

Chandogya Upanishad (suite)

Causerie du 25 janvier 2020

Introduction :

Pour les personnes qui n'étaient pas là lors de nos précédentes rencontres, je rappelle que le thème général de l'année est de faire connaissance avec le message des Upanishads, textes sacrés de l'hindouisme qui sont à la base de la voie védantique, et donc de l'enseignement de Swamiji, même si celui-ci a reformulé un certain nombre d'enseignements traditionnels d'une façon neuve et originale.

La dernière fois, nous avons commencé l'étude de la Chandogya Upanishad et en particulier, du livre VI.

Aujourd'hui, nous allons continuer sur cette lancée, car c'est là un chapitre particulièrement riche et intéressant.

Je vais commencer par resituer le contexte. En gros, on rencontre deux types de textes dans les Upanishads : des passages didactiques, qui délivrent un enseignement sans le contextualiser (on ne sait pas qui parle, ni pourquoi, ni comment). Et des passages narratifs qui comportent une mise en scène de l'enseignement (on sait qui enseigne, dans quel contexte et pour quel disciple...).

L'exemple typique du premier type de texte est le passage de la Brihad-aranyaka Upanishad étudié lors de notre première rencontre de la saison et qui se présente ainsi : *« il est dit que c'est en prenant conscience du Brahman que l'homme peut réaliser qu'il est le Tout. Si tel est le cas, on peut se demander de quoi à l'origine ce Brahman a lui-même pris conscience pour devenir le Tout ?... »*

On a l'exemple ici d'un enseignement qui est délivré sans qu'on sache qui le donne, quand et où cela a lieu et à qui le message est destiné. Les passages didactiques de ce type sont les plus nombreux dans les Upanishads. Mais, de temps en temps, ces textes sacrés renferment aussi des passages qui incluent une mise en scène d'un ou de plusieurs personnages, tel un maître enseignant l'un de ses disciples. Or, outre leur contenu didactique propre, ces passages narratifs ont l'intérêt de nous faire entrevoir la façon dont se passait la transmission de l'enseignement védantique à l'époque des origines.

Par exemple, dans certains chapitres de la Brihad-aranyaka Upanishad, la parole est donnée à un maître célèbre du nom de Yajnavalkya. On peut donc voir « sur le vif » comment il s’y prend pour amener ses différents disciples à s’éveiller à leur vraie nature. L’un de ceux-ci est un roi et s’appelle Janaka. On assiste donc au dialogue entre ce roi et son maître et c’est là un précieux témoignage de la façon dont se passe alors la transmission. Dans un autre passage de cette même Upanishad, Yajnyavalkya est mis en demeure par sa propre épouse Maitreyi de lui expliquer le secret de sa sagesse. Et cela donne lieu à nouveau à un très beau dialogue où on voit comment ce maître met concrètement en œuvre son enseignement.

Rappel du cadre de ce dialogue :

Et bien il en va de même avec la Chandogya Upanishad. Elle comprend de nombreuses parties didactiques sans mise en scène et elle comprend aussi quelques passages dialogués, dont le plus célèbre forme la matière du livre VI que nous sommes en train d’étudier. Il s’agit comme on l’a vu la dernière fois de l’initiation du jeune Svétakétu par son père et maître Uddalaka.

Rappelons la mise en scène initiale que nous avons découverte la dernière fois. Le jeune garçon a été faire ses études brahmaniques auprès d’un autre maître, comme le veut la tradition. Après un cycle de douze années d’études, il revient chez son père, tout imbu de lui-même, car très fier de ses connaissances védiques fraîchement acquises.

Ce que voyant, son père lui dit : très bien mon fils, mais as-tu aussi appris la chose la plus essentielle, celle qui permet de tout connaître, même ce qu’on n’a pas encore étudié ? »

-Ah ! Non, lui dit son fils, de quoi tu parles ?

Son père lui donne alors en exemple le joaillier qui sachant ce qu’est l’or, n’a pas besoin d’avoir vu toutes les formes possibles de bijoux en or pour savoir évaluer correctement le prix de n’importe quel article en or.

« De la même façon, dit Uddalaka, si tu comprends ce qu’est la réalité dans son principe, tu te retrouves en position de comprendre toutes les formes que cette réalité peut prendre sans avoir besoin d’étudier chacune d’elles en détail.

- Bon, écoute cher père, je viens de passer douze ans à étudier auprès de mon maître; ne me renvoie pas vers lui, car manifestement, il ne connaît pas ce principe dont tu parles, sinon, il me l’aurait déjà expliqué. S’il te plaît, cher père, accepte de devenir mon guru. »

C'est ainsi que commence le cycle d'initiation au Védânta du jeune Svétakétu par Uddalaka.

A en croire l'upanishad, cette initiation comporte un certain nombre de sessions qui prennent place durant environ un mois. A chaque session, le fils arrive avec une question. Son père lui donne un fragment d'enseignement qu'il s'efforce d'assimiler. Et ces fragments mis bout à bout amènent finalement Svétakatu à la réalisation de sa vraie nature.

Puisqu'il s'agit d'un processus d'initiation graduelle manifestement voulu comme tel, pour que ce texte nous apporte à nous aussi tout ce qu'il peut nous apporter, nous avons intérêt à faire comme Svétakétu et à prendre le temps de méditer chaque élément de réponse donné. Je déconseille donc de le lire d'une seule traite, à la légère. Pour en faire vraiment notre profit, je suggère qu'on s'arrête sur chacun des éléments de réponse fournis et qu'on les étudie et les médite un à un. Voilà en tout cas, la méthode que je vais vous inviter à suivre.

Il faut savoir en effet que selon la tradition védantique, ce genre de texte est considéré comme doué du pouvoir de nous amener à une première expérience intérieure. Ce n'est pas un texte visant simplement à nous transmettre une doctrine ou des idées avec lesquelles on pourrait par exemple passer ensuite un diplôme de théologie ! Non, c'est un texte qui est conçu pour déclencher en nous une désidentification d'avec l'ego, pouvant déboucher, pour les plus réceptifs d'entre nous, à une expérience effective d'éveil –au moins momentanée–.

Le texte fonctionne, si, d'une façon ou d'une autre, à un moment ou à un autre, sa lecture déclenche en vous l'ouverture d'une nouvelle perspective. C'est ce qu'on appelle techniquement *âtma-prathyaya*, avoir l'intuition de sa vraie nature.

Lors de notre étude de ce texte avec notre premier maître, Sri Kulkarani, c'était là son objectif avoué. Non pas nous transmettre des connaissances théoriques sur le védânta, mais à faire en sorte que s'ouvre une perspective nouvelle de nous-mêmes.

Les trois étapes traditionnelles de la démarche védantique :

Traditionnellement, l'avancée de ce travail se passe en trois étapes : La première, c'est d'arriver à avoir, au moins brièvement, la perception intuitive de cette autre dimension de soi-même, l'expérience directe d'un niveau de conscience plus large que l'ego.

Nous sommes toutes et tous au départ pieds et poings liés avec notre moi de surface. Nous nous prenons tous pour le prénom que nous portons, l'histoire qui est la nôtre, nos caractéristiques psychologiques, notre

personnalité. Surtout, dans notre culture où nous n'avons pas du tout l'habitude de reconnaître qu'il y a en nous une dimension impersonnelle.

Nous avons la croyance très fortement ancrée que nous sommes une entité finie, séparée, une individualité circonscrite dans l'espace et le temps.

Le premier objectif de l'enseignement védantique est de venir percuter cette croyance, de la remettre en cause, pour que quelque chose en nous s'ouvre et qu'on se rende compte qu'on est porteur d'une dimension plus vaste. Voilà ce qu'est **âtma-prathyaya** : l'intuition de l'âtman, l'intuition de cette dimension transcendante de nous-mêmes.

C'est le départ de la voie védantique traditionnelle, et c'est à la réalisation concrète de ce premier but qu'est explicitement destiné ce texte.

Souvenez-vous à cet égard du tout début du dialogue. Uddalaka dit à Svétakétu : « *il faut quand même que tu réalises à minima ton propre Soi, sinon tu ne seras pas un brahmane digne de ce nom* ». Cette phrase revoit au fait qu'à l'origine, le titre de brahmane était naturellement réservé aux êtres humains qui avaient effectivement eu au moins un début de contact avec Brahman, la vastitude transpersonnelle. Ce n'était qu'après que le maître se soit assuré que son disciple avait fait cette expérience intérieure qu'il l'autorisait à porter le titre de brahmane. Cela ne voulait pas dire que le disciple était définitivement éveillé, mais cela voulait dire qu'il avait fait au moins une fois dans sa vie l'expérience directe de cette dimension intérieure, de telle sorte que même si ensuite il n'était pas en mesure de demeurer en permanence en contact avec cette dimension, du moins, il pouvait avoir la certitude de son existence et le cas échéant enseigner les rudiments de la voie aux autres sur la base d'une expérience de première main.

Le premier objectif de la démarche védantique traditionnelle, c'est que le chercheur ait aussi vite que possible un avant-goût de sa propre infinitude, avant-goût qui puisse lui servir de référence intérieure de telle sorte qu'il ait une idée claire du but. Il lui restera bien entendu ensuite un long chemin pour conquérir de façon durable sa propre vastitude et ce n'est que peu à peu qu'il réussira à se connecter de plus en plus facilement et de plus en plus fréquemment à cette dimension de lui-même. D'où l'idée d'un voyage au long court. Mais avant de partir, il faut déjà avoir eu un aperçu motivant de là où l'on veut se rendre.

Cette façon de voir les choses se retrouve dans un certain nombre de voies spirituelles, et n'est donc pas propre au Védânta. On la retrouve en particulier dans certaines écoles du bouddhisme tibétain qui appellent ça, « faire l'expérience de la vraie nature de l'Esprit ». Sogyal Rinpoché, dans son célèbre ouvrage « Le livre tibétain de la Vie et de la Mort » en a

magnifiquement témoigné en racontant comment son propre maître l'avait introduit à cette expérience au tout début de son initiation. C'est un peu le cadeau d'entrée sur la voie. Et, une fois qu'on a goûté à cela, on est plus motivé pour se « remonter les manches » et pour travailler sur soi.

Ceci étant, si vous vous souvenez de ce que j'ai dit lors de notre première rencontre, l'étude des textes sacrés en général et des upanishads en particulier (*svâdhyâya*) n'est que l'un des deux moyens préconisés pour « allumer le feu » initial de la soif de l'Absolu. Comme je l'ai dit antérieurement, « la fréquentation des sages » (*satsanga*) est aussi considérée comme un booster aussi puissant qu'important et, bien évidemment, vous ne seriez probablement pas là aujourd'hui si vous n'aviez pas été touché, directement ou indirectement par le témoignage d'Arnaud et de Swâmi Prajnanpad, ou par celui de tout autre sage authentique capable de vous inspirer...

Néanmoins, dans le cadre de ce que nous faisons ici, il est bon de savoir que l'éveil à une dimension de notre conscience plus vaste et plus libre est bien la raison d'être de l'étude des Upanishads en général et tout particulièrement du passage qui va nous retenir aujourd'hui.

Ceci étant, si on lit le texte attentivement, on y apprend que ce n'est quand même pas une petite affaire puisqu'au démarrage Uddalaka soumet son fils à un jeûne de quinze jours pour le préparer à recevoir cette introduction à la vraie nature de son esprit.

Ce n'est donc pas une prise de conscience facile à obtenir et nous devons nous attendre à devoir faire des efforts pour permettre à notre buddhi (notre intelligence intuitive) de fonctionner à plein régime.

Toujours est-il, que dans la voie védantique telle que nous l'a enseignée Shri Kulkarani, il s'agit là d'une première étape essentielle qui culmine traditionnellement dans ce que la Brihad Aranyaka Upanishad nomme l'état de *Panditya*, c'est-à-dire l'état dans lequel on a une compréhension élargie et éclairée de soi-même.

La seconde étape, qui est traditionnellement désignée par le terme de *Balya* (force) correspond à la longue sadhana qui consiste à cultiver et à renforcer cette perception élargie de soi-même, pour qu'elle puisse servir de point d'appui et de repère pour affronter tout ce qui, en nous et à l'extérieur de nous, tente de nous convaincre de notre petitesse et de notre finitude.

Autrement dit, il faut arriver à ce que notre conviction soit suffisamment forte, pour qu'on puisse ensuite l'opposer victorieusement à toutes les influences qui nous ramènent à nous identifier avec nos caractéristiques individuelles et nos limites psycho-corporelles.

C'est la deuxième étape de la voie védantique traditionnelle. La première, c'est obtenir une conviction suffisante quant à la nature de notre réalité transcendante et la deuxième, est d'utiliser cette conviction pour déjouer les pièges que la vie ordinaire nous tend, c'est-à-dire les tentations aussi diverses et variées d'identification à l'ego.

Les outils fournis par la voie de Swâmiji et d'Arnaud sont ici particulièrement utiles. En particulier, les fameuses « lois de la vie » (celles de la différence et du changement) forment un support efficace de vigilance capable de nous faire émerger encore et encore de « notre monde » pour vivre de plus en plus souvent dans « le monde ». On se laisse prendre, on n'a pas vu que l'autre était différent, que les situations ne cessent de changer, que rien dans le monde n'est stable. On a donc un refus qui déclenche une émotion, et on met en pratique pour « revenir à ce qui est » et alors notre conscience de nous-même se ré-élargit et reprend sa véritable dimension de plénitude.

Si vous y réfléchissez, vous verrez que la première étape qui consiste à obtenir une conviction concernant notre vraie nature peut se faire relativement rapidement. C'est la deuxième étape qui va être la plus longue. Se confronter à la dualité et la vaincre grâce à cet éclairage intérieur...

Ceci étant et selon le Védânta classique, si on mène cette sadhana suffisamment longtemps avec la détermination qui convient, on finira par déboucher sur une troisième étape, appelée en sanskrit *Mauna* qui veut dire silence.

D'après les textes, vient un moment où l'on n'a plus besoin de pratiquer, c'est-à-dire où on n'a plus besoin d'avoir systématiquement recours à notre réflexion pour démonter les pièges de la perception ordinaire de nous-même et du monde. C'est un état où le mental a cessé de vouloir autre chose que ce qui est et qui de ce fait est profondément silencieux. L'état de *Mauna* est donc un autre mot pour désigner l'Éveil ou la Libération.

Soyons bien clairs, le but du texte dont nous allons poursuivre l'étude aujourd'hui n'est pas de nous rendre définitivement éveillés, ce n'est même pas de nous permettre de gérer au jour le jour les émotions et les pensées liées à notre croyance en notre propre ego. Cela viendra dans un deuxième temps. Il ne s'agit ici que du premier temps, celui qui consiste à obtenir une conviction, une certitude expérimentale de notre propre grandeur et donc de notre propre potentiel d'éveil.

La « grande parole » (mahâ-vâkya)

C'est dans ce cadre-là que nous avons évoqué la dernière fois, la célèbre parole, la mahâ-vâkya : « **Toi aussi, Tu es Cela** ».

Il s'agit de la révélation qu'Uddalaka fait à son fils en conclusion à la première session de son initiation : « Svétakétu, mon fils, toi aussi Tu es cette réalité transcendante ».

Comme je l'avais déjà signalé la dernière fois, un point remarquable à propos de cette parole, c'est qu'il s'agit à ma connaissance du seul exemple où, dans une upanishad, une *mahâ-vâkya* est répétée encore et encore, tel un refrain martelé, pour qu'elle entre en nos têtes et nos cœurs d'aspirants-disciples.

Au cours du livre VI, elle va en effet venir ponctuer par neuf fois les neuf sessions d'enseignement que va prodiguer Uddalaka à son fils. Et ce que je vous propose, c'est de nous arrêter tout à tour sur chacune de ces neuf séquences, de les « méditer » l'une après l'autre de façon à en retirer à chaque fois la substantifique moelle ».

Lors de notre dernière rencontre, nous avons étudié la première session, celle qui porte entre autre sur la révélation de la nature transcendante du sommeil profond. Nous allons nous arrêter aujourd'hui sur la deuxième session, et ainsi de suite au fil de nos rencontres. Bien que la séquence d'aujourd'hui soit brève, nous nous y tiendrons. Parce que, encore une fois, ce n'est pas très intéressant de les survoler trop rapidement. Ce qui est inspirant, profitable, bénéfique, c'est, à chaque fois, d'essayer de voir comment nous pouvons utiliser l'élément enseigné par Uddalaka pour vivre ici et maintenant une expérience de désidentification. Est-ce que cela me parle ? Jusqu'où ?

L'expérience du sommeil profond :

La séquence d'aujourd'hui reste centrée sur le thème du sommeil profond. Pour renforcer encore plus l'enseignement de la dernière fois, elle propose une image inédite, celle des abeilles et du miel.

Je rappelle brièvement le contexte : Uddalaka a appris à son fils à porter un regard inédit sur son propre sommeil. « Quand tu dors profondément, tu ne te sens plus exister comme une individualité finie, et pourtant tu continues bien d'être. Cet état particulier où tu n'as plus ni forme ni limite, c'est cela ta véritable nature (âtman). Et le sommeil ainsi envisagé comme un retour à l'être indifférencié est la preuve la plus universelle de l'existence de cette réalité transcendante. « Sat » est le mot sanscrit utilisé ici par l'Upanishad pour désigner cette réalité ultime, l'Être.

Quand nous dormons, nous sommes encore quelque chose, mais nous ne sommes plus particularisés, nous ne sommes plus une entité définie, nous n'avons plus de forme ni de caractéristique propres. Nous faisons l'expérience du sans-forme, du sans-limite, du non-fini.

Et cette réalité non-qualifiable, c'est notre réalité profonde, ultime, l'Atman, la dimension universelle de nous-mêmes. Et la preuve de son importance fondamentale, c'est que nous y revenons inlassablement chaque nuit dès lors que nous sommes dans le sommeil profond.

Nous en étions restés à ce premier enseignement la dernière fois, enseignement résumé dans cette première image de l'oiseau attaché à un poteau par un fil, qui volète tant et plus autour du poteau tant qu'il a l'énergie de le faire, puis qui finit par revenir se poser sur le poteau où il est attaché du fait même qu'il n'a pas d'autre endroit pour se poser.

Le travail, ici, consiste à faire sienne cette image et à se rendre compte qu'elle est parfaitement représentative de ce qui se passe chaque jour pour chacun d'entre nous. A partir du moment où on se réveille, on est attiré par tout un tas de sollicitations diverses et variées, situations, expériences, mais aucune de ces expériences n'est durablement satisfaisante. Constatez qu'il en est bien ainsi pour vous : aucune expérience vécue au sein de l'état de veille n'est à même de vous procurer une plénitude définitive. Nous essayons tant et plus d'être heureux pendant seize ou dix-sept heures. Mais, constatant que cela ne marche pas, nous finissons par nous lasser de ce mode d'être dualiste et nous revenons nous poser au seul endroit où nous pouvons trouver la satisfaction absolue : en s'immergeant par le sommeil dans l'Être non-différencié.

Tel est l'enseignement de la première session.

L'image des abeilles et de leur miel

Remettons-nous un instant dans le contexte de ce jeune garçon. Il reçoit cet enseignement, s'en va méditer dessus, puis revient le lendemain retrouver son père avec une nouvelle question. La question n'est pas formulée dans l'Upanishad elle-même. Elle est implicite et c'est pourquoi dans la feuille que je vous ai distribuée, il y a des passages en italique. Ils correspondent aux ajouts explicatifs reçus de notre premier instructeur Sri Kulkarani. Voici donc le texte de cette question et la nouvelle réponse d'Uddalaka qui suit et forme la seconde session de cette initiation :

« C'est ainsi, qu'après avoir bien réfléchi aux propos de son père, Svétakétu s'en revient à lui le lendemain, avec cette question : « Si je suis l'Être universel quand je dors, comment se fait-il qu'à ce jour, je ne m'en sois encore jamais rendu compte ? »

Uddalaka lui répond : « Pour faire le miel mon fils, les abeilles recueillent les sucs des plantes les plus diverses et réduisent ces sucs à l'unité d'un seul nectar.

Ce nectar obtenu, les sucs initiaux ne peuvent plus se différencier les uns des autres et dire : je proviens de telle plante ou de telle autre plante.

La situation est semblable pour toutes les créatures qui s'endorment. S'immergeant alors dans l'Être universel, elles ne peuvent pas, dans cet état, maintenir la conscience de leur individualité initiale. Quelle que soit l'apparence qu'elles revêtaient dans l'état de veille, tigre ou lion, loup ou sanglier, vers ou papillon, mouche ou moustique, la seule identité qu'elles conservent alors, c'est l'Être universel.

C'est donc bien ce principe subtil, l'Être, qui est l'essence de tout l'univers. C'est Lui, la seule réalité, c'est l'essence de chaque être humain et toi aussi Svétakétu, **Tu es Cela.** »

Quelques explications complémentaires données pendant l'échange qui a eu lieu suite à la lecture du texte:

Dans cette image, l'abeille, c'est ce qui fait la jonction entre l'état de veille et l'état de sommeil profond, autrement dit c'est notre corps subtil, celui qui nous conduit du monde manifesté au non-manifesté en nous faisant passer par l'état de rêve. Et dans cette image, le miel est la douceur et le bien-être vécus durant le sommeil profond. Pour poursuivre cette analogie, on pourrait aussi dire que le suc produit par la fleur, c'est les petites satisfactions que nous obtenons en tant qu'individualité (en tant que fleur) durant l'état de veille et que ces petites satisfactions limitées sont ramenées et fondues dans la Grande Satisfaction commune à toutes les individualités, celle éprouvée dans le sommeil profond du fait que le sens de l'ego y est suspendu.

En fait, ce texte est là pour nous apprendre à reconnaître qu'on a tous et toutes déjà ce Miel à l'intérieur de la ruche de notre cœur, du simple fait que quand nous dormons nous y sommes systématiquement ramenés. Et, puisque l'upanishad nous apprend à reconnaître qu'il s'agit là de notre vraie nature, la question suivante qu'elle nous invite à nous poser c'est de nous demander comment faire pour y rester connecté quand nous sortons du sommeil et évoluons dans l'état de veille. Si c'est possible, je ne vais pas attendre de dormir pour goûter à nouveau à la suavité et à la douceur de ce miel intérieur, je vais tenter de maintenir le contact avec ma vraie

nature ou, si je constate que je l'ai perdu, je vais tenter de le rétablir. Et du coup, je me retrouverai en communion avec toutes les formes. C'est à rien moins que cela que le texte nous appelle dans un deuxième temps.

Dans un premier temps, il est là pour nous déshabituer à considérer que nous ne sommes qu'une individualité finie. Il vient nous dire, non en fait, quand on n'est pas individualisé, c'est là où on est dans notre dimension essentielle. Le miel est un produit plus pur ou plus concentré que le simple nectar qui sert à le fabriquer. Quand nous sommes dans notre état de conscience ordinaire, c'est une conscience diluée, de faible intensité. Alors que quand nous nous rapprochons de cette conscience profonde, c'est une conscience concentrée, de très haute intensité. La « Conscience-miel » se trouve de ce côté-là de nous-mêmes, non pas du côté de l'individualité...

Yann Le Boucher, le 25 janvier 2020
