

# A la découverte des Upanishads

Première session du 12 octobre 2019

Cette saison, au cours de nos six rencontres du samedi, je vais vous proposer une chose qui n'a encore jamais été tentée à La Bertais sous cette forme, à savoir étudier d'une façon détaillée certains passages des Upanishads afin de voir dans quelle mesure ils peuvent être des points d'appui concrets pour notre cheminement aux uns et aux autres.

Avant de vous présenter l'extrait de l'Upanishad qui va nous servir de base de travail aujourd'hui, j'ai envie de partager un épisode de ma sadhana qui met en perspective l'intérêt qu'il y a à étudier d'un peu près ces textes très anciens alors même qu'ils ne sont pas toujours très faciles d'accès, car assez archaïques dans certaines de leurs formulations.

Quand nous étions auprès de Ma Annadamayi Anne-Marie et moi, nous étions jeunes, pleins de fougue, comme le sont les jeunes, ne doutant de rien. Je m'étais mis dans l'idée que Ma allait me faire avoir l'expérience du Soi. Je considérais en effet que de par sa carrure spirituelle, elle en avait le pouvoir et que si ma demande était suffisamment intense, elle ne pourrait pas faire autrement que de l'exhausser. Le fait est que nous étions très touchés par sa présence et son rayonnement et que n'avions aucun doute sur sa « divinité ».

Donc, dans ma naïveté de jeunesse, le jour où nous avons réussi à avoir un entretien avec elle, j'ai effectivement osé lui demander avec toute la sincérité dont j'étais alors capable de me faire avoir l'expérience du Soi. Car j'étais alors obsédé par le désir de vérifier que ce Soi existait vraiment. Ce n'était pas très facile d'avoir un entretien avec Ma. Aussi, quand cela nous a été enfin accordé, je n'ai pas hésité à lui faire part de ma demande qui était alors à mes yeux la chose la plus importante au monde : « Ma, je voudrais que vous me donniez l'expérience du Soi »

Dans mon idéalisme spirituel, je m'attendais à ce qu'elle me regarde avec intensité et que dans cet échange d'âme à âme, je prenne littéralement feu sur place... (Rires dans la salle). Cela jusqu'à ce que je puisse sentir : « Ça y est, je sais ce qu'est le Soi, par la grâce à Ma, me voilà convaincu qu'il s'agit bien de ma propre réalité ultime »...

En fait, comme vous pouvez vous en douter, cela ne s'est pas du tout passé de cette manière. En fait, elle m'a fait une réponse qui sur le coup, m'a beaucoup déçu. Elle m'a dit presque textuellement: « Voilà, si vous voulez faire cette expérience du Soi, alors il vous faut fréquenter les sages et étudier les textes sacrés ». Or il s'agit là de la réponse classique que l'on trouve dans tous les ouvrages sur l'Hindouisme. Ma déception était donc grande. J'avais fait tout ce voyage et nous nous étions donné tout ce mal pour pouvoir réussir à rencontrer Ma, et cela pour ce résultat dérisoire! Car sachez-le, à cette époque de sa vie, ce n'était pas très facile de rencontrer Ma et encore moins facile de demeurer un certain temps auprès d'elle comme nous l'avions fait. Donc pour moi, l'obtention d'un entretien privé avec Ma, c'était le Graal. J'avais enfin pu lui poser la question qui m'avait fait venir en Inde. Mais au lieu de la grande expérience attendue, elle me répète le conseil « bateau » qui est donné depuis toujours aux chercheurs spirituels débutants : « fréquentez des sages et étudiez les textes sacrés ».

En fait, comme nous l'avons appris peu à peu, auprès de Ma, les choses ne se faisaient presque jamais en direct. Et si le miraculeux était souvent au rendez-vous, cela arrivait par des voies détournées et tout à fait imprévisibles. Avec le recul, je dois dire que finalement, Ma a exhaussé plus et mieux ma demande que je n'imaginai qu'elle puisse faire. Car c'est à travers sa grâce, que nous avons été secrètement guidés vers celui qui allait devenir notre premier initiateur védantique, Shri Kulkarni. Et c'est auprès de lui que j'ai pu faire un certain nombre de fois « l'expérience du Soi » ou, pour être plus modeste dans la formulation, d'une dimension intérieure plus large et plus satisfaisante de moi-même, cela grâce au support des upanishads, c'est-à-dire précisément à l'étude des textes sacrés. En définitive, passé ma déception initiale, la réponse de Ma s'est donc avérée tout à fait valable. Cela parce que ce n'était pas juste une réponse livresque comme je l'avais d'abord cru, mais une réponse accompagnée de son énergie et de sa bénédiction. Nous ne nous en sommes pas rendu compte sur le moment, mais en réalité elle avait pris notre demande très au sérieux : « Voilà, faites ceci et vous aurez la réponse à votre question ». Bon, c'est vrai qu'en sortant de l'entretien, j'étais clairement déçu. Mais par la suite, les choses se sont assez vite mises en place et nous avons ainsi pu mener notre quête, directement sous l'impulsion de Ma. Elle nous avait fait comprendre de ne pas rester auprès d'elle, mais d'aller au-devant d'autres maîtres et d'étudier auprès d'eux les textes sacrés et c'est ce qui s'est finalement passé. De fil en aiguille, nous avons eu la chance de rencontrer Shri Kulkarni, un pandit spécialiste des Upanishads qui était à la fois un lettré et aussi le disciple d'un maître védantique reconnu (que nous n'avons pas pu rencontrer nous-mêmes, car il venait de mourir).

Ce pandit nous a donc introduit à une façon particulière d'utiliser un certain nombre de textes pour prendre conscience de qu'il y a de plus profond en nous.

C'est cela que cette année, nous allons tenter de partager avec vous, de façon si possible à vous permettre à vous aussi, d'avoir accès à cette perception élargie de vous-même. Ce n'est pas facile. Il faut s'accrocher. Pour notre part, cela nous a pris un certain temps pour arriver à percevoir ce à quoi Shri Kulkarni voulait nous donner accès. Cela a nécessité de nombreuses sessions de discussions, la lecture attentive des passages clés de certaines upanishads ainsi que l'étude des commentaires de Shankara sur ces passages. Bref, ça a été tout un cheminement...

Avec Anne-Marie nous allons donc voir ce que nous sommes capables de vous retransmettre de ce cheminement dans le cadre des 6 rencontres de cette année. Voilà en effet notre projet : vous mettre en relation avec ces textes dans des conditions telles que vous ne les lisiez pas comme on lit des textes ordinaires, mais que vous vous en serviez de tremplin pour vous élever vers une compréhension élargie de vous-même et du monde.

Et comme nous n'avons encore jamais mis en œuvre ce projet sous cette forme, nous allons procéder par essais successifs. Aujourd'hui, nous allons faire les choses d'une certaine façon et puis, si ça donne satisfaction, nous referons quelque chose d'un peu semblable la prochaine fois, alors que si cela ne marche pas trop, nous chercherons une nouvelle formule...

Pour commencer, j'aimerais m'assurer que tout le groupe dispose d'une base commune en ce qui concerne les Upanishads et pour cela je vais donc présenter brièvement ces textes et leur place dans la tradition hindoue.

Rappelons que cette tradition est fondée sur des textes sacrés appelés les Védas qui sont pour l'Inde, ce qu'est la Bible pour la civilisation judéo-chrétienne. Comme vous le savez, dans la Bible, on distingue classiquement deux parties, l'Ancien et le Nouveau Testament. Et il se trouve que la partie récente est quantitativement toute petite par rapport à la partie ancienne. Il en va grosso modo de même en ce qui concerne les Védas : la plus grande partie des textes védiques est très archaïque et traite de sujets assez éloignés de nos préoccupations modernes : mythologie, poésie mystique, rituels. Ce n'est qu'à la toute fin des Védas, que l'on trouve les petits textes qu'on appelle les Upanishads et qui, analogiquement, sont aux Védas ce que les Evangiles sont à la Bible. La différence principale, c'est que contrairement aux textes de Marc, Luc, Mathieu et Jean qui sont tous centrés sur les propos du Christ, les Upanishads n'ont pas pour objet les enseignements d'un seul et même homme, mais témoignent de l'expérience intérieure de nombreux maîtres ayant vécu en Inde à des époques et en des lieux différents. Il s'agit donc d'une compilation de propos tenus par différents sages, à différentes époques qui, au-delà de leurs différences, ont tous en commun la même expérience intérieure de l'Eveil. Comment ont-ils fait pour s'accorder ainsi sur cette vision commune de l'essentiel ? La réponse est qu'ils n'ont rien eu à faire de spécial, car c'est le caractère naturellement universel de leur expérience d'éveil, qui s'est peu à peu imposé de lui-même. Après quelques générations, quand on a commencé à collecter les textes, on s'est aperçu qu'ils parlaient tous de la même expérience intérieure, alors même que leurs auteurs ne s'étaient probablement pas connus.

Sachez encore que Le Véda est un livre divisé en quatre ouvrages. Ce qui fait qu'on peut soit parler du Véda au singulier (si on veut désigner l'ensemble des textes), soit des Védas au pluriel (si on veut désigner plus précisément la place d'un texte dans le corpus d'ensemble). Chaque Véda a une dénomination spécifique (Rig-Véda, Sama-Véda, Yajur-Véda et Atharva-Véda), mais est conçu sur le même plan. Ce qui fait qu'à la fin de chacun d'eux, on trouve une petite section regroupant quelques Upanishads spécifiques.

Une autre caractéristique notable de ces textes, c'est qu'ils sont considérés comme « révélés » c'est-à-dire comme ayant une origine non-humaine. Les sages qui ont prononcé les paroles upanishadiques ne l'ont pas fait de leur propre initiative, mais ont été directement inspirés à cela par le Divin ou la Conscience universelle.

Ces textes ne sont donc pas le produit des cogitations personnelles plus ou moins savantes ou originales de leurs auteurs. Ils proviennent en fait d'une seule et même source transcendante. Et c'est aussi pour cela que, selon la perspective hindoue, ils manifestent une telle convergence.

A cet égard, permettez-moi de vous présenter une dernière spécificité remarquable de la tradition hindoue, à savoir le caractère non clos de sa Révélation. Dans la tradition judéo-chrétienne, il est admis que Dieu a directement parlé à l'humanité à une certaine époque et dans certaines circonstances et puis qu'ensuite, il s'est arrêté de s'exprimer, comme s'il avait dit l'essentiel une fois pour toutes et que depuis, c'était à l'humanité de se débrouiller avec son message initial.

La perspective hindoue est très différente à cet égard, car elle considère que le Divin peut inspirer l'humain à toute époque, sous toute latitude et en toute circonstance. Ce qui fait que contrairement à la Bible, le Véda n'est pas un ouvrage terminé (fermé), mais une collection

ouverte qui est susceptible de s'enrichir au fil des générations. Et en ce qui nous concerne, cela s'applique aux Upanishads dont le nombre n'est pas fixé une fois pour toutes.

On considère ainsi qu'à l'origine de notre ère il y avait entre deux et trois upanishads à la fin de chaque Véda, soit au total une dizaine de textes qui ont été composés avant J.C. Ces upanishads dites « classiques » sont donc les plus prestigieuses, celles qu'il est bon d'étudier en premier. Mais ce ne sont pas forcément les plus faciles, car étant les plus anciennes, elles utilisent parfois un langage un peu archaïque ou elles font appel à des pratiques que nous avons un peu de mal à identifier aujourd'hui.

Ceci étant, après la période dite classique (c'est-à-dire jusqu'au début de notre ère), les éveillés ont continué génération après génération à fleurir sur le sol indien. Et dans un certain nombre de cas, une fois consignées par écrit, les paroles de ces sages plus « tardifs » ont été reconnues comme provenant de la même source « non-humaine » et ajoutées sous forme de nouvelles upanishads au corpus védique initial.

Pour nous, c'est un peu étrange la première fois que nous entendons parler du fait que le Véda soit ainsi « une histoire sans fin », car du coup, on se demande : mais alors qui décide qu'un écrit va se voir attribuer le statut envié de texte sacré ? En fait, personne, car l'Hindouisme n'est pas une religion de type pyramidale avec un « pape » à sa tête. Il y a bien des chefs religieux plus ou moins locaux, mais il n'y a pas de Vatican hindou, c'est-à-dire une instance hiérarchique qui aurait le pouvoir de décréter « ce texte, on va désormais l'intégrer à tel Véda, celui-ci, non il n'est pas assez bien ». Non, étonnamment, la régulation se fait d'une façon beaucoup plus souple. Ça se passe en fait un peu comme ce qui se passe chez nous, en ce qui concerne les oeuvres d'art.

Il n'y a pas une instance centralisée qui décide de la valeur des œuvres d'art et qui estampille la production des peintres en « œuvre d'art immortelle » ou « croute qu'on aura oubliée dans cinquante ans ». Tous les artistes produisent au mieux de leurs capacités. Les gens regardent leurs œuvres et les apprécient plus ou moins. Il y a des effets de mode. Pendant un temps, on ne jure que par tel peintre, ou tel artiste, quel que soit son art. Et puis le plus souvent, la coqueluche initiale s'épuise au bout d'un temps plus ou moins court et l'intérêt retombe. Si une œuvre d'art momentanément passée aux oubliettes de la notoriété a une valeur objective, il viendra un moment où elle resurgira sur le devant de la scène. Et après le recul d'un siècle ou deux, elle sera reconnue comme une œuvre majeure de la culture de son époque.

Voilà comment, sans l'intervention d'une autorité régulatrice instituée, une telle œuvre viendra à s'ajouter au patrimoine artistique de l'humanité par le seul jeu du consensus de plusieurs générations.

Autrement dit, c'est l'universalité d'une œuvre artistique qui en assure la pérennité. Et il n'est nul besoin qu'une autorité individuelle vienne valider les choix de la conscience collective.

Hé bien, selon ce que j'ai compris, il en va de même avec les Upanishads. Le témoignage d'un éveillé, c'est un peu comme une œuvre d'art. Il suffit d'attendre quelques générations pour que la reconnaissance initiale des premiers disciples fasse tache d'huile et s'universalise. Et c'est ainsi que génération après génération le Véda à vu s'agrandir la collection des Upanishads qu'il renferme.

Donc, quand on s'intéresse aux Upanishads, on peut commencer par l'étude de la première dizaine, ce qui n'est pas quantitativement beaucoup. La plus longue Upanishad ne compte en gros qu'un nombre de versets semblable au plus court des Évangiles, celui de St Marc qui en fait 660. Elle s'appelle la Chandogya Upanishad et, comme l'Évangile de Marc, vous pouvez la lire en une après-midi. La plus courte quant à elle ne compte que douze versets et tient donc sur une seule page, c'est la Mandukya Upanishad.

Si on s'en tient aux dix upanishads classiques, cela ne représente donc pas une grande quantité de textes à étudier. Mais si on ajoute celles qui sont venues ultérieurement s'agréger au Véda, la tâche s'alourdit. Par exemple, la Muktika Upanishad, écrit post-classique duXVIème siècle, établit une liste de 108 upanishads en indiquant l'ordre dans lequel elles doivent être étudiées. Bonne nouvelle, si vous souhaitez les lire, c'est depuis peu possible, car une indianiste française du nom de Martine Buttex a récemment publié une assez bonne traduction qui se présente sous la forme d'un gros ouvrage de plus de 1000 pages.

Mais pourquoi ce chiffre de 108 ? Essentiellement à cause de sa valeur symbolique, car en réalité les indianistes connaissent bien plus d'Upanishads que cela. Selon Jean Varenne (mon directeur de thèse), les spécialistes en auraient dénombré à ce jour près de 250. Et encore une fois, ce décompte n'est pas définitif puisqu'il peut s'agrandir à chaque génération, sauf si la tradition hindoue en venait à périlcliter prochainement (ce qui n'est pas non plus impossible en cette fin de kali yuga !).

Bon, rassurez-vous, ces Upanishads se répètent beaucoup. C'est pourquoi il n'est pas besoin de les lire toutes pour avoir une première idée de leur message. Notre projet n'est même pas d'étudier in extenso les 10 premières, mais seulement quelques « morceaux choisis » particulièrement significatifs qui suffisent à mettre en lumière leur propos central.

Or celui-ci ne vous est pas inconnu, puisqu'il est au fondement de l'enseignement de Swami Prajnanpad et d'Arnaud.

Pour aller au plus court, les Upanishads nous disent :

« Vous n'êtes pas les individualités finies, limitées et mortelles que vous croyez être. En réalité, vous êtes vaste, infini, immortel et il s'agit de vous en rendre compte !

Or cela ne va pas de soi. Car nous nous percevons tous spontanément comme des entités finies. Je suis un homme de 67 ans, vous êtes une femme de 34 ans, nous avons un âge, des caractéristiques psychologiques que nos proches connaissent bien et qui nous caractérisent à leurs yeux.

La chose semble entendue dans notre culture : quand on parle de connaissance de soi, on entend et comprend la connaissance *psychologique* de soi.

Par exemple, si je décide de faire une psychanalyse, c'est pour comprendre les ressorts de ma personnalité. Pourquoi ai-je telle ou telle réaction, blocage ou difficulté. Dans cette perspective, nous allons alors considérer que se connaître soi-même, c'est connaître plus finement sa dimension psychologique. Évidemment, cela a un intérêt, c'est un aspect du travail sur soi, mais du point de vue des Upanishads, on est très loin de l'essentiel. On reste à la périphérie, à la surface, ou au mieux à la semi-profondeur.

Une première façon de se percevoir est celle qui consiste à prendre conscience de notre vécu sensoriel, émotionnel et mental du moment, sans faire d'introspection. La semi-profondeur, c'est quand on se dit, les données du présent ne suffisent pas à comprendre certaines de mes réactions ou certains de mes ressentis et qu'on décide d'investiguer son passé. Par exemple, pour tenter de comprendre pourquoi nous ne sommes pas capables de bienveillance avec telle ou telle personne vis-à-vis de qui on éprouve un malaise que rien de connu ne justifie...

Mais ce domaine de la semi-profondeur reste dans la sphère de notre individualité, de notre personne. Alors que les Upanishads sont formelles : le psychisme, même inconscient n'est que la surface de nous-mêmes. Même, les souvenirs enfouis liés à notre enfance, les traumatismes, les blessures, la structuration de notre psychologie, tout cela n'est encore pour Les Upanishads que la surface de nous-mêmes. La profondeur, ce n'est pas du tout cela pour elles et le sens de la vie humaine, c'est de toucher à cette vraie profondeur, de se relier à elle, d'être en contact avec elle et puis de la laisser transparaître à travers notre individualité, comme la lumière à travers une vitre.

Vous connaissez l'image de la vague et de l'océan. L'individualité, c'est la vague et comme, j'ai eu souvent l'occasion de le dire, il n'y a nulle part dans l'océan un pointillé qui indique, là s'arrête la vague, là commence l'océan. Entre la vague et l'océan, c'est une continuité, celle de la même eau. L'eau qui est dans la vague est la même que celle qui forme l'océan.

De la même façon, ce que nous sommes physiquement et psychologiquement, c'est la vague, la surface de nous-mêmes. Mais si nous avons l'audace d'introspecter, non pas au sens psychologique, mais au sens le plus profond, c'est-à-dire en descendant non pas juste dans le bas de la vague, mais en dessous d'elle, alors, nous allons nous rendre compte que nous sommes l'océan. Parce que, en effet, sous la vague, c'est l'océan qui est partout. La vague reste prisonnière de l'illusion qu'elle est une forme tant qu'elle regarde à l'extérieur vers les autres vagues, comme maintenant où nous nous regardons les uns les autres et où nous nous voyons tous différents et séparés.

Tant que notre attention est projetée vers la surface de nous-mêmes, nous nous percevons comme des entités finies, avec tout ce que cela implique potentiellement, à la fois de dramatique et d'excitant. Excitant, car comme nous nous percevons fini, c'est intéressant de rencontrer d'autres gens pour s'enrichir, partager, faire des choses ensemble, collaborer. La vie circule, c'est l'aspect positif des rencontres entre vagues. Mais aussi et à l'inverse, comme nous sommes limités et séparés les uns des autres, ceux ou celles qui sont autour de moi peuvent me faire du mal, me brider, m'empêcher. C'est ce que nous connaissons : les relations humaines sont à la fois un domaine passionnant dont on peut très difficilement se passer, car nous avons besoin de contacts si possible de qualité avec les autres et en même temps, même avec celles et ceux qui nous sont les plus chers, les plus proches, il arrive que de temps en temps, le courant ne passe plus, on ne se comprend plus. Ce n'est pas harmonieux, nous nous sentons freinés dans notre liberté, nos élans, parce l'autre est un autre, et qu'il a donc d'autres projets. Il ou elle ne voit pas les choses comme nous, etc. Donc, au niveau des vagues, les relations sont à la fois passionnantes et décevantes. Or les Upanishads nous disent : tout ce que vous cherchez chez les autres, dans les autres vagues, vous pourriez le trouver dans votre propre profondeur. Car dans votre profondeur, vous êtes aussi les autres, comme l'océan est aussi dans les autres vagues.

C'est là le message central de toutes les Upanishads. Message qui est ensuite décliné de différentes façons plus ou moins directes ou indirectes selon tel ou tel texte. Ainsi aujourd'hui nous allons commencer à voir comment se présente cette déclinaison dans la Brihad-aranyaka Upanishad.

La Brihad-aranyaka Upanishad est la plus ancienne des upanishads ainsi que l'une des deux plus volumineuses. C'est la raison pour laquelle, nous allons commencer par elle.

Sa composition remonterait à 2800 ans. Cela veut dire que du temps du Christ, c'était déjà une antiquité. C'est intéressant de voir que le message central des Upanishads que j'ai tenté de vous résumer ainsi :

« Ce que vous croyez être, ce n'est pas ce que vous êtes vraiment. Vous vous prenez pour une entité finie, limitée, mortelle alors que vous êtes vaste, infini, immortel »

ce message, est déjà écrit en toutes lettres dans ce texte magnifique et troublant. Troublant, car il vient bousculer toute notre expérience ordinaire de nous-mêmes.

Mais avant d'entrer dans le texte, un mot de son titre : le mot Upanishad veut dire quelque chose comme « enseignement qu'on reçoit auprès d'un maître ». Brihad veut dire grand et aranyaka signifie forestier. Donc on pourrait traduire par « le grand enseignement qui est donné dans la forêt », c'est-à-dire là où se trouvent les ascètes.

Nous allons donc avoir le privilège de nous mettre à l'écoute d'un passage de cette Upanishad, alors que normalement ce un grand enseignement était réservé à des ascètes vivant en forêt, c'est-à-dire en retrait de la société.

Selon la tradition, dans chaque Upanishads, on peut repérer des énoncés clés, que l'on appelle les maha-vakya ou grandes paroles. Or il se trouve que l'une de ces grandes paroles que vous connaissez déjà apparaît dans le passage que nous allons étudier aujourd'hui.

Par « grande parole » entendez que c'est un condensé de ce que nous sommes appelés à réaliser.

Il n'est évidemment pas certain que nous arriverons dès aujourd'hui à réaliser vraiment ce dont il s'agit. Mais il faut considérer ces maha-vakya un peu comme on procède avec une œuvre d'art. Quand une œuvre d'art nous touche, nous la regardons plusieurs fois, et si elle nous touche vraiment, nous irons régulièrement la contempler pour approfondir ce qu'elle réveille et fait vibrer en nous, découvrir des aspects que nous n'avons pas encore vus, etc.

C'est un peu ce que nous allons faire ce soir. Vous repartirez avec le texte, que certains connaissent déjà. Et si nous réussissons tout à l'heure à éveiller votre intérêt, peut être que d'ici la prochaine fois, vous aurez envie de le relire, de vous en imprégner et lors de notre prochaine rencontre, nous pourrons alors repartir du cheminement que vous aurez fait avec ce premier texte.

Sachez encore que La Brihad-aranyaka, n'a pas d'auteur clairement identifié. Les indianistes pensent que c'est un texte composite, car il met en scène plusieurs maîtres (dont le célèbre Yajnavalkya), mais il y a aussi des chapitres sans référence à aucun maître spécifique.

Le passage d'aujourd'hui comporte deux mots sanscrits éminemment importants que vous connaissez déjà, car ce sont les deux termes qui reviennent le plus souvent dans les Upanishads : Brahman et Atman.

Brahman est le mot sanscrit pour désigner le Réel dans son acception la plus vaste. Sa racine exprime l'idée de vastitude. Brahman peut donc se traduire par « vastitude », même si la traduction habituelle est « absolu ».

L'Atman est ce qu'il y a de plus intime en nous. C'est le sujet ultime, ce que nous nous sentons être, au plus profond de nous-mêmes. Etant entendu que cette perception de nous-mêmes est susceptible de varier en degré et en profondeur.

Chaque fois que nous sommes véritablement sincères, nous sommes en contact avec l'Atman, la dimension la plus authentique de nous-mêmes. Mais nous pouvons être sincères de différentes façons et comme vous le savez d'expérience, il ne suffit pas d'être sincère pour ne pas se tromper. En fait, plus nous sommes silencieux intérieurement, plus la perception de nous-mêmes peut s'élargir et gagner en authenticité. L'Atman ce n'est donc pas seulement : « Je sais bien ce que je suis, je suis moi qui veut ceci, qui ne veut pas cela ». Ça, c'est ce que je perçois à la surface de moi-même. Mais les Upanishads nous invitent à descendre plus profond dans notre être, car en réalité, elles nous disent qu'Atman et Brahman sont une seule et même chose, deux mots qui décrivent la même réalité.

Autrement dit, ma vérité la plus profonde est la vastitude.

Tant que je n'ai pas le sentiment d'être vaste, infiniment vaste, je ne suis pas au bout de la compréhension de l'Atman, de ce que je suis vraiment.

Inversement, chaque fois que j'ai le sentiment d'être plus détendu, plus en harmonie avec ce qui se passe, je me rapproche de la vastitude, je marche dans la bonne direction. Au contraire, si je me crispe, me limite, me définis : « moi, je ne veux pas ceci, je veux cela », je suis dans le petit, très loin de ma véritable profondeur.

Munis de cette première clé, venons-en à la lecture méditative du passage d'aujourd'hui.

\*\*\*\*\*

*Question* : 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 ?

*Réponse* : En vérité depuis l'origine le Brahman est la seule et unique réalité. Il n'a donc pas pu connaître quelque chose d'autre que lui-même. Aussi, c'est par la simple prise de conscience : « Je suis Brahman » (*aham brahma asmi*) qu'il réalisa qu'il était le Tout.

Et depuis lors, cela s'est révélé vrai pour chaque type de créatures qui a réussi à faire cette même prise de conscience.

Du fait de leur excellence, ce fut parmi les dieux que quelques êtres y parvinrent les premiers. Puis ce fut au tour des pères fondateurs de la Tradition (les *rishis*). Et, ensuite ce sont des hommes ordinaires qui y parvinrent à leur tour.

Par exemple, c'est ce qui a permis au sage Vamadéva de déclarer : « *temporellement j'existai avant l'apparition du premier homme sur terre et spatialement j'inclus tout l'univers en moi, y compris le Soleil !* ».

Voilà pourquoi, aujourd'hui encore, celui qui, grâce aux enseignements védantiques, fait cette même prise de conscience radicale « je suis Brahman » (*aham brahma asmi*) se perçoit dès lors comme étant le Tout. Et les dieux eux-mêmes ne peuvent pas limiter cette expansion de sa conscience, car il est devenu leur propre soi (*âtman*).

Quant à l'être humain qui, considérant le Divin comme une réalité extérieure à lui, pense : « Dieu est une entité et moi j'en suis une autre », celui-là est le jouet de son ignorance.

Et, du coup, il est pour les dieux ce que le bétail est pour les hommes.

En effet, de même qu'un grand nombre d'animaux domestiques sont asservis par un seul homme, les hommes sont, en grand nombre, asservis par tel ou tel dieu. Qu'un animal captif réussisse à s'échapper, c'est fort déplaisant pour son propriétaire. A fortiori, si un grand nombre d'animaux réussissaient à s'échapper en même temps !

Il en va de même du rapport entre les hommes et les dieux et c'est pourquoi il déplaît à ces derniers que les hommes puissent réaliser qu'ils sont Brahman...

*Brihad-aranyaka-upanishad, 1, 4, verset 9 et 10. Traduction personnelle "selon l'esprit". Pour une traduction plus littérale, vous pouvez vous reporter à la page 16 de la version de Martine Buttex [consultable ICI](#).*