieille controverse dans la sphère de la pratique du yoga. La transmission telle qu'elle est présentée dans le système moderne du Sahaj Marg consiste dans la technique effective de l'utilisation de la volonté humaine qui se trouve chez le guide capable d'apaiser le cours de la coopération efficace entre la force de l'effort qui pousse de la part de l'aspirant et la force du But Ultime qui tire, à tous les stades du voyage spirituel. Traditionnellement, l'attitude de recherche sublime a été préconisée pour le but. Figurativement la métaphore de la relation entre le mendiant et le Maître a été utilisée pour communiquer l'idée. Shri Ram Chandrajī utilise la même métaphore dans une lettre à un abhyasi : « Nous sommes tous comme des mendiants à la porte du Maître, ayant un bol de mendiant à la main que le Maître remplit volontiers. » L'expression, sans aucun doute, est simplement métaphorique et pas parfaitement réelle. C'est mendier qui est la meilleure façon pour avoir ; en tant que telle la différence entre l'abhyasi et le Maître est nominale et seulement pour certains buts pratiques.

11 - Étapes de Progrès sur le Chemin

Différentes écoles dans la philosophie indienne ont donné un exposé des étapes de l'ascension spirituelle à leur propre façon. L'exposé multiple et à multiples niveaux introduit par elle, nécessite une mûre réflexion pour estimer la description de points et d'étapes en quatre étapes dans le système moderne du Sahaj Marg.

- Yoga Sutra :

Les Yoga sutras attribués à Patanjali énumèrent un chemin à huit étapes c.-à-d. (1) *Yama*, (2) *Niyama*, (3) *Asana*, (4) *Pranayama*, (5) *Pratyahara*, (6) *Dharana*, (7) *Dhyana* et (8) *Samadhi*. Ces étapes ont aussi été décrites dans les Upanisads Yoga, Shrimadbhagavata, Ahirbudhnya Samhita, Puranas, Smrti et Hathayogapradipika.

Ce chemin de *sadhana* à huit étapes a deux aspects – (i) pratique extérieure – les cinq premières étapes de *Yama* à *Pratyahara* et (ii) pratique intérieure – les trois dernières étapes c.-à-d. *Dharana*, *Dhyana*, et *Samadhi*. *Yamas* et *Niyamas* forment un homme afin de le qualifier pour la pratique du yoga. Leurs fruits (phala) ont été discutés séparément dans la Yoga Sutra (II, 35-45). *Asana* évite l'obstruction des dualités, *Pranayama* aide à atténuer la couche de lumière et *Pratyahara* apporte le contrôle suprême sur les sentiments. Ainsi la pratique extérieure qualifie un Yogi pour gagner sur l'existence physique grossière.

Les trois dernières étapes de *Dharana*, *Dhyana* et *Samadhi* ont aussi été appelées '*Samyama*' par Patanjali et si un *Abhyasi* pratique *Samyama*, il accomplit la lumière de la ²connaissance. À côté du chemin à huit étapes il y a aussi la description du *sadhana* yogique à six étapes qui exclut les deux premières étapes c.-à-d. *Yama* et *Niyama*. D'un autre côté Tejabindopanisad ajoute sept étapes supplémentaires donnant au processus quinze étapes. Amrtanadopanisad donne la séquence suivante du chemin à six étapes – (i) *Pratyahara*, (ii) *Dhyana*, (iii) *Pranayama*, (iv) *Dharana*, (v) *Tarka* et (vi) *Samadhi*.

Donc en ce qui concerne le nombre d'étapes de spiritualité il y a une grande variété de description de ces étapes. Selon le système moderne du Sahaj Marg le voyage commence au septième étape, la méditation (*Dhyana*), qui est présentée de

façon à faire que les avantages appropriés soient manifestés automatiquement et naturellement au pratiquant au cours de la pratique.

Les Quatre Étapes :

Il y a aussi une description dans les Yoga Upanisads concernant les quatre étapes (avasthas) d'élévation spirituelle c.-à-d. (1) *Arambha avastha* (l'étape initiale), (2) *Ghata avastha* (l'étape d'incubation) (3) *Paricaya avastha* (l'étape d'introduction) et (4) *Nispatti avastha* (l'étape mature finale). Varaha Upanisad (V, 11-15) explique ces étapes.

(1) *Arambha avastha* (l'étape initiale) : abandonner tout le fonctionnement

extérieur suscité par les trois *Karanas* (Esprit, Parole et Corps), où le novice commence à fonctionner intérieurement – cela est connu comme l'étape *Armbha*.

(2) *Ghata avastha* (l'étape d'incubation) : Elle est connue par les sages comme l'étape *Ghata* où l'air vital après avoir rempli le corps, à travers la partie inférieure (chemin de la *susumna*) et perçant (les trois granthis) tient fermement sa position.

Paricaya avastha (l'étape d'introduction) : Elle est connue comme l'étape *paricaya* où l'air qui (étant doté de vitalité) est vivant et mort si en absence de fonctionnement, se tient immobile et ferme dans l'éther (de *Sahasrara*) du corps.

Nispatti avastha (l'étape mature finale) : Elle est connue comme l'étape *Nispatti*, où (le Yogi après réalisation) les fonctions de création et de dissolution (du phénomène d'éveil, de rêve et de sommeil), à travers le (*Isvara*) *Atman*, atteint l'état de *Jivanmukta* dans le cours naturel et réalise le Yoga.

Dr. Radhakrishnan donne aussi une description de ces quatre étapes et dit : « En sécurisant la santé du corps nous avons le commencement du yoga – 'Yoga *pravrtti*'. En atteignant la liberté par rapport au chagrin il atteint la seconde étape. À la troisième étape la trace de la dualité disparaît – *Maha sunyo tato bhavati sarva siddhi samasrayam*. Dans la quatrième étape il y a l'identité de l'individu avec le Soi Suprême.

Les Sept Niveaux (Saptabhumikas) :

Dr. B. L. Atreya avance une bonne description des sept niveaux d'élévation spirituelle décrite dans Yoga Vasistha. Ces sept niveaux sont aussi connus comme les Yoga *Bhumikas* (les niveaux de yoga) ou les *Jnana Bhumikas* (les niveaux de

connaissance). Yoga Vasistha (II, 118, 5-15) énumère les sept niveaux sur le chemin de *sadhana*.

Subheccha (désir vertueux) : Pourquoi est-ce que je reste seulement un ignorant ? Je dois être considéré comme les sâstras et les gens vertueux. Un tel désir, qui a le détachement comme antécédent, est ce qui est connu comme désir vertueux (*Subheccha*).

Vicarana (investigation) : tendance à la bonne conduite entreprise par (l'application régulière à l'étude de) les sâstras, la compagnie des gens vertueux, et la pratique du détachement est ce qui est connu comme l'investigation (*vicarana*).

Tanumanasi (fonctionner avec un esprit modéré) : où l'attachement passionné à l'investigation et vertueux devient modéré, en conséquence de l'investigation et du désir vertueux – c'est ce qu'on appelle fonctionner avec un esprit modéré.

Sattvapatti (état Rythmique) : quand l'esprit s'appuie sur le pur *Atman* possédé de la qualité Rythmique, en raison de la pratique des trois étapes (mentionnées ci-dessus) et la cessation de se complaire dans les objets de plaisir sensuel, cela est connu comme l'étape Rythmique (*Sattvapatti*).

Asamsakti (détachement) : Cette étape, où l'admiration pour le Rythme (de l'*Atman*) s'enracine et où il y a un détachement généré comme le fruit de la pratique des (susdites) quatre étapes, est nommée détachement (*Asamsakti*).

Padartha Bhavana (conception de la substance) : la sixième étape connue comme la conception juste de la substance (de *Brahman*), est la perception (de *Brahman*) résultant de la projection (de l'esprit) pendant longtemps, dans (la direction du) transcendant (*Brahman*), en raison de la cessation de la conception des choses extérieures et intérieures (autres que le *Brahman*) due à l'intense plaisir (éprouvé) dans son propre *Atman*, comme le résultat de la pratique, pendant longtemps, des six étapes (susdites).

Cette description des sept niveaux a aussi été donnée dans la Varahopanisad (IV, 2, 1-10). Vasistha maintient que ceux qui atteignent l'état *Turiya*, deviennent *jivanmukta* et *videhamukti* est réalisé lorsqu'on va au-delà de *Turiya* (*Turiyatita*) (YV, III, 118, 16). Ceux-ci sont les niveaux de la connaissance (*Jnana Bhumis*).

- Bouddhisme :

Le bouddhisme présente une description du chemin de *sadhana* à huit étapes consistant dans les stades suivants (i) la vue Juste (*Samma ditthi*), (ii) la résolution Juste (*Samma Sankappa*), (iii) la Parole Juste (*Samma Vaca*), (iv) l'Action Juste (*Samma Kammanta*),

les moyens d'existence Justes (*Sammajiva*), (vi) l'Effort Juste *Samma vayama*), (vii) la Mémoire Juste (*Sammasati*) et (viii) la Concentration Juste (*Samma Samadhi*).

Ce chemin à huit stades (*Atthangika Magga*) dans le Bouddhisme conduit au *Nirvana* qui libère l'homme des souffrances du vieil âge et de la mort (*Jaramarana*).

Nagasena décrit les niveaux de conscience sur le chemin de *sadhana*, qui peuvent être traités à égalité avec l'explication à cinq stades (*Mudha*, *Ksipta*, *Viksipta*, *Ekagra* et *Niruddha*) de *Citta Bhumis* dans *Patanjala Yoga* (i) *Samklesa citta* (conscience de la souffrance individuelle) ; (ii) *Srotapanna citta* (conscience de ceux qui se sont tournés vers le chemin juste) ; (iii) *Sakradgami Citta* (conscience de ceux chez qui le désir insatiable, l'aversion et ⁵l'illusion se sont effondrés) ; (iv) *Anagami Citta* (conscience de ceux qui ont avancé sur le chemin de non-retour de la souffrance) ; (v) *Arhat Citta* (conscience de la personne dont la saleté a été nettoyée, dont la souffrance est arrivée à une fin, dont les cordes de l'asservissement ont été coupées en morceaux, qui a achevé le cours de tout devoir et s'est débarrassée de toutes charges sous la forme d'impressions et de tendances arrivant là de) ;

Pratyak-Buddha Citta (conscience de celui qui se contrôle parfaitement, qui s'est élevé au-dessus du besoin d'un guide, qui a acquis la solitude après l'analogie de la corne d'un rhinocéros, qui a atteint le plus haut niveau de pureté et d'absence de saleté de la vie humaine) ; et (vii) *Samyak-Sambuddha Citta* (conscience de Buddha Victorieux de soi-même, omniscient, parfaitement illuminé).

Plus tard Asanga énumère dix étapes comme (i) *Mudita*, (ii) *Vimala*, (iii) *Prabhari*, (iv) *Arcismati*, (v) *Sudurjaya*, (vi) *Abhimukti*, (vii) *Durangama*, (viii) *Achala*, (ix) *Sadhamati* et (x) *Dharmamegh* ou *Abhiseka*.

La pensée bouddhiste et son développement a une longue histoire. Essentiellement la pensée fondamentale du Bouddhisme se trouve dans les quatre nobles vérités – (i) il y a les souffrances, (ii) il y a la cause des souffrances, (iii) la

cessation des souffrances. Dans la quatrième noble vérité – le chemin de la cessation de la souffrance Bouddha décrit le chemin à huit étapes comme mentionné au-dessus. La particularité de ce chemin est, comme Patanjali l'a lui aussi mentionné, ce chemin à huit étapes ayant la concentration (*samadhi*) comme la culmination finale. Tous les sept étapes précédents dans la pensée bouddhiste sont différents de ceux mentionnés dans le système de yoga de Patanjali. Il convient de noter que Bouddha a énoncé un chemin plus simple et plus naturel de pratique spirituelle en comparaison de la tradition courante du système orthodoxe Hindou.

- Système Jain :

Essentiellement l'enseignement Jain de pratique spirituelle est attribué au prêche des 24 Tirthankaras. Fondamentalement ils ont mentionné sept substances : (1) *Jiva*, (2) *Adjiva*, (3) *Asrava*, (4) *Samivara*, (5) *Nirjara*, (6) *Bandha* et (7) *Moksa*.

Selon la philosophie Jain l'ignorance est la cause de l'asservissement et la Libération peut être acquise par la connaissance. L'être individuel est divisé en cinq catégories :

Tirthankaras, les libérés sont ceux qui ont complètement annihilé ou stoppé l'influx/afflux de la matière étrangère à l'âme. Ils sont libérés de l'asservissement du cycle de la naissance et de la mort.

Arhat (les Âmes Parfaites) : elles attendent d'atteindre le nirvana après avoir dépouillé le corps de l'action (*karmana sarira*).

Acharya (le prêcheur) : il conduit le groupe des ascètes

Upadhyaya (l'enseignant) : il enseigne aux gens le message de la pensée et de la théorie Jain.

Sadhus (les mendiants) une classe qui inclut tout le reste.

Comme moyen pour atteindre la libération les penseurs Jain préconisent d'obtenir les trois gemmes (*triratna*) c.-à-d. (1) la Vision Juste c'est la foi solide dans les enseignements et la philosophie Jain, (2) la Connaissance Juste qui consiste dans les doctrines de la Philosophie Jain et (3) le Caractère Juste.

Le système Jain est comparativement plus rigoureux que celui du Bouddhisme. Il concède vraiment une place aux femmes dans la pratique spirituelle.

- Tantra ou Hathayoga :

Il y a là la description des étapes sous la forme du voyage de la Kundalini à partir de *Muladhara* à *Sahasrara Cakra* dit être localisé dans la colonne vertébrale (*Susumna Nadi*). Ils énumèrent sept *cakras* (chakras) :

Muladhara (au bas de la colonne vertébrale) ;

Svadhithana (autour de la région de la prostate) ;

Manipuraka (près du nombril) ;

Anahata (près du cœur) ;

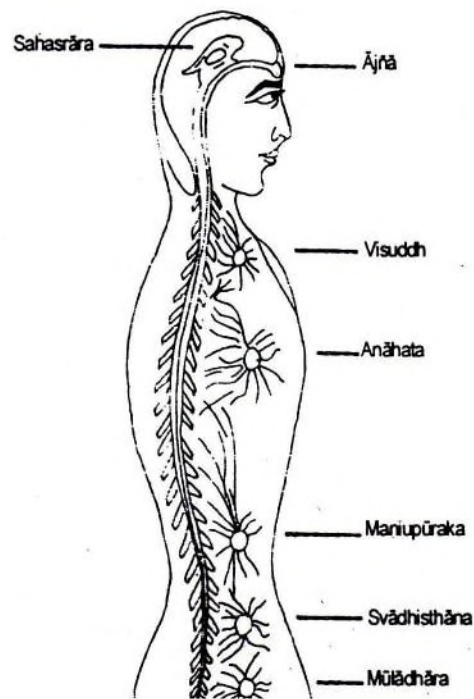
Visuddha (à la base du cou) ;

Ajna (au point au milieu des sourcils) ;

Sahasrara (la région la plus haute du cerveau).

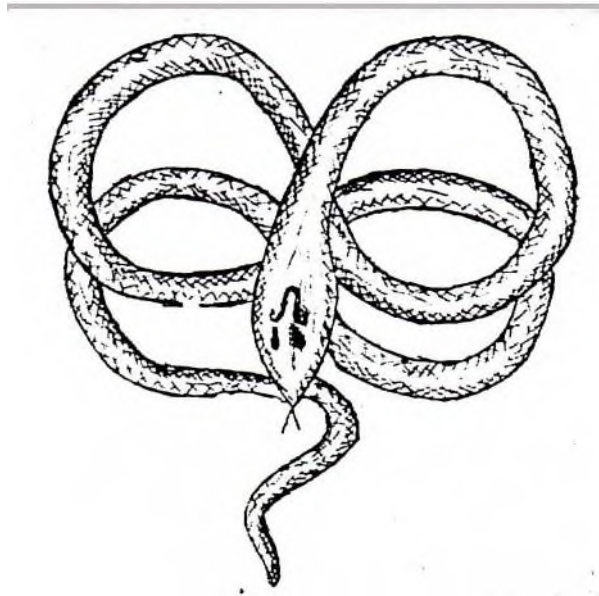
C. W. Leadbeater dit que « ces chakras sont des centres de force de connexion auxquels l'énergie coule d'un véhicule ou d'un corps d'un homme à un autre ».

Figure 12 Lotus (les Chakras)



Le Système de Yoga du Sahaj Marg *Sadhana* propose une modification dans ce processus de schéma traditionnel des Chakras : « Le Sahaj Marg recommande la méditation sur le cœur comme le processus le plus efficace. À partir de ce point, notre marche est dirigée vers le haut vers les chakras les plus hauts, surtout : *Viśuddha* et *Ajñā*. Ainsi, de tous les six chakras, notre marche reste confinée aux trois plus hauts, plaçant les trois autres qui se trouvent automatiquement nettoyés dans une certaine mesure par l'effet du processus entrepris pour la purification du cœur. Le Sahaj Marg seul présente aussi une nouvelle approche du concept de la *Kundalini* et il n'est pas utile de rêver follement après son éveil. Chaque particule, dans la composition du noyau (nucleus) des différentes cellules du cerveau, a sa propre force puissante qui surpasse celle de la *Kundalini*. Traditionnellement, la description de la *Kundalini* est donnée comme un serpent enroulé résidant dans *Muladhara cakra* ayant sa bouche en bas (comme dans la figure 13)

Figure 13 Vue Traditionnelle de la Kundalini



Mais le Sahaj Marg donne une autre approche au pouvoir de cette *Kundalini*.

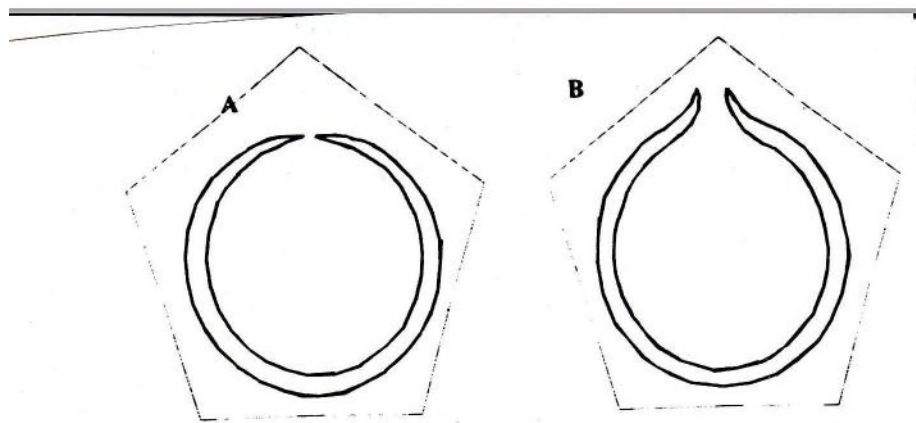
Shri Ishwar Sahai remarque : « La merveilleuse découverte du Maître à propos de cette force Mystérieuse offre une explication plus scientifique. Il dit que *Kundalini* est un serpent enroulé dont les deux extrémités sont séparées l'une de l'autre et se font face et servent comme des pôles pour le flux d'énergie » (comme donné dans la Figure 14).

L'un d'eux est un pôle positif et l'autre est le négatif. De chaque bout, un type d'énergie coule dans l'autre formant un circuit à l'intérieur de lui-même.

Pour cette raison l'action de la force de la *Kundalini* reste confinée en elle-même, sans affecter aucune partie du système humain. Mais lorsqu'elle est éveillée, ses extrémités se trouvent un peu plus séparées et se redressent légèrement (comme donné dans la Figure 14).

L'énergie alors coulant des extrémités ne reste pas localisée à l'intérieur de la *Kundalini*, mais monte par la voie de *Susumna Nadi* couvrant un large circuit s'étendant de la base jusqu'au centre du *Sahasrara*. Ce n'est pas que le nerf physique lui-même de fait se renforce pour s'étirer à travers la colonne vertébrale mais qu'il est seulement l'extension du circuit du pouvoir localisé dans la *Kundalini*. De cette façon il est affirmé que la *Kundalini* est dérivé du mot '*kundala*' qui signifie aussi 'boucle d'oreille' ; un ornement rond porté aux oreilles. Cette vue de la *Kundalini* a été illustrée dans la figure suivante.

Figure 14 Vue de la Kundalini dans le Sahaj Marg



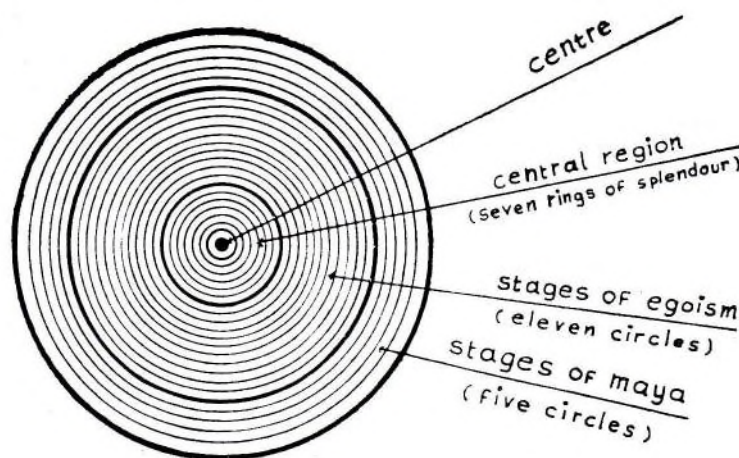
- Étapes du progrès dans le Sahaj Marg :

La description des étapes dans le Sahaj Marg est basée sur l'expérience directe et a valeur scientifique. Toutefois, les niveaux de progrès/élévation spirituels ont été décrits de différentes façons – Cercles, Anneaux, Nœuds Mandala, cinq Kosas, quatre niveaux de conscience pour le plaisir de la compréhension même pour un homme ordinaire. Leur analyse prouverait leur validité et leur valeur scientifiques.

(i) Cercles & Anneaux

Le voyage spirituel se réalise étape par étape. Le système du Sahaj Marg offre une approche nouvelle par sa conception des étapes sur le chemin de la réalisation du but Ultime de l'existence humaine. Il donne l'analyse suivante des étapes de l'avancée spirituelle sous la forme de vingt-trois cercles concentriques divisés en trois régions c.-à-d. la Région du Cœur, la Région de l'Esprit et la Région Centrale ou respectivement les sphères de Maya, d'Égoïsme et de splendeur :

Figure 15 Étapes de Progrès Spirituel dans le Sahaj Marg



Lire de bas en haut :

- Etapes de Maya
cinq cercles
- Etapes de l'égo
onze cercles
- Région centrale
sept anneaux de splendeur

Le système du Sahaj Marg tente d'exposer des horizons inexplorés dans le champ du progrès spirituel et révèle la valeur et la portée des différentes conceptions et notions de la philosophie Indienne qui étaient jusque là cachées derrière le costume mystique. La représentation des différentes étapes d'élévation spirituelle sous la forme de cercles ou d'anneaux est une remarquable et importante approche du Sahaj Marg à l'aspect *Sadhana* de la philosophie Indienne. Dr. K. C. Varadachari écrit : « C'est une découverte originale de Shri Ram Chandraji qu'il y a des anneaux qui lient l'individu. Ces anneaux semblent sortir du Centre de Dieu et se déplacent vers la limite la plus éloignée de la grossièreté ou des spirales concentriques. »

La cause originale de la création est le Premier Mouvement qui donne naissance à des vibrations sous la forme d'anneaux ou de cercles et plus tard des strates de couches vont se former l'une après l'autre. Si nous jetons une pierre dans une eau stagnante et calme nous percevons de nombreux anneaux courant vers le rivage, de même, les anneaux ou cercles, l'un après l'autre sont formés au cours de l'évolution après le commencement du Premier Mouvement. Alors que de très loin le processus de la création sort du Centre, de la densité, de la solidité et de la

grossièreté continue à se développer et lentement couvre la Réalité comme un ver à soie dans un cocon.

Shri Ram Chandraji souligne qu'il est difficile de donner le nombre précis de ces cercles ou de ces anneaux, parce que, si observé minutieusement, le Centre lui-même est un cercle qui a son propre centre. Largement, il y a sept anneaux au commencement qui constituent le champ de la Région Centrale. Cette région est la marque la plus haute du champ digne d'être visée et explorée par un aspirant vrai et réel dans le champ de la spiritualité.

Ces sept anneaux sont énumérés comme les anneaux de la splendeur. Ensuite il y a la Région de l'Esprit comprenant les onze cercles des étapes de 'égoïsme. Après viennent cinq cercles qui sont connus comme la Région du Cœur dénotant les étapes de Maya.

(ii) Les Trois Régions

Ainsi, la totalité du voyage d'un Abhyasi sur le chemin de *Sadhana* dans le Sahaj Marg a été divisé en trois régions contenant tous les vingt-trois cercles concentriques. Un Abhyasi doit commencer son voyage à partir du cercle le plus extérieur dans la région du cœur vers le Centre. Dr. K.C. Varadachari dit que « cette description de la personnalité des individus comme comprenant les cinq cercles grossiers, onze cercles subtils et finalement sept cercles les plus intérieurs autour du nucleus central ou Centre, n'est indiquée dans aucune littérature précédente. Ces cercles autour du Centre représentent à peu près les sphères spirituelles qu'un Abhyasi traverse au cours de son avancée sur le chemin. Un ¹²Abhyasi commence sa marche à partir de l'anneau le plus extérieur et avance vers le Centre traversant chaque cercle pour atteindre l'étape suivante. Shri Ram Chandraji indique : « J'ai donné tout ceci seulement pour rendre les personnes capables de juger ces soi-disant grands Docteurs en Divinité qui sont dits avoir atteint la perfection et sont généralement acceptés comme tels par les masses ignorantes qui ne jugent leur valeur que par leur forme extérieure ou leur élégance. Ces cercles sont les différentes étapes de la création et dans le développement spirituel un Abhyasi doit marcher à travers ces cercles. On dit aussi que chaque cercle a en lui-même de nombreux points. Alors qu'un Abhyasi s'approche de plus en plus du Centre, la grossièreté et la solidité vont lentement diminuer et se dissoudre.

Le traitement des étapes selon le Sahaj Marg est, donc, simultanément ontologique et psychologique : d'un côté celles-ci sont l'étape d'évolution de l'Existence à des niveaux plus fins et plus grossiers et d'un autre côté celles-ci constituent les étapes du progrès spirituel pour un *Abhyasi* sur le chemin de *Sadhana* Yogique. Ci-dessous suit une description plus détaillée de ces étapes, question, régions, avant de passer à une autre description du chemin, au sujet des nœuds.

(1) La Région du Cœur

Selon le système du Sahaj Marg généralement la condition d'une personne ordinaire se trouve dans le cercle le plus extérieur de la Région du Cœur, et un Abhyasi commence son voyage spirituel à partir de là avançant vers le Centre. Cette région du Cœur contient cinq cercles des étapes de Maya.

Traditionnellement le cœur porte une place significative et importante dans la Philosophie Indienne. Il a été considéré comme le siège de la Divinité, la cause de l'asservissement et la source de la vie. L'Upanishad Brhदारanyaka (V, 3, 1) fournit l'implication des trois syllabes utilisées dans la construction du mot Hridayam (Hr-da-yam) : « Ce Prajapati est (le même) comme ce cœur. Il est *Brahman*. Il est tout. Il a trois syllabes 'Hr', 'Da', et 'Yam'. 'Hr' est une syllabe. Ses propres personnes et d'autres lui volent et celui qui la connaît de ce fait ; 'Da' est une syllabe. Ses propres personnes et d'autres lui donnent et celui qui la connaît de ce fait ; 'Yam' est une syllabe. Celui qui la connaît de ce fait la transporte au monde céleste. »

L'Upanishad Chandogya (iii, 3, 3) maintient : « En vérité ce Soi est (demeure) dans le cœur. De lui l'explication étymologique est celle-ci. Celui-ci est dans le cœur ; il en est le cœur. Celui qui sait cela entre jour après jour dans le monde céleste. » La Gita (XIII, 17) parle aussi de l'importance du cœur :

(La Lumière même des lumières qui est dite être au-delà de l'obscurité ; la connaissance, le connaissable et ce qui doit être atteint grâce à la connaissance ; est particulièrement localisée dans le cœur de chacun.) Aussi : « Et je suis assis dans le cœur de tous. En outre la Gita (XIII, 61) présente une description remarquable semblable à la pensée de la Région du Cœur contenant cinq cercles de Maya préconisés dans le Système du Sahaj Marg alors qu'il mentionne la 'Région du Cœur' et aussi 'Maya' comme sa demeure :

(Le Dieu grossit dans la région du Cœur de tous les êtres, O ! Arjuna, amenant tous les êtres à tourner à travers le principe de Maya [comme si ils étaient] montés sur une machine.)

Ici nous comprenons clairement Maya comme le principe actif gouvernant la région du cœur et le Sahaj Marg aussi traite la région du Cœur comme les étapes de Maya. L'Upanishad Katha (II, 3, 14-17) aussi demande à aspirer à la condition au-delà de la région du Cœur.

(Quand tous les désirs qui demeurent à l'intérieur du cœur humain sont rejetés, alors un mortel devient immortel et (même) ici il atteint *Brahman*. Quand tous les nœuds du cœur ici, sont coupés en morceaux, alors un mortel devient immortel. L'enseignement va jusque là. Il y a 101 artères du cœur; l'une d'entre elles conduit à la couronne de la tête. En montant à travers celle-là, on devient immortel, les autres servent à aller vers d'autres directions différentes. L'âme de la taille d'un pouce, le Soi intérieur, demeure toujours dans le cœur des hommes.

Il doit retirer avec fermeté du corps, les éléments indésirables, comme on peut le faire avec la mauvaise herbe du roseau. Il doit se connaître comme le pur, l'immortel, oui, elle doit se connaître comme pur, immortel.)

L'Upanishad Mundaka affirme :

Le nœud du cœur est coupé (*bhidyate*), tous les doutes sont dissipés (*chiyante*) et toutes ses actions sont dissoutes (*ksiyante*), quand Il a vu le plus haut et le plus bas.)

Il est ici remarquable que Shri Ram Chandrajī divise aussi le cœur en deux parts – plus haute et plus basse. (Voir Figure 16) Patanjali définit le yoga comme restreignant des modifications mentales, et ces propensions mentales ont leur être dans le cœur (*hrdaye cittasamvit*). Brahma Sutra de Badarayana préconise aussi l'existence de Dieu dans le cœur de l'homme. Toute cette description montre clairement que le cœur est la demeure de la Divinité et un *Sadhaka* devrait commencer sa marche à partir de là.

L'idéal de libération vient devant nous dans un costume tellement mystique que sa réalisation est considérée être un long processus de nombreuses vies (*Jammajanmantara*). La tendance à être un processus consumant de nombreuses vies afin d'atteindre le but de la réalisation de soi a jeté de l'eau froide sur les espoirs et les aspirations de nombreux aspirants engagés dans les poursuites spirituelles et en conséquence le désir de connaître Dieu (*Brahman*) a souvent été écrasé dans l'œuf.

Le Sahaj Marg tente de révéler le mystère et encourage un Abhyasi à comprendre la valeur de nombreux concepts et notions. Le chemin de libération

selon le système du Sahaj Marg n'est pas aussi dur et difficile que celui conçu et formulé dans la Philosophie Indienne. Réellement de telles épreuves sont présomptueuses et sont les impositions infondées n'ayant aucun fondement solide pour s'appuyer et prouver leur validité. Ce Système anime l'esprit dans le cœur d'un aspirant et le rend capable de voir la vérité directement et de réaliser les pouvoirs qui se trouvent derrière son existence terrestre et organique.

Shri Ram Chandraji dit : « Si je parle de libération, les gens penseront qu'elle est une chose très éloignée qui peut être accomplie grâce à des efforts persistants pendant de nombreuses vies. Dans le diagramme (figure 15) l'état de libération se trouve entre le deuxième et le troisième cercle. Les différentes conditions que nous devons traverser afin de sécuriser la libération sont toutes acquises à l'intérieur d'à peu près un cercle et demi. Ceci peut aider le lecteur à se faire une vague idée de ce qui reste encore à accomplir après avoir atteint le point de libération, qui réellement, comme on croit communément, n'est pas un accomplissement ordinaire. Après avoir accompli cet état nous continuons à traverser encore d'autres cercles jusqu'à ce que nous traversions le cinquième. En outre, il y a encore beaucoup plus de niveaux à atteindre et de nombreux cercles ou anneaux à traverser. Après avoir traversé le cinquième cercle, un abhyasi atteint l'étape de *avyakta gati* (état indifférencié) et il devient complètement libre des liens de Maya, les gens appellent généralement un tel homme un *Jivanmukta*.

Le Système Sahaj Marg propose que la 'Région du cœur' ne devrait pas être limitée au cœur physique. Cette Région du Cœur ni ne représente le *Anahata Cakra* dans la littérature Tantrique ni ne représente le cœur spirituel dit être localisé sur le côté droit selon Maharshi ¹⁶Ramana.

Shri Ram Chandraji dit : « Les gens généralement pensent au cœur comme fait seulement de chair et de sang. Chaque fois que l'idée de cœur leur vient ils localisent sa position comme celle du cœur fait de la chose dite au-dessus. Cette une des limitations pour voir la Région du Cœur dans son sens plus large. C'est réellement un vaste cercle comprenant toute chose intérieure et extérieure. Les choses après le Premier Esprit appartiennent toutes à la Région du Cœur. Tous les lotus ou *Cakras* sont placés à l'intérieur de ses limites. Autrement dit, ils peuvent bien être appelés une partie de cette grande région. Les étapes de l'approche humaine se trouvent cachées en elle : la Super conscience se trouve là, *Susupti* est une partie d'elle. Nous jouons tous comme des canards dans l'eau dans cette région. L'étape de l'intercommunication avec les âmes libérées du monde plus brillant commence à partir de cette place. L'esprit individuel joue sa part dans cette région.

Il est l'artère principale de Dieu. Nous ne pouvons L'atteindre que si nous avançons à travers elle. Telle est la sphère de ce cercle. Il y a de très nombreuses choses dans ce vaste cercle qui ne peuvent être que ressenties. Aucun mot ne peut les exprimer. Les différents pouvoirs de la nature résident là. De ce fait la méditation sur le cœur produit le progrès tout autour.

(2) Région de l'Esprit

Après avoir traversé les cinq cercles de la Région du Cœur on entre dans la 'Région de l'Esprit' comprenant les onze cercles de l'égoïsme. L'Upanishad Katha fait allusion à cette région :

(Il y a une cité de onze portes (appartenant à) l'intelligence non née et non tordue. En la dirigeant on ne souffre pas, et étant libéré on est libéré en effet.) Selon le système du Sahaj Marg lorsque un abhyasi entre dans la région de l'esprit sa condition devient plus fine et plus subtile. On dit qu'elle est la région de l'intuition et sadhaka à ce niveau de réalisation développe *anubhava sakti* (pouvoir de l'expérience) en lui-même. Cette région est l'essence de la région du cœur.

C'est à travers l'esprit que le Suprême se manifeste dans la forme grossière. Comme Mohopanishad le dit : « Le charme magique, investissant le monde phénoménal, est une ¹⁷imagination de l'esprit seulement. Dans la mesure où ceci persiste il n'y a pas d'espoir de salut. L'univers est créé par *Brahman*, le *Svayambhu*, à partir de son esprit. Étant le produit de l'esprit il reçoit de façon significative le nom de Vishva. Les Upanishads conseillent de méditer sur *Brahman* comme esprit. La portion subtile de la terre devient esprit dans l'homme.

Le mot 'Esprit' est assez déroutant. Très souvent il est traité comme un équivalent du mot '*Manas*' qui est parfois utilisé comme un synonyme de '*Hridaya*' aussi, dans le langage Sanskrit. Dans l'épistémologie Samkhya et Nyaya, '*Manas*' est le sens intérieur de la cognition (*jnanendriya*). Dans la psychologie occidentale 'Esprit' gross modo connote la 'conscience individuelle', constituant la large base pour l'activité psychologique d'un individu qui concerne le fait de connaître, de sentir de vouloir. '*Manas*' en ce sens a été caractérisé d'inconstant, d'incontrôlable etc., dans la Gita et dans le Yoga Patanjala. Dans l'Idéalisme allemand et anglais, toutefois, 'Esprit' comme équivalent de 'conscience' est le constituant fondamental de la Réalité comme telle. Le 'néo-Védantisme' en Inde a

aussi, plus ou moins, collaboré avec les mêmes tendances dans les beaux jours de la philosophie de Bradley dans l'Empire Britannique. L'usage de l'expression, 'Région de l'Esprit' dans le Sahaj Marg doit être comprise dans ce dernier contexte. Selon le Sahaj Marg la 'Région de l'Esprit' est le niveau plus subtil de l'Existence universelle ou personnelle – au-delà de la réalité phénoménale de l'univers du soi, mais non l'Idéalisme courant du début du vingtième siècle et pourtant la transcende clairement. La cosmologie Samkhya parle de '*Manas*', '*Buddhi*' et '*Ahamkara*' etc. comme de niveaux plus subtils de devenir. Selon le Sahaj Marg, la 'Région de l'Esprit' est dite couvrir les onze cercles de 'l'égoïsme' ou *Ahamkara*, qui signifie la conscience nue du 'soi' comme une identité, reconnaissable comme telle. La 'Région de l'Esprit' du Sahaj Marg, donc, ne doit pas être confondue avec '*Manas*' au sens de 'organe du sens intérieur' ou de 'conscience individuelle' inconstante etc., ces descriptions manifestent l'importance de l'esprit et sa place dans l'Univers.

Comme on l'a déjà dit, les cinq cercles de la région du cœur dénotent les étapes de Maya. Généralement les gens conçoivent que lorsque l'homme l'emporte sur Maya il entre dans la région Divine (*Isvariya desa*) mais selon le système du Sahaj Marg le champ de Maya ne prend pas fin et Maya dans sa forme très subtile survit encore. La Maya dans la région du cœur est Maya grossière manifestée et la région de l'esprit est la potentialité subtile sous la forme de l'égoïsme.

Le Dr. K. C. Varadachari donne une explication plus précise : « Nous pouvons déclarer que l'égoïsme est un facteur subjectif tandis que Maya est objective. Tellement que nous pouvons soit considérer que la totalité de Maya est due à l'égoïsme soit que nous pouvons considérer que l'égoïsme est une forme plus subtile de Maya. C'est parce que Maya est en train d'avoir son essence dans l'égoïsme. Ce concept d'Égoïsme dans la Région de l'Esprit nécessite une considération utile. L'égoïsme ne doit pas être confondu avec le sentiment d'orgueil ou de vantardise.

Shri Ram Chandraji explique : « À partir de là les choses arrivent en forme et en lumière. Il n'y a pas de mouvement. Le Mouvement Invisible se multipliant avec l'idée de création augmente la force d'en bas. Le résultat ce sont les innombrables variétés que nous trouvons dans l'univers. Il est au-delà de la force essentielle. L'air ne souffle pas là. C'est la région de Dieu la plus puissante. Pour votre compréhension vous pouvez l'appeler la centrale électrique qui fait marcher la Machinerie Divine. » Pour localiser cette région dans l'organisme humain ce

système préconise que la région de l'esprit se trouve au sommet de la tête, dans le lobe occipital.

(3) Région Centrale

Dans le domaine de la *sadhana* spirituelle, le Système du Sahaj Marg propose que la Région Centrale soit le but réel de la *sadhana*. Ici, en réalité, on entre dans la région Divine (*Isvariyaadesa*) après avoir obtenu une complète libération de Maya. Un calme parfait domine tout. Il y a simplicité et sobriété. Un sadhaka entre maintenant dans les étapes des sept cercles de splendeur après avoir traversé les onze cercles de l'égoïsme dans la Région de l'Esprit. On fait l'expérience d'une super conscience d'un type très fin. Toutes les activités cessent et on réalise l'accès à la Région Divine dans une forme pure. Notre but est maintenant atteint. Shri Ram Chandrajī dit : « Notre but est atteint et nous y sommes admis. Le Soi est réalisé. Nous sommes au-dessus de la vraie conscience qui demeure dans la Région du Cœur et de la potentialité qui est enracinée dans la Région de l'Esprit. Nous sommes maintenant libres des cercles sans fin de renaissance.

Physiologiquement cette région est au-delà du lobe occipital et il est cosmologiquement au-delà de *Brahmaanda mandala* et *Para Bramandha Mandala* etc. des Saints et des Systèmes Sufi de *Sadhana*.

Cette région est l'unique découverte et ouvre un nouveau chapitre dans l'aspect *sadhana* de la Philosophie Indienne. Les sept mondes des prophètes Védiques c.-à-d. – *Bhuh, Bhuvah, sva, Mahah, Janah, Tapah* et *Satyam* sont bien connus. Mais cette région est même au-delà de la Vérité (*satyam*).

Shri Ram Chandrajī dit : « Les personnes peuvent appeler cette étape de Vérité. Ce n'est pas vraiment la Réalité à laquelle nous sommes arrivés. La Vérité a été laissée derrière et nous ne demeurons plus en elle. La Vérité transporte avec elle le sens de quelque chose qui n'est pas là. Un sadhaka (abhyasi) dans cette région est au-delà du monde-Vérité (*satya loka*).

C'est une région de splendeur divine, qui est indescriptible. Cette région est d'une vaste étendue. Si la Région du Cœur reconnaît la réalité, la Région de l'Esprit révèle la potentialité et la Région du Centre apporte la latence. Les anneaux de splendeur sont des rayons convergeant qui rayonnent à partir du Centre vers la fin du dernier anneau de cette région.. On dit que la couleur de cette région est 'une

faible réflexion d'une absence de couleur'. Les âmes libérées nagent dans cette région. « Celui qui arrive là, contrôle l'univers de la façon dont il est dirigé.... Des pouvoirs spéciaux lui sont alloués et il commence à travailler avec eux. Il ressent la vague du travail Divin et s'installe en fonction de celle-ci. Tout ordre de Dieu passe à travers lui. Il attrape et lit toute chose dans la nature. Toute chose reste vivante à ses yeux. L'unité est prédominante. Il est partout le même, dedans et dehors. Il ne peut pas juger une pierre, un homme ou une plante dans la solidité des formes, comme ils sont. Les limitations finissent là. C'est le but final et le problème de la vie est complètement résolu. Aucune adoration ou méditation n'est exigée là. Les différents pouvoirs de la nature sont sous sa maîtrise et il leur donne le travail. Ils lui obéissent. »

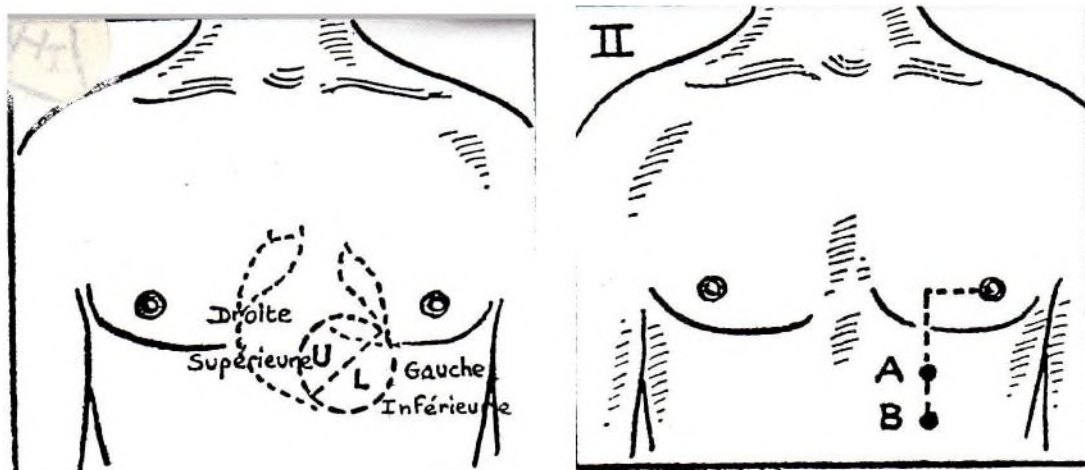
En outre Shri Ram Chandraji remarque : « Lorsqu'un homme entre dans la Région Centrale il n'y a absolument pas de voyage mais expansion, connaissance, vision de l'Absolu et ainsi de suite. Ces choses arrivent après avoir traversé les sept anneaux de splendeur. »

- Points dans différentes régions :

À part la description générale des conditions d'expérience par les Abhyasis dans les différentes régions, le Sahaj Marg moderne fournit un récit des conditions à certains points dans les différentes régions. Shri Ram Chandraji parle de chaque pore de l'organisme comme d'un Centre d'énergie et décrit ses recherches sur les conditions atteignables à travers la méditation et la transmission à différents points, dans ses travaux. Certaines de ses plus récentes recherches sont contenues dans les instructions confidentielles aux Précepteurs. Tous ces détails ne sont pas incorporés ici. Nous avons déjà fait référence aux points 'A' et 'B' dans le Chapitre VII précédemment en connexion avec l'explication de la méditation sur le cœur par les Abhyasis.

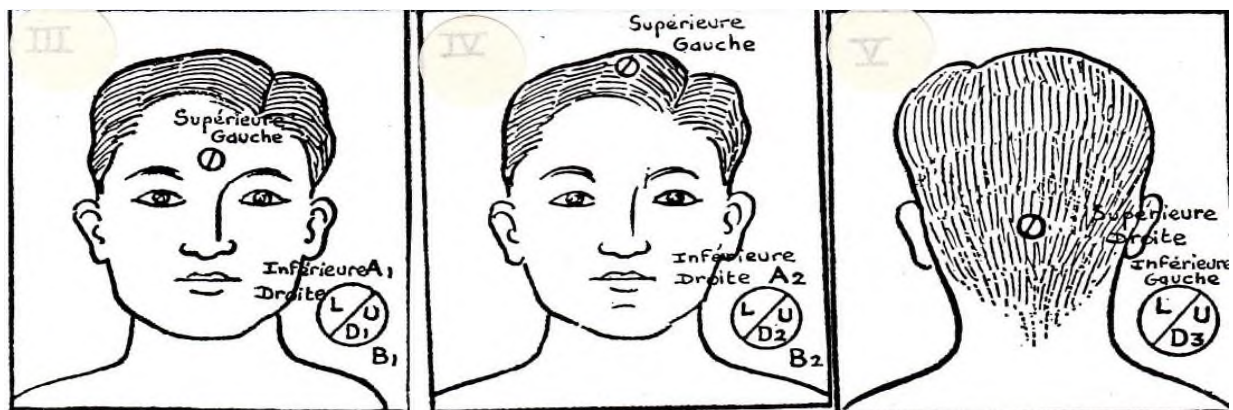
Prenant le cœur physique de l'organisme humain Shri Ram Chandraji le divise en une région plus haute et une autre plus basse comme dans le diagramme suivant :

Figure 16 la Région plus Haute et la Région plus Basse du Cœur



La région plus haute 'U' est la région pour la descente des grand Rishis et la région plus basse est la place de l'homme ordinaire. C'est la technique du système du Sahaj Marg que tandis que l'on médite sur les points 'A' et 'B' (comme dans la figure 11) cette région plus haute et celle plus basse sont chargées d'énergie Divine et nettoyées d'impuretés. En outre Shri Ram Chandraji répète cette description de la région plus haute et de la plus basse dans les plus hautes étapes de développement et l'illustre dans ce qui suit :-

La Région la plus Basse et la Région la plus Haute dans la plus Haute Croissance Spirituelle.



Il y a aussi des points 'A' et 'B' dans les régions plus hautes analogues à ceux localisés dans le cœur comme illustré dans la Figure 16.

Il est dit que si un sadhaka médite sur ces points, en conséquence il a les résultats correspondants aussi dans les régions plus hautes. Dans les régions plus hautes ces points 'A' et 'B' peuvent être décrits comme 'A1', 'A2', 'A3' et ainsi de suite.

Donc la méditation sur les points 'A' et 'B' dans les régions du cœur sert beaucoup pour produire les effets dans les régions plus hautes, aussi, et cela rend le voyage vers ces points des régions plus commode dans l'avancée.

(iv) Larges nœuds dans le processus d'Évolution et d'Involution :

Le système du Sahaj Marg résume aussi le progrès d'un sadhaka dans le fait de défaire ou de traverser les treize nœuds (*granthis*). Comme le Dr. K. C. Varadachari le dit ces différents nœuds entrent en existence au cours de l'évolution de la création et pendant le processus d'évolution de réalisation la zone de ces nœuds ne doit pas être coupée ou percée mais doit être défaite et transcendée. Cela ne signifie pas l'extinction du 'rayon de création' dans la personne dans son atteinte de '*Mukti*', laissant le monde plus pauvre et Dieu sans un rayon de '*lila*'.

Selon le système du Sahaj Marg la création est le résultat du mouvement (*ksobha*) et quand le courant a débordé ces nœuds se formèrent. Le principe d'invertendo clarifie aussi que ces nœuds étaient formés aux points d'inversion.

Un sadhaka fait successivement l'expérience des quatre conditions suivantes à la perte de chaque nœud.

Un état particulier d'éveil à l'intérieur de l'esprit, une conscience de la force Divine, envahissant tout.

Un état Divin prévaut partout et toute choses absorbées dans son souvenir.

Ni le sentiment de la force Divine ni celui du souvenir, mais seulement un sentiment de négation.

Tout est parti. Aucune impression sur le cœur, pas même celle de l'existence.

Ces conditions renvoient aux sentiments généraux éprouvés par un Abhyasi à chaque point ou nœud. Shri Ram Chandraji donne un exposé des différents treize nœuds. À chaque nœud un *Abhyasi* a un sentiment de fusion, et il acquiert la connaissance (*jnana*) jusqu'à cette limite et dans l'état final il atteint la condition des diminutions de connaissance, et il l'appelle 'complète Ignorance'. À chaque point le processus de fusion se répète de façon identique, le dernier étant l'étape finale la connaissance des points. Ainsi on gagne la connaissance jusqu'à cette limite.

Remarques Finales :

Ainsi le système du Sahaj Marg de *Sadhana* a introduit des modifications très significatives dans la pratique traditionnelle du Yoga en ce qui concerne l'exposé des étapes de progrès sur le chemin de *Sadhana*. Les conclusions, sans aucun doute, dépendent des perceptions intuitives des deux Maîtres de ce système et ont besoin d'être vérifiées grâce à de strictes procédures scientifiques pour avoir un mérite scientifique. Pour sa part, Shri Ram Chandrajī, le président fondateur de ce Système a tenté d'obtenir la vérification de ses perceptions intuitives grâce à la narration des conditions donnée par de sensibles *Abhyasis*, pratiquant sous sa supervision. La volumineuse correspondance de Km. Kasturi Chaturvedi en Hindi contient des exposés très détaillés des conditions éprouvées à différents points et nœuds dans les différentes régions et anneaux ou cercles à partir du tout départ de l'avancée spirituelle dans ce système aux points du Cœur. Certaines de ces lettres furent publiées anonymement de façon périodique dans le 'SAHAJ MARG' (Trimestriel) magazine de la Mission Shri Ram Chandra, sous la colonne 'Le Pèlerinage Infini' (Ananta Yatra). Il y a d'autres exposés dans la correspondance de plusieurs *Abhyasis*. Il est nécessaire de comparer ceux-ci et une description objective systématique du chemin de spiritualité a évolué. Ce travail peut être trouvé à l'Institut Tiraputi de Recherche du Sahaj Marg, ce qui a apporté un volume consistant de papiers présentés par des *Abhyasis* méritants au Séminaire sur le 'Sahaj Marg et les Problèmes de Personnalité'. Ces papiers contiennent l'expérience d'*Abhyasis*. Au moment voulu, l'institut peut réussir à placer le séculaire système du *sadhana* spirituel sur un fondement scientifique rigide. Bien sûr, le concept de 'Science et méthode Scientifique' doit nécessiter une modification pour inclure le sujet spirituel et divin, jusque là relégué aux régions de l'occulte et de la religion par des scientifiques respectables.

12. Le Sahaj Marg et Autres Systèmes de Yoga (Une Évaluation).

Le Sahaj Marg *Sadhana* tel qu'il est pratiqué selon la Mission Shri Ram Chandrajī est dit marquer une ère nouvelle dans le champ du yoga *sadhana*. Il a été mis un accent grandissant sur la reprise du yoga pour l'homme moderne dans divers mouvements renaissants dans la période moderne de la Philosophie

Indienne. Paramhams Ramkrishna et Swami Vivekanandaa ont posé les fondations d'un mouvement aussi renaissant, et ensuite ont suivi Swami Ram Tirtha, Shri Aurobindo, Maharshi Raman, Professeur Remade, Sat Sri Sai Baba, Swami Shivanand, Mehar Baba, Dr. Sampurnanand, Swami Chinmoyanand et Mahesh Yogi etc. Le mouvement du Sahaj Marg constitue un lien très important dans cette même chaîne. Comme son fondateur l'a proclamé : « Le Sahaj Marg longe étroitement les lignes du Raja yoga ; mais bien sûr avec certains amendements et certaines modifications pour éliminer la surabondance de ce système. » Il est aussi affirmé à cet égard que « la vieille méthode mécanique impliquant des austérités et des pénitences, très mal adaptée aux environnements de la vie d'aujourd'hui, doit nécessairement être mise de côté et remplacée par des moyens simples et naturels. » Les principales caractéristiques de ce système ont déjà été discutées et à cet égard il serait plausible de se tourner vers une évaluation comparative des importantes contributions du Sahaj Marg en relation avec les traditions anciennes, médiévales et modernes du Yoga Sadhana ?

- Sadhana Yogique Traditionnel Ancien et le Sahaj Marg :

Traditionnellement le yoga sadhana consiste à suivre le chemin à huit étapes tel qu'il est énoncé par Patanjali dans le Yoga Sutra (II, 29) Swami Vivekananda en donne une étude pragmatique dans son fameux traité 'Rajayoga'. Il remarque : « Cette étude du Rajayoga demande longtemps et une pratique constante. Une partie de cette pratique est physique, mais dans l'ensemble elle est mentale. » Le Sahaj Marg présente un cours naturel de pratique et introduit une méthode efficace au point de rendre le voyage à travers ces huit étapes, rapide et régulier. Le chemin est raccourci en commençant avec la méditation, la septième étape de Patanjali et en tentant de tirer les bénéfices essentiels des étapes précédentes disponibles automatiquement à l'abhyasi pendant le cours de la pratique. Il n'est pas nécessaire de suivre toutes les étapes. De plus, la méditation dans la Sahaj Marg n'est pas une étape ou un niveau de sadhana mais elle est un moyen d'établir l'union avec l'Ultime.

Le Sahaj Marg, donc, met pratiquement la lumière sur un processus simple et facile d'un cours plus bref de sadhana et, de façon théorique, il explique et clarifie les erreurs et les fausses conceptions. Shri Ishwar Sahai compare le Sahaj Marg avec le vieux système du yoga et souligne les points importants de différence entre eux. Son exposé peut se résumer comme suit :

Le Sahaj Marg explore l'idéal le plus haut compréhensible du yoga sadhana, à savoir, 'unité' complète c.-à-d. fusion avec l'Ultime, conçu comme Centre ou Zéro.

Il introduit une méthodologie de pratique la plus simple et la plus subtile possible et évite l'application d'une méthode très élaborée et compliquée.

Le Sahaj Marg préconise un processus naturel et simple de détachement (*vairagya*) et ne considère pas la vie domestique comme un empêchement à la poursuite spirituelle.

La description de progrès spirituel sous la forme de *cakras* (plexus/lotus) allant de *muladhara* à *Sahasrara* a aussi été amenée à un nouveau premier plan qui visait précédemment à atteindre certains pouvoirs super humains (*siddhis*). « Le Sahaj Marg, ne visant pas l'acquisition de pouvoirs, fait diversion par rapport au vieux chemin établi et démarre de *anahata cakra* (plexus du cœur) omettant les trois premières étapes. » Ceci encore raccourcit le cours du voyage d'un aspirant sur le chemin de sadhana.

Les particularités qualifiantes d'un aspirant dans la conception Vedanta de *sadhanachatustaya*, comprenant *viveka*, *vairagya*, *satasampatti* et *mumuksatva*, a aussi reçu une nouvelle approche. Le système de pratique du Sahaj Marg préconise que seul le dernier désir de libération éliminé (*mumuksatva*) est tout ce qui est nécessaire pour un fonctionnement correct de l'esprit.

La pratique de la méditation dans le Sahaj Marg est telle qu'elle couvre toutes les étapes mentionnées dans le chemin à huit étapes de Patanjali.

Il introduit l'application de la technique de transmission qui rend le sadhana du Sahaj Marg régulier, rapide et certain.

Comme il l'a été discuté à des endroits pertinents dans les chapitres précédents, le Sahaj Marg sadhana semble porter de plus grandes affinités au yoga Upanishadique résumé dans la Gita. La synthèse de *niskamakarmayoga*, *jnanayoga*, et *bhaktiyoga* comme proposée dans la Gita arrive à être très proche de l'idéal du Sahaj Marg sadhana et fait du Sahaj Marg une confluence des trois ruisseaux de : la connaissance, la dévotion et l'action.

- Le Sadhana médiéval de Dévotion et le Sahaj Marg :

L'histoire de la philosophie indienne présente le yoga sadhana sous une large variété de formes. Samhita et Brahmana mettent l'accent sur l'accomplissement de différents rites et rituels comme des devoirs (*karmas*) et des prophètes Upanishadiques mettent l'accent sur la connaissance (*jnana*). Dans la dévotion Purana (*bhakti*) à Dieu a été révélée pour être le meilleur moyen pour la réalisation de la libération du cycle de la naissance et de la mort. Les saints du Moyen Âge préconisaient le chemin de la dévotion. Le yoga de la dévotion (*bhaktiyoga*) peut être retrouvé dans les hymnes Védiques et les Upanishads. Les prophètes Védiques (*rsis*) voulaient clairement devenir des adeptes de l'Ultime dans Atharvaveda (*tasya te bhaktivamsah syama*). Svetasvataropanisad (VI, 23) affirme : « Ces sujets, qui ont été déclarés, brillent pour celui qui a une grande âme, qui a la plus grande dévotion pour Dieu et son guide spirituel quant à Dieu. Oui ils brillent pour celui qui a une grande âme. »

Cette dévotion (*bhakti*) sous la forme du souvenir du nom (*namasmarana*) a été traité pour être le meilleur moyen pour la réalisation de l'union avec Dieu dans Kaliyuga.(âge de fer) Ce qui a été accompli par la pratique de dix années dans Satayuga,(âge d'or) d'une année dans Treta (âge d'argent) et d'un mois dans Dvapara (âge d'airain) est obtenu par le récit et le souvenir du nom de Dieu dans Kaliyuga.(âge de fer,[âge des conflits et du matérialisme]) L'Upanishad Kalisantarana recommande la récitation de seize couplet parlés consistant dans le nom de Dieu, pour la pratique c'est-à-dire:

« Hare Rama Hare Rama Rama Rama Hare Hare

Hare Krishna Hare Krishna Krishna Krishna Hare Hare. »

Ainsi, la dévotion arrive à être traitée comme le meilleur moyen de la pratique spirituelle. Un adepte réalise tout ce qui est acquis par l'action (*karma*), la pénitence (*tapas*), la connaissance (*jnana*), le détachement (*vairagya*), le yoga, l'offrande (*dana*), *dharma* etc. Valmiki, Shabari, Prahlad, Bharat, Tulsidas, Meera, Chaitanya etc., sont énumérés comme les grands adeptes de Dieu. Naradabhakti Sutra (25) affirme clairement que la dévotion est supérieure au *Karma*, *Jnana* et *Yoga*. Lord Krishna dit à Arjun qu'on peut savoir, voir et entrer en Dieu par la dévotion (Gita XI, 54). Je suis connu réellement ou vraiment (*tattvatah*) par la dévotion. (Gita XVIII, 15).

Cette dévotion dite capable d'être pratiquée en neuf étapes (*navadha bhakti*) à savoir.

Sravana – en écoutant le Nom ;
Kirtana – en récitant le Nom ;
Smaranam – en se souvenant du Nom ;
Padasevana – en servant les pieds ;
Archanam – par le culte ;
Vandanam – par l'adoration ;
Dasyam – par le service et la servitude ;
Sakhyam – par l'amitié ; et
Atma-nivedan – par la consécration de soi.

Cette dévotion selon Sandilya est de fait l'attachement complet et suprême à Dieu (*paranuraktirivare*).

Shri Ram Chandrajī fournit une affirmation notable que « l'homme gagne avec la foi, la dévotion et la confiance en soi. » Il explique en outre : « La dévotion et l'amour, bien sûr, ⁵restent si faciles et pourtant si difficiles d'accomplissement en même temps. La dévotion réelle n'a aucune nuance d'affectation en elle et va de mèche avec l'illumination. À l'étape initiale l'adepte peut être conscient de ses sentiments envers l'objet de son amour ; mais à des étapes plus hautes l'écume et la furie sont diminuées au point d'une perte presque totale de conscience d'un attachement à l'étape Ultime. On peut parler d'un niveau de dévotion superfine comme d'un total abandon de soi, duquel la conscience d'abandon a été entièrement retirée par la grâce du Maître Suprême Lui-même. »

- Sadhana Yogique Moderne et Sahaj Marg :

Dans la période moderne de la Philosophie Indienne, un assez grand nombre d'écoles religio-socio-philosophiques ont vu le jour. Comme tel le yoga sadhana, tel qu'il est suivi et prescrit dans certaines de ces écoles et certains de ces systèmes, a aussi besoin d'une mûre évaluation et d'une mûre comparaison avec le sadhana du Sahaj Marg. Nous avons déjà énuméré Swami Vivekananda, Maharshi Raman, Swami Ram Tirth, Aurobindo, Sai Baba, Mehar Baba, Mahesh Yogi, et Shivananda etc., comme les principaux représentants du Yoga Sadhana dans la

Philosophie Indienne moderne. Ils préconisaient le yoga sadhana sous une forme ou une autre selon les besoins et les exigences de la société d'aujourd'hui et dominant les conditions. En général, leur objectif était un, à savoir, sécuriser l'union complète avec l'Ultime comme le Sahaj Marg le conçoit. Ils s'efforçaient aussi d'introduire une technique simple et naturelle de yoga sadhana à être observée par l'aspirant sur le chemin de la réalisation.

Le voyage sur le chemin de la spiritualité commence à partir du cœur. Swami Vivekananda remarque : « Le cœur pur est le meilleur miroir pour la réflexion de la vérité, aussi toutes ces disciplines sont-elles destinées à la purification du cœur. Et dès qu'il est pur toutes les vérités étincellent sur lui en un instant ; toutes les vérités de l'univers se manifesteront dans ton cœur si ton cœur est suffisamment pur. » Shri Aurobindo affirme aussi : « Il n'y a aussi aucune méthode en ce yoga si ce n'est se concentrer de préférence sur le cœur et appeler la présence de la Mère (la Divine Shakti) pour prendre l'être et par les mécanismes de sa force transformer la conscience. Toutefois, à la différence des systèmes installés par ces maîtres, le Sahaj Marg sadhana commence avec la méditation sur le cœur. Un aspirant commence son voyage à partir de l'anneau le plus extérieur du cœur. On lui demande de penser à la lumière divine dans le cœur. Swami Ram Tirth note aussi l'importance au concept de lumière et remarque : « Le seul remède est la Lumière, et la Lumière est connaissance vivante, foi vivante dans notre Divinité. C'est le remède, il n'y en a pas d'autre. » Il prétend en outre : « La lumière signifie simplement la réalisation de la vérité à un tel degré que tous les corps apparents et les formes apparentes peuvent se réduire à néant. » Demeurez sur l'idée que vous êtes Lumière des lumières. Que je suis. Je suis la Lumière des lumières. Identifiez-vous à la Lumière des lumières. C'est votre essence.

Mais le sadhana du Sahaj Marg ne donne pas tant d'importance au concept de lumière. Il indique qu'un aspirant commence avec l'idée de lumière dans le cœur. Un aspirant est aussi conseillé de ne pas forcer son esprit à concevoir la lumière. Réellement, la lumière peut être perçue au début de sa pratique. La vision de la lumière n'est pas un moyen final mais un moyen compréhensible très subtil avec lequel commencer. Swami Ram Tirth le suggère aussi : « Nous ne devons pas vouer un culte à la lumière comme à une chose matérielle, comme les Catholiques Romains font avec leurs idoles. » Le cours de la sadhana tel qu'il est conseillé par Swami Ram Tirth met essentiellement l'accent sur le fait d'imaginer et de penser que 'Je suis *Brahman*'.

Vous devenez ce que vous pensez. Appelez-vous vous-même un pécheur et vous finissez par devenir un pécheur, appelez-vous vous-même un imbécile et vous deviendrez un imbécile, appelez-vous vous-même faible et il n'y a aucun pouvoir dans ce monde qui puisse vous rendre fort. » La technique préconisée par Swami Ram Tirth révèle définitivement un état élevé de *Brahmanhood*, mais cela n'est pas si facilement atteignable, simplement en pensant soi-même et tous les objets comme *Brahman*. Elle exige son propre cours de pratique, particulièrement la technique de transmission par un Maître valable comme il est insisté dans le Sahaj Marg et pour laquelle il semble n'y avoir aucun élément dans le système conseillé par Swami Ram Tirth.

Ici cela vaut la peine de noter que le yoga sadhana dans la période moderne de la Philosophie Indienne traite essentiellement avec le processus de méditation (*dhyâna*). Une grande variété de techniques pour faire la méditation peut facilement être trouvée parmi les nombreuses personnes qui rajeunissent et proposent des sectes et des systèmes. Elles considéraient que leur méthodologie respective était la correcte et la supérieure. Traditionnellement Patanjali considérait que la méditation (*dhyâna*) était l'étape raffinée de l'étape précédente connu comme *darhana*. Traditionnellement comme définition du Yoga Sutra (III, 2) que, lorsque *dharana* obtient la constance dans la pensée, le niveau de méditation (*dhyana*) culmine par lui-même.

L'Upanishad indique aussi que la méditation détruit la mondanité. La pensée Indienne moderne présente la méditation d'une façon raffinée et plus compréhensive. Swami Ram Tirth dit que *dyana* « est l'équilibre de l'esprit plutôt qu'une action forcée. » T. L. Vasvani, aussi connu comme 'Dadaji' explique dans son livre 'Borne to serve' (Né pour servir) : « Qu'est-ce que la méditation ? Brièvement, se tourner vers l'intérieur, dans un regard calme et stable, pour absorber, les yeux fermés, les rayons de la lumière intérieure. Cette Lumière apparaît quand vous êtes conduit dans la cité, l'Ashram – de la Lumière de Krishna. »

Ici Aurobindo insinue et préconise de « se concentrer là, non sur l'endroit, mais sur le Divin. »

Swami Shivanand explique le résultat, et dit plutôt les conséquences de la méditation correcte en ces mots : « La méditation est la seule voie royale pour l'atteinte du salut ou *Moksa*. La méditation donne vision de l'unité. La méditation produit le sentiment d'unité. La méditation est un aéroplane qui aide

l'aspirant à prendre son essor haut dans les royaumes de l'éternel qui connecte la terre au ciel et emporte l'aspirant dans la demeure immortelle de *Brahman*. »

Maharshi Ramana traite Dieu, Guru et Soi comme un et comme étant les mêmes, et affirme que pour le but de la réalisation, « Deux choses doivent être faites : la première trouver le Guru au dehors de toi-même et ensuite trouver le Guru à l'intérieur. » Ainsi, la méditation est le processus de recherche et de recherche à l'intérieur jusqu'à ce qu'il commence la révélation des secrets divins et la manifestation des faits spirituels. Maharshi Ramana remarque qu'il y a deux façons soit vous demander 'qui suis-je ?' soit vous abandonner au Guru. Il est vrai que les pensées arrivent pour perturber la méditation mais cela ne devrait pas être traité comme un obstacle parce que ce qui était supprimé devait sortir. À moins que cela ne monte cela ne peut être rejeté. Ramana conseille de méditer sur 'qui suis-je' en concentrant son attention sur le cœur, non sur le cœur physique mais le cœur spirituel qui repose sur le côté droit de la poitrine.

Shri Ram Chandraji fournit une explication précise à cet égard : « Les disciples de Maharshi doivent même s'impliquer et controverser la façon de regarder l'exakte position du cœur dans le corps humain : qu'il soit sur la droite ou sur la gauche. Il n'y a, toutefois, pas de mystère à ce sujet. Il sera tout à fait clair si nous prenons toute la structure du cœur physique en considération. Maharshi insiste sur la recherche 'qui suis-je ?' À mon humble avis il serait beaucoup mieux à la place d'essayer d'oublier 'qui suis-je'. La conscience du corps et la conscience de l'âme doivent toutes les deux nécessairement s'en aller et cette conception est basée sur mon expérience personnelle. » C'est à dire, l'union complète de l'âme avec l'Ultime est établie lorsque toute la conscience est fondue et au lieu de connaître 'Qui suis-je' on devrait même oublier sa propre entité 'Je'. Il devrait être libre d'un sentiment d'ego. Chercher à connaître 'Qui suis-je ?' cultivera naturellement le sentiment d'ego.

Mehar Baba, de même qu'on dit de lui qu'il était le Maître parfait, on affirme aussi qu'il est venu sur terre non pour enseigner mais pour éveiller. Il remarque « Dieu se révèle Lui-même seulement à cet esprit qui est entièrement dépourvu d'égoïsme ou d'égotisme. » Sri Aurobindo affirme aussi : « Éliminez l'égoïsme sous toutes ses formes ; éliminez-le de tout mouvement de votre conscience. » Le yoga Intégral d'Aurobindo « n'est pas un yoga de connaissance seule. La connaissance est un de ses moyens, mais sa base étant l'offrande de soi, l'abandon et *Bhakti*, elle est basée dans le cœur et rien ne peut finalement être fait sans cette base.

Le Sahaj Marg sadhana commence à partir de la région la plus extérieure du Cœur, traverse la région de l'Esprit – les étapes de l'égoïsme et finalement accomplit l'union avec Centre ou Zéro, l'Ultime Réalité.

Shri Ram Chandraji remarque : « Sri Aurobindo a beaucoup parlé du Super-mental qu'il prétendait avoir apporté sur la terre. Mais à vrai dire, il descend toujours sur terre quand une certaine force supérieure sous la forme d'une personnalité Spéciale est en existence dans le monde. Ce n'est pas vraiment le supra mental qui travaille par lui-même pour le changement de caractère du monde mais un pouvoir encore plus fort de la nature très subtile que je pourrais, pour l'amour de la compréhension, appeler Super-supra-mental, qui est au-dessus du niveau de *sattva*, *rajas* et *tamas*.

Plus haut au-dessus, il y a une force encore plus grande qui est utilisée et peut être utilisée par la Personnalité qui descend pour le travail spécial de la Nature. C'est la marque la plus haute que le Sahaj Marg vise. »

De cette façon le Sahaj Marg sadhana conçoit la méditation comme le moyen de processus pour perdre la grossièreté et la solidité. C'est un processus efficace et stable de révélation de niveaux de conscience subtils et plus fins et finalement, fondant dans le Centre.

Aurther Osburne écrit : « Le Maître est à la fois à l'intérieur et à l'extérieur aussi crée-t-il les conditions pour vous conduire à l'intérieur et prépare en même temps l'intérieur pour vous entraîner au Centre. » Swami Ram Tirth préconise : « Garde-toi toujours au Centre. Ne sois pas au dehors du Centre. » Par Centre, Swami Ram Tirth signifiait ici la lumière, la lumière Divine.

Le Sahaj Marg énonce que la méditation observée sous l'influence de la transmission par le Maître capable conduit la personne au Centre qui est la Patrie d'Origine où nous devons retourner. Swami Vivekananda explique : « Le solide se fond dans le liquide qui se fond dans le gaz et le gaz dans l'éther, puis l'esprit mental et l'esprit mental disparaîtront, tout est esprit. » Le Sahaj Marg Sadhana est aussi une technique dans laquelle le grossier se dissout dans le subtil et la solidité fond dans les niveaux plus fins. Alors qu'un abhyasi avance sur le chemin spirituel la subtilité continue à se développer dans des formes plus fines, et finalement l'Identité avec l'Ultime est obtenue.

Ainsi, le Sahaj Marg sadhana consiste ni dans la montée de l'humanité et/ou dans la descente de la Divinité ni dans la connaissance de 'Qui suis-je ?'

mais c'est un processus de révélation et de manifestation du Centre encerclé dans les anneaux d'une grossièreté croissante. Comme Mahesh Yogi il ne préconise pas de méditer sur quelque *Mantram* mystique et les abhyasis sous ce système ne méditent pas non plus sur 'Je suis *Brahman*'. Ils commencent avec l'idée simple de lumière dans le cœur et cela aussi s'évanouit en temps voulu de l'élévation sur le chemin spirituel.

Cela vaudrait la peine de mentionner qu'une organisation qui s'est développée au Bengale sous sa bannière d'Ananda Marg qui a des programmes socioculturels à plusieurs fronts alliés à un système de pratique spirituelle (*Sadhana*), qui propose aussi une méditation et une prière simples etc., pour commencer mais prescrit à ses initiés sûrs, des pratiques Tantriques mystiques compliquées destinées probablement à l'acquisition de pouvoirs spirituels. Il y a des travailleurs à plein temps qui, après avoir suivi un temps de formation prescrit, sont autorisés à propager le message du système aux masses. Ils portent un ensemble de couleur uniforme ocre. Le mouvement est ouvertement opposé, presque activement à l'idéologie communiste et vise une réforme sociopolitique d'une grande portée en Inde. Il est arrivé à être suspecté d'être une organisation politique sous la couverture d'un système de yoga sadhana et il interdit son appartenance aux serviteurs du gouvernement, ce qui a soulevé des questions à controverse.

Nous nous en tenons à la théorie et à la pratique du Yoga, conseillées selon le Système, nous trouvons qu'il préconise l'harmonisation des vibrations en lui-même avec celles en quelque chose d'autre grâce à la volonté et de ce fait l'acquisition progressive de l'avancement spirituel. D'un autre côté, le Sahaj Marg moderne ne suggère pas ou ne prescrit pas des processus mystérieux ou compliqués. En outre, c'est purement un système de pratique Rajayogique et il ne s'implique pas avec des problèmes socio-politiques au-delà de ce qui peut être rendu nécessaire en connexion de son but principal.

Le système de sadhana yogique, proposé par Maharshi Mahesh Yogi qui a gagné une popularité fulgurante en Europe et en Amérique et qui est aussi caractérisé occasionnellement par le Maharshi comme 'Sahaja Marga'. Il consiste dans la technique de la 'méditation transcendantale' avec quelque incantation, conseillée individuellement en tenant compte des tendances, inclinations, aspirations, antécédents etc. d'un abhyasi particulier.

Cette considération aux caprices d'un individu est strictement protégée dans le système moderne du Sahaj Marg de Shri Ram Chandraji qui déclare

clairement qu'il ne devrait pas y avoir de secrets dans les poursuites spirituelles parce que la spiritualité est un livre ouvert dépourvu de toute mystification.

Il peut y avoir beaucoup plus de systèmes et de traditions avec leurs propres contributions au champ spirituel et les entreprendre pour l'amour de la comparaison et du contraste peut fournir une certaine habileté dans l'évaluation de la lumière des principales caractéristiques du système moderne du Sahaj Marg. Avant de passer à la considération de certaines sources possibles de défauts et des inconvénients du Système, il sera correct d'avoir une brève vue synoptique des aspects théoriques et pratiques du Sahaj Marg.

Le Sahaj Marg conçoit ontologiquement l'Ultime Réalité sous la forme de Centre ou de Zéro ; cosmologiquement il considère que le mouvement (*ksobha*) est la cause radicale de la création de nombreux objets du monde et épistémologiquement il traite l'état de complète Ignorance, comme le but final de sadhana. Dans ses aspects pratiques, il s'efforce d'accomplir 'l'union complète' avec l'Ultime.

Dans le but d'accomplir l'idéal visé il y a une bifurcation dans la méthodologie c.-à-d., il a deux aspects – premièrement, 'le rôle de l'aspirant' en observant la pratique prescrite de la méditation avec dévotion s'élevant à l'étape de l'abandon et deuxièmement 'le rôle du Maître' comme un soutien à travers la transmission.

Pour la méditation il est demandé de méditer sur le cœur avec le sentiment de présence de lumière à l'intérieur. Il est dit que sa pratique de méditation suit les lignes naturelles de progrès spirituel et les différents niveaux se révèlent automatiquement en temps voulu.

Le soutien du Maître à travers la transmission (*pranahuti*) rend le voyage plus calme et plus rapide. Le Sahaj Marg conçoit les étapes de progrès spirituel de la sadhana sous la forme de vingt-trois cercles ou anneaux concentriques divisés en trois régions – Cœur, Esprit et Central, représentant les étapes de Maya, Égoïsme et Splendeur respectivement.

- Évaluation critique du système du Sahaj Marg Moderne :

Une analyse de l'aspect plus brillant du système du Sahaj Marg met en lumière les différentes caractéristiques importantes de ce mode de sadhana qui le glorifient d'être un système unique dans l'histoire de l'aspect de sadhana de

la Philosophie Indienne. Comme Sa théorie compréhensible et un mode simple de pratique de méditation ont un attrait universel. Mais les sources possibles de défaut et de danger ne devraient pas être ignorées comme il est probable qu'il y en ait sous un zèle enthousiaste. Une vigilance constante et une attention sont le prix essentiel d'une saine croissance de toute plantation.

Par dessus tout un chercheur universitaire est confronté à la difficulté due à l'insistance à faire parfois une recherche subjective en proposant que le sujet soit celui qui est suprême et parfait et de ce fait non seulement critique d'autres modes sans donner la moindre considération aux mérites de ces systèmes. L'approche devrait toujours être objective et elle devrait adhérer au fait de présenter toutes les questions de façon claire et judicieuse et être ainsi impartiale dans son application des évaluations et des appréciations. Les possibles démerites devraient aussi être évalués de façon diligente.

Le système du Sahaj Marg moderne circonscrit pour limiter et confiner sa pensée et sa théorie aux contributions de deux Maîtres – l'Adi Guru du Système et le Président-Fondateur de la Mission Shri Ram Chandra. C'est, peut-être, en restant avec les façons de faire du fondateur de tout le système, quelles qu'elles soient, dans leur théorie et leur pratique.

Toutes les écoles de pensée qu'elles soient Védiques ou Non-Védiques ont une histoire commençant avec le travail de quelqu'un qui propose et auquel les disciples de traditions respectives ont accroché leur confiance et leur foi.

Buddha s'est révolté contre la tradition Védique décadente de son temps et bien qu'il tirât une inspiration positive de la pensée fondamentale Védique il évita d'accepter une telle influence à travers son fameux silence.

Mohammad et ses disciples nièrent franchement être redevables à la tradition Aryan, Buddhiste, Hindoue, Hébraïque ou Chrétienne pour leur système. Face à cette posture d'une originalité de cent pour cent se séparant totalement comme d'un coup de tonnerre, n'est pas tenable après examen sérieux, impartial.

Mais, peut-être, une telle posture est-elle nécessaire pour fournir une base stable positive à un mouvement révolutionnaire qui essaie d'apprendre à ses adhérents de se passer de la charge du passé. Pour des buts pratiques, il est non seulement inutile mais même nocif de s'inquiéter de la source réelle de l'eau que vous tirez de votre puits pour étancher votre soif. Mais toutes les investigations scientifiques dans les domaines de la géologie et de la

minéralogie etc. seront gênées si l'on donne, au but pratique, trop d'importance au-delà d'une certaine limite.

Dans des questions spirituelles, toutefois, cette analogie ne dit pas toute la vérité. La source du bénéfice spirituel seul doit être exploitée pour un progrès efficace sur le chemin de l'avancée spirituelle. Un engagement non nécessaire avec l'histoire peut créer de faux attachements à des objets archaïques du musée historique créant ainsi des obstructions permanentes au flot des bénéfices spirituels dans l'être de l'abhyasi. Comme tel, pour faire bref, ce qui peut être définitivement nécessaire dans l'intérêt des adhérents de tout système, dans tous les buts, est également bien un défaut inattaquable – même si c'est un défaut nécessaire – dans les buts de la recherche universitaire.

Nous avons déjà traversé les brefs exposés des différentes écoles de Sahaj Sadhana dans l'histoire de la Philosophie Indienne précédemment dans le chapitre 2 et nous avons aussi noté que le Sahaj Marg sadhana moderne n'a rien en commun avec toutes ces écoles de Sahaj Sadhana à l'exception de l'identité en ce qui concerne l'utilisation du terme 'Sahaja'. Toute l'histoire de la Philosophie du Sahaj Marg a été gardée limitée et confinée aux expériences de l'Adi Guru et du Président-Fondateur. Le système prétend exposer le Yoga Raja qui, le fondateur de ce système l'affirme, fut d'abord introduit par un grand Rishi qui a vécu soixante-douze générations, avant Raja Dasharatha de Surya Vamsa (dynastie du Soleil). Dr. K. C. Varadachari commente : « Shri Ram Chandraji (de Shahjahanpur) déclare dans son 'Efficacité du Rajayoga' que la technique inventée par son Maître Shri Ram Chandraji de Fatehgarh avait à l'origine été précédemment inventée par un Rishi qui vivait bien avant Shri Dasharatha, le père de Lord Ram Chandra, l'incarnation (*avatara*).

L'Adi Guru donc, a été le tout premier à inventer ce Sahaj Marg sadhana. Cela a été gardé comme un mystère quant à savoir qui a été l'enseignant du l'Adi Guru, comment et d'où il a reçu toute cette connaissance, ou quelle était la source de ses inspirations ? Ces questions légitimes sont obligées d'être une source de difficulté pour un chercheur universitaire quelle que puisse être l'attitude de fidèles adhérents du Système envers ces problèmes. Il n'est certainement pas nécessaire de douter de l'efficacité ou de la nécessité de l'attitude pour des buts pratiques de progrès spirituel des abhyasis et des adeptes du système mais l'attitude a dû être définie comme religieuse plutôt que scientifique.

Ceci nous amène à un autre problème épineux, c'est-à-dire, de la vérification expérimentale des étapes du progrès spirituel. Il a été énuméré vingt-trois cercles concentriques qui représentent les étapes à couvrir durant le cours de la pratique dans le Sahaj Marg sadhana. Les différentes étapes du développement spirituel dans les différentes écoles de Yoga sadhana ont déjà été énumérées dans le Chapitre IX et nous avons eu un exposé de ces vingt-trois anneaux divisés en trois régions – Région du Cœur, Région de l'Esprit et Région Centrale. Elles représentent respectivement les étapes de Maya, étapes d'égoïsme et étapes de splendeur. Vraiment cette description sage des régions des étapes sous formes de cercles ou d'anneaux est une caractéristique importante du Sahaj Marg sadhana. Le fondateur du Sahaj Marg a aussi souligné que la découverte de la Région Centrale est la contribution unique dans le champ du Yoga Sadhana.

Cette description en forme de cercle est une question d'expérience subjective et sa vérification objective est pratiquement impossible. Il est très difficile pour un abhyasi de juger par lui-même de localiser son progrès dans la combinaison cercle-judicieux ou région-judicieuses ou nœud-judicieux. Comment se fait le passage d'une étape à l'étape suivante ? Quel est le critère pour différencier entre un abhyasi qui voyage dans un cercle particulier et un autre abhyasi qui voyage en avant ou en arrière ? Ceci est décidé presque entièrement par les mots du Président-Fondateur. L'expérience pratique réelle de ces étapes sous la forme des vingt-trois cercles divisés en trois régions semble extrêmement difficile même pour les abhyasis très sensibles.

En outre, le Centre de ces cercles concentriques est aussi décrit par Shri Ram Chandrajii consistant en beaucoup plus de cercles en lui-même. Ceci signifie clairement qu'il trouve même difficile d'être défini quant à la nature et au nombre exacts de ces cercles et de ces anneaux. Il décrit aussi le développement spirituel en termes de treize nœuds qui sont défaits et transcendés durant le cours de l'illumination spirituelle. La relation mutuelle entre les vingt-trois cercles et les treize nœuds a nulle part, dans cette littérature du Sahaj Marg, été clarifiée adéquatement. De ce fait, la possibilité de vérification expérimentale, la compatibilité pratique et l'analyse de ces étapes, posent de tels problèmes que leur accréditation ne peut être que désirée.

Le problème le plus délicat reste la méthode ou le critère de vérification de l'état d'un abhyasi en général et de l'étape de son élévation spirituelle, en particulier.

Les représentants du système du Sahaj Marg affirment que la sadhana conseillé pour la pratique dans ce système est scientifique et qu'il se défasse de l'attitude religieuse dogmatique. Le respect envers l'autorité est une caractéristique importante de la religion.

La science planifie son travail sur la vérification expérimentale et l'analyse objective. L'explication en science est basée sur l'exposition rationnelle des faits dans les mains d'un chercheur pour une étude objective. Le Sahaj Marg sadhana procède sur le principe du 'fais et sens' et son Président-Fondateur Shri Ram Chandraji conseille aux abhyasis d'appliquer ce principe afin de vérifier les différentes expériences spirituelles. Il est souhaité que l'on doive adopter rationnellement la technique de la Sadhana. Ceci rend le système moins dogmatique et plus scientifique.

Il attend qu'un abhyasi vérifie lui-même les différents faits des expériences spirituelles dans ce système. Il est souhaité que les pratiquants du système tiennent un journal qu'ils soumettent périodiquement à leurs précepteurs. Il ne peut y avoir de discussion sur la nature raisonnable et le caractère scientifique de cette méthode.

Mais en pratique des difficultés sont forcément là. La plupart des abhyasis ne tiennent pas un journal – peut-être ne peuvent-ils pas le tenir, et le nombre de précepteurs dotés de la capacité ou ayant développé la capacité de lire la condition d'un abhyasi en fonction des étapes de progrès spirituel, déclarées dans la littérature du Sahaj Marg, est tout à fait rare. Même dans le cas des précepteurs les plus compétents, la vérification finale de l'exactitude ou autrement de leur lecture repose inévitablement sur le verdict de la vision intuitive du Président-Fondateur.

Il y a un journal très systématique de Km. Kasturi Chaturvedi sous la forme de son énorme correspondance avec le Maître Shri Ram Chandraji. Elle est considérée par le Maître comme une des abhyasis les plus sensibles et aussi comme une des préceptrices les plus compétentes. Mais même dans ce cas test, il y a de longues périodes de non progrès. L'effort habituel de la part de l'abhyasi a été là mais la réponse appropriée du côté du Maître a été empêchée. Aucun doute, de tels phénomènes sont obligés d'avoir lieu dans le cas d'un mécanisme aussi doux et délicat que celui constitué par le rythme de volontés humaines purifiées. Cela va immensément au crédit du fondateur de ce système le fait qu'il traite sa propre volonté comme soumise à des défauts humains.

Quand les processus purement mécaniques sont soumis aux lois de la probabilité statistique plutôt qu'à celles de la certitude mathématique on ne devrait pas pouvoir justifier le fait de s'attendre à ce que des lois fixes puissent être opérationnelles dans le cas de volontés humaines et de grâce divine. La nature de la question soumise de la spiritualité et de la Divinité (*Brahmavidya*) est telle qu'elle exige la modification et l'ajustement du processus de vérification approprié au domaine. Avec ces dispositions inévitables, la source potentielle de défaut et de danger de rendre le processus de vérification dépendant uniquement de l'intuition subjective de quelque individu, aussi parfait soit-il, doit être prise en compte.

Dans le cas du système du Sahaj Marg moderne il y a, toutefois, une garantie contre ce danger dans la mesure où l'ego du Président-Fondateur est arrivé à un tel point de négation que, dans la coopération mutuelle des volontés de l'abhyasi et du Maître lors du processus de contrôle et de vérification, cet ego ne peut être impliqué quel que soit ce qu'Il représente. Le Maître en tant qu'individu est seulement le symbole le plus concret de l'Ultime. Il doit en être de même à propos des volontés et des visions des précepteurs. L'assurance de la préservation de cette garantie reste la seule façon de se prémunir contre ce défaut et ce danger potentiels. Certains critères objectifs des étapes intérieures des abhyasis à différentes étapes de progrès spirituel doivent être réalisés grâce à la comparaison des journaux des différents abhyasis à des points ou des nœuds ou des anneaux identiques.

L'Institut de Recherche du Sahaj Marg à Tirupati établi sous la direction de Dr. K. C. Varadachari a rendu un service précieux dans cette direction. C'est un essai de vérifier les conditions à différentes étapes et l'efficacité de la technique de transmission par l'analyse comparative des expériences des abhyasis à différents niveaux d'élévation spirituelle. Jusque là des résultats tangibles n'ont pas été découverts dans cette direction mais on espère que dans un proche futur la vérifiabilité expérimentale de ce mode de sadhana sera éclaircie. Une coopération appropriée de la part de différents centres dans cette tâche reste une condition inévitable pour réussir dans cette direction.

Il peut y avoir d'autres points de critique mais les mérites du Système dépassent de loin les défauts possibles. Le système a répondu adéquatement bien aux exigences et aux besoins de l'époque. La science physique a progressé de façon stupéfiante et l'esprit scientifique de l'homme éprouve le besoin, pour apporter des contributions utiles au bien-être de l'homme et à son élévation

spirituelle, de se baser sur des éléments scientifiques. La Science du Yoga a besoin d'être débarrassée de mystifications et être rendue disponible pour l'expérimentation et l'étude à égalité avec de nombreux autres sujets pratiques associés à l'existence humaine et à son bien-être. Cette exigence est entraînée d'être croisée de façon adéquate avec le système du Sahaj Marg moderne du Yoga sadhana. Toutefois elle doit être dissociée des attitudes conventionnelles de l'orthodoxie religieuse et associée aux attitudes instructives de la recherche scientifique dans l'intérêt du développement sain du Système. Dans ce but, la critique saine devrait être accueillie et encouragée en vue d'introduire modifications et réformes. La technique scientifique orthodoxe peut aussi ne pas tout à fait convenir à la nature et aux conditions de l'unique science de l'esprit humain et de la grâce divine. Ses lois ont besoin d'être élaborées indépendamment. Espérons avec Dr. K. C. Varadachari, un des principaux représentants du Système qu'il est arrivé à réaliser les espoirs et les aspirations des âges de l'existence humaine sur terre.