



**RAMANA MAHARSHI**  
**ŒUVRES**  
**SANSKRITES**

TRADUCTION ET COMMENTAIRES DE DAVID DUBOIS

*Almora*

RAMANA MAHARSHI  
ŒUVRES  
SANSKRITES

TRADUCTION ET COMMENTAIRES DE DAVID DUBOIS

*Almora*

COLLECTION DIRIGÉE PAR JOSÉ LE ROY

## **Du même auteur chez Almora**

*Les quatre yogas , 2020*

*Anthologie du shivaïsme du Cachemire, 2020*

*Le tantra de la reconnaissance de soi, 2017*

*60 expériences de vie intérieure, 2017*

*L'essence du yoga selon Vasishta , 2015*

*Abhinavagupta, la liberté de la conscience, 2015*

*Introduction au tantra , 2014*

© Éditions Almora • 43 avenue Gambetta, 75020 Paris

• 2021 • [www.almora.fr](http://www.almora.fr)

ISBN : 978-2-35118-483-7

*Ce document numérique a été réalisé par [Nord Compo](#) .*

# SOMMAIRE

Titre

Du même auteur chez Alhora

Copyright

Introduction

*Les Éveils de Ramana*

*Les sources de l'enseignement*

*Notre choix de textes*

*Le monde disparaît-il ou non après l'éveil ?*

*Mais quel est donc le message de Ramana ?*

Les versets essentiels en sanskrit

L'Essence de l'enseignement

*Commentaire de l'Essence, par David Dubois*

Cinq joyaux offerts à la Montagne Rouge

*Premier joyau*

*Deuxième joyau*

*Troisième joyau*

*Quatrième joyau*

*Cinquième joyau*

Qui suis-je ?

La Vision du Réel

Choix de livres pour aller plus loin

# Introduction

## Les Éveils de Ramana

Ramana, né dans le Sud de l'Inde en 1879, est devenu une référence de la spiritualité indienne contemporaine. Pourtant, il n'a pas eu de maître, ni de disciple. Il ne s'est inscrit dans aucune lignée et n'en a pas fondé, même s'il s'est reconnu dans des traditions comme le Vedânta et la dévotion (*bhakti*) à Shiva<sup>1</sup>.

Beaucoup de traditions ont voulu récupérer l'aura de prestige qui a commencé à entourer Ramana à partir des années 1930. Mais pour comprendre son message, le mieux est sans doute de l'écouter lui, de l'entendre témoigner de son expérience, car chez lui, l'expérience est première. Cette expérience est celle de son « éveil », bien que lui-même n'ait pas employé ce mot pour décrire sa propre expérience, comme on le verra plus loin. C'est seulement par la suite qu'il a lu des livres – sans jamais suivre aucun enseignement oral – et qu'il a fait des rapprochements entre son expérience, sa compréhension, et ce que certaines traditions affirment. Si l'on ne fait pas cette distinction entre son expérience et les traditions qui l'ont influencé, il reste très difficile de reconnaître la substance de son enseignement propre et nous risquons de le réduire à quelque chose de confus et de banal, alors que son message est clair et original. Encore une fois, dans un pays où le gourou est une véritable

institution, lui n'a pas eu de gourou et ne s'est pas présenté comme un gourou.

Après une enfance tranquille<sup>2</sup> mais sans éducation religieuse approfondie en dehors de la Bible<sup>3</sup> et d'un recueil de vies de saints shivaïtes<sup>4</sup>, le jeune Ramana fait une expérience qui va le changer à jamais :

*« Un jour que j'étais seul au premier étage de la maison de mon oncle et en bonne santé, une soudaine et puissante peur de la mort s'empara de moi. Je sentais que j'étais sur le point de mourir. Rien de ce que je sentais alors dans le corps ne pouvait expliquer ce sentiment. Cependant, je ne m'embarrassais pas de déterminer si cette peur était justifiée ou non. Je ne me souciais pas de consulter des docteurs, des personnes plus âgées ou même des amis. Je sentais que je devais régler le problème par moi-même, ici et maintenant. »<sup>5</sup>*

Il se livre alors à une sorte de méditation :

*« La recherche et la découverte [de la réponse à la question] 'Qui suis-je ?' fut menée à terme dès le premier jour, en peu de temps. J'ai instinctivement retenu ma respiration et j'ai commencé à plonger à l'intérieur en cherchant ma nature propre [...]. Je me suis allongé comme un cadavre, et il me sembla que mon corps était vraiment devenu rigide. D'un autre côté, je n'étais pas mort, j'étais au contraire conscient d'être vivant, existant. La question surgit alors en moi : « Qu'est-ce que ce 'je' ? » Je sentais que c'était une force ou un courant à l'œuvre, et cela que le corps soit rigide ou actif, même si ce courant était connecté au corps. C'était cette force, ce courant, ou ce centre, qui constituait ma personnalité, qui me faisait agir, bouger, etc. La peur de la mort disparut. J'étais*

*absorbé dans la contemplation de ce courant. Ce qui s'ensuivit et fut fait venait de cette vie nouvelle et non d'une quelconque peur. »* <sup>6</sup>

Ce texte est le témoignage le plus important sur l'expérience de Ramana. Le propos a été recueilli dans les années 1920 et publié en 1931. C'est une traduction de l'anglais, elle-même faite sur un original tamoul, la langue natale de Ramana.

Cependant, plusieurs points sont marquants : il n'est nulle part question d'un éveil (*bodha*), d'une compréhension ou d'une réflexion de type védântique, le Vedânta étant pourtant la tradition, non-dualiste et intellectualiste, dans laquelle on situe le plus souvent Ramana. Ce dernier parle plutôt d'une « force », d'un « courant », d'un « centre » et, plus tard, d'une « vibration » ou encore d'une « dynamo » toujours active, vibrante et continue, comme le son d'un bourdon musical en arrière-plan d'une mélodie. Tous ces termes se rapportent à l'énergie et à la vie. Ramana mime la mort, et il découvre la vie, cette vie « connectée » au corps, source de son activité, de son existence et de son mouvement. Ramana ne parle pas non plus d'un absolu impersonnel (*brahman*), mais d'une découverte de la vibration du cœur. Il est spontanément fasciné, comme hypnotisé, par cette sensation viscérale. Il compare du reste l'absorption dans cette vibration à une forme d'hypnose :

*Question : un enchaînement de pensées ou de questions [du genre « Qui suis-je ? »] peut-il induire une auto-hypnose ? Ne faut-il pas le réduire en un seul point qui analyse ce qui ne peut l'être, le « je » insaisissable, vaguement perçu et fondamental ? [question certes mal formulée ou traduite, mais c'est la réponse de Ramana qui est intéressante :]*

*Ramana : – Oui. C'est vraiment comme regarder dans le vide [vacancy] ou dans un cristal étincelant ou une lumière.* <sup>7</sup>

Il précise plus loin que cette hypnose est plutôt de l'ordre du ressenti (*feeling*) que du discours intérieur. Dans son propre récit d'éveil, il dit d'ailleurs que sa « plongée dans le Soi » s'est passée presque sans aucun discours intérieur – c'est une plongée intuitive ou presque.

Ainsi, la fameuse question « Qui suis-je ? » qu'il renvoya toute sa vie à ceux qui venaient le voir, n'est pas une question qui invite à un développement raisonné, mais une sorte de doigt qui pointe vers la lune du Soi. Si je suis agité, qui est agité ? Si je suis distrait, qui est distrait ? Si « je n'y arrive pas », qui n'y arrive pas ? Et ainsi de suite.

Il est vrai que, parfois, Ramana se lançait dans des développements en réponse à « Qui suis-je ? », comme du reste il le fit dans son œuvre intitulée justement *Qui suis-je ?* Une partie de ces développements sont empruntés au vocabulaire de l'Advaita Vedânta, une voie d'éveil par l'intellect qui est devenue dominante dans le paysage philosophique indien du xx<sup>e</sup> siècle.

En réalité, il me paraît cependant clair que, quand on considère l'ensemble de son enseignement, Ramana ne propose pas une démarche védântique, c'est-à-dire une progression raisonnée vers le Soi en suivant la méthode du Vedânta. Il conseille plutôt une « plongée » directe, intuitive, dans la sensation d'être, dans le ressenti « je suis je » comme il dit, jusqu'à parfaite stabilisation, jusqu'à un engoutissement définitif de toutes les facultés du corps et de l'esprit. C'est une voie de méditation, de destruction progressive du « mental », c'est-à-dire des « habitudes » (*vâsanâ*), du moins de celles qui sont extraverties et qui distraient le Soi de lui-même, qui font glisser du « je suis je » vers « je suis ceci, cela ». Selon Ramana, l'identification au corps et au mental est la racine de tous les problèmes existentiels et de tous les maux humains.

Ramana employait volontiers le mot sanskrit *mârgana* pour désigner cette plongée intuitive vers le centre de soi. Le terme *vicâra* est plus connu, mais je suis à peu près certain qu'il est davantage étranger à ce que Ramana voulait dire. Ce dernier l'a emprunté à Swâmî Nishcaldâs, auteur d'un best-

seller védantique au XIX<sup>e</sup> siècle<sup>8</sup>, qui a été l'une des sources d'inspiration principale du « jeune » Ramana. *Mârgana* désigne une recherche, une investigation, mais aussi une requête, l'acte de mendier, de supplier, de solliciter. Le « Qui suis-je ? » est donc une résorption de l'ego dans le Soi, du faux Moi dans le vrai Moi. On est très loin du Vedânta, mais très proche de l'oraison chrétienne « de silence et de repos ». Même *vicâra* ne signifie pas seulement « réflexion rationnelle » ou « examen systématique », mais aussi « observation », renvoyant ainsi à quelque chose de moins discursif et de plus intuitif. Du reste, le maître cachemirien Abhinava Goupta l'emploie parfois dans ce sens d'observation directe, intuitive, de ce qui se présente directement dans l'expérience. Le « Qui suis-je ? » est donc un acte de retournement de l'attention vers la source de l'attention, ou disons un reflux de toutes les énergies du corps et de l'esprit vers leur Source commune. À mon avis, cette Source est ce que j'appelle la vibration du cœur ou le ressenti viscéral et que Ramana ne décrit pas comme un absolu statique, mais comme un scintillement (*sphurana*), une illumination, une plénitude (*pûrna*), une vibration, un courant, une force, une puissance mystérieuse et un centre.

Pratiquer le « Qui suis-je ? », c'est donc s'ouvrir au désir le plus profond qui nous anime : le désir de l'Être, celui qui a poussé le jeune Ramana à plonger en lui-même un jour de 1895, puis à quitter sa famille pour rejoindre « son Père ». Ce Père est Arounâtchala, une petite montagne sacrée du Sud de l'Inde, au pied de laquelle se trouve un vaste temple dédié à Shiva manifesté sous la forme d'une infinie colonne de lumière<sup>9</sup>. Ramana a perdu son père quand il avait douze ans. Selon ses propres dires<sup>10</sup>, ce drame fut pour lui la première occasion de réfléchir au Moi et à son rapport au corps.

Notons aussi la rétention respiratoire et l'immobilité. Ramana affirmait que les pratiques d'amenuisement du souffle (*prânâyâma*), les pratiques de Hatha Yoga, ne peuvent conduire qu'à un arrêt provisoire du mental.

Cependant, il notait que la plongée en soi s'accompagne souvent d'une rétention spontanée. Ce qui est frappant dans ses propres récits, c'est l'importance de cette *sensation* de la vie dans le corps, mais qui n'est pas du corps.

De plus, toute sa vie il a été sujet à des malaises et des évanouissements. Il connaîtra plusieurs épisodes de perte de conscience du monde et du corps, suite à des troubles intestinaux principalement, et il interprète ces moments comme des répétitions de son expérience décisive de 1896. Il faut dire qu'après cette expérience, il quitte sa famille et, encore adolescent, part seul rejoindre « son Père ». Une fois sur place, il s'abandonne entre ses mains et se laisse absorber dans la vibration du cœur. Il ne se lave pas et mange ce qu'on lui donne. Les gens, principalement des pèlerins, le prennent pour un ascète ou un yogi. Mais lui-même précise qu'il n'a jamais rien pratiqué d'autre que la plongée en soi, pour ainsi dire ininterrompue depuis 1896 :

*« Je ne connaissais rien, je n'avais rien appris avant de venir ici [à Arounâtchala]. Une puissance mystérieuse prit possession de moi et me transforma en profondeur. Je ne savais rien et n'avais rien planifié. Quand j'ai quitté ma maison l'année de mes dix-sept ans, j'étais comme un gravillon emporté par une crue puissante. Je ne percevais rien de mon corps ou du monde, si c'était le jour ou si c'était la nuit. J'avais du mal à ouvrir les yeux. Mes paupières étaient comme collées. Mon corps se réduisit à un squelette. Ceux qui me visitaient avaient pitié de moi car ils ne savaient pas combien j'étais heureux. C'est bien des années plus tard que j'ai découvert le terme brahman [l'absolu] quand j'ai regardé dans des livres sur le Vedâta que l'on m'avait apporté. Amusé, je me suis dit : 'Est-ce cela qu'on appelle le Brahman ?'» <sup>11</sup>*

Ramana n'a jamais pratiqué autre chose que la plongée en soi. En 1946, un professeur de philosophie l'interrogea :

*« Dans les vies des mystiques occidentaux nous trouvons des descriptions du chemin mystique avec ses trois étapes bien définies de purgation, d'illumination et d'union. L'étape purgatoire correspond à ce que nous appelons la période de sâdhana [ou de développement spirituel]. Y a-t-il eu une période similaire dans la vie de Bhagavân <sup>12</sup> ? »*

Ce dernier fit une réponse particulièrement claire :

*« Je n'ai pas connu de telles périodes. Je n'ai jamais pratiqué aucun prânâyâma [exercice yogique du souffle] ni aucun japa [récitation de mantra]. Je n'avais aucune notion de méditation ni de contemplation. Même quand j'ai entendu par la suite ces choses, je n'ai jamais été attiré par elles. Maintenant encore, mon esprit refuse de leur prêter attention. Une sâdhana [une pratique] implique quelque chose à gagner et un moyen pour le gagner. Qu'avons-nous à gagner que nous ne possédions déjà ? Dans la méditation, la concentration et la contemplation, nous n'avons pas à penser, mais à rester tranquilles. Alors nous sommes dans notre état naturel. On donne beaucoup de noms à cet état naturel – moksha (délivrance), jnâna (connaissance), âtmâ (Soi), etc. et ils donnent lieu à maintes controverses. Il fut un temps où je restais les yeux clos. Cela ne veut pas dire que je pratiquais une sâdhana. Maintenant encore je reste parfois les yeux fermés. Si les gens veulent dire que je pratique alors une sâdhana, qu'ils le disent. Cela ne fait aucune différence pour moi. Les gens ont l'air de croire qu'en pratiquant une sâdhana sophistiquée le Soi descendra un jour*

*sur eux sous la forme de quelque chose d'énorme, doté d'une gloire immense et qu'ils nommeront alors cela sâkshâtkâram [l'accomplissement évident]. Le Soi est certes sâkshât [évident], mais il n'y a aucun kâram [accomplissement], rien de kritam [rien qui soit fait]. Le mot kâram implique l'accomplissement de quelque chose. Mais le Soi est « accompli » non pas en faisant quelque chose, mais en s'abstenant de faire quoi que ce soit – en restant tranquille et en étant simplement ce que l'on est. » <sup>13</sup>*

Tout cela est limpide : Ramana n'a une qu'une seule « pratique », celle de la plongée en soi.

Toutefois l'expression de cette pratique intime, qui n'est ni connaissance, ni mystique, ni dévotion, ni méditation, mais l'essence de tout cela, s'est adaptée à ses différents auditeurs et été influencée par les systèmes tout fait qui lui sont tombé sous la main. Ce qui nous amène à discuter des sources écrites de l'enseignement du sage d'Arounâtchala.

## **Les sources de l'enseignement**

Venkataraman, ou Ramana, connu aujourd'hui sous le nom de Mahârishi (« grand sage », à ne pas confondre avec le fondateur de la Méditation Transcendantale qui s'est affublé du même titre) est une figure majeure de la spiritualité mondialisée du xx<sup>e</sup> siècle. De plus en plus de gens s'y réfèrent. Pour ma part, je l'ai découvert à l'adolescence, avec Patanjali, le yoga et le bouddhisme zen. À l'époque, j'avais lu les *Talks with Ramana Maharshi*, un recueil d'entretiens. Ce livre m'avait quelque peu laissé dans la confusion : comme beaucoup, j'étais à la fois touché par la profondeur et la simplicité du message, et en même temps la multiplicité de discours apparemment contradictoires me laissait perplexe : en quoi donc

consistait la fameuse méthode du « Qui suis je ? » On disait qu'elle était une « investigation du Soi », mais Ramana semblait décourager toute investigation, toute réflexion philosophique, au motif qu'une telle démarche serait purement mentale, le mental étant l'une des sources de la souffrance. Ramana mettait en garde contre l'attrait pour l'occultisme, mais il affirmait que « le cœur spirituel est à droite de la poitrine ». Il proclamait la non-dualité, mais il célébrait aussi la dévotion, l'amour divin qui présuppose une dualité entre soi et Dieu. Il soulignait que le Soi est toujours déjà présent, mais d'un autre côté il prônait l'ascèse, la chasteté et l'effort pour contrôler le mental. Il admettait volontiers que la vie spirituelle était possible au sein du monde, mais lui-même avait fui sa famille pour vivre dans une relative solitude, sans rôle dans la société.

Mon sentiment était partagé. Quel était l'enseignement de Ramana ? Mortification ou détente ? Retrait dans la solitude ou vie dans le monde ? Fascination pour le surnaturel ou observation de ce qui apparaît ? Volontarisme ou spontanéité ? Réflexion rationnelle ou abandon à la foi ?

Longtemps, j'ai cru au mythe de l'oralité, selon lequel « Ramana n'a rien écrit ». Ce n'est que bien plus tard que je découvris ses œuvres sanskrites et que je me penchais sérieusement sur son enseignement. Celui-ci forme un système bien organisé, où sont proposées plusieurs méthodes bien hiérarchisées.

De plus, bien que Ramana soit mort relativement récemment, les sources de son enseignement et de sa vie sont peu fiables. En effet, il connaissait l'anglais mais il était peu enclin à le parler avec les visiteurs, Indiens ou étrangers. Sa langue natale était le tamoul, une langue difficile. Personne autour de lui n'était autorisé à l'enregistrer. Il y avait donc des gens qui traduisaient du tamoul en anglais, puis ces différentes personnes notaient leurs souvenirs après les entretiens. Cette catégorie de source (les retranscriptions d'échanges oraux et les anecdotes) est intéressante pour connaître des détails du quotidien de la vie de Ramana, mais elle est peu

fiable pour les propos plus spirituels, où la précision du vocabulaire et de la formulation est cruciale. En fait, comme je l'ai constaté plus tard en fréquentant d'autres maîtres spirituels, l'entourage d'un « gourou » est paradoxalement peu intéressé par son enseignement. La plupart des gens sont préoccupés par leurs problèmes personnels. La quête du Moi véritable ne les intéresse que dans la mesure où elle leur laisse entrevoir l'espoir d'un avenir meilleur.

L'autre type de source, ce sont les textes écrits. Il y en a en gros trois sortes.

D'abord les œuvres entièrement composées par Ramana. La plupart sont en tamoul, mais il en a traduit plusieurs en sanskrit.

Il y a ensuite les poèmes (car ce sont presque toujours des poèmes) composés par des amis proches de Ramana et relus ou complétés par lui, avec son assentiment final. C'est le cas de l'œuvre la plus vaste composée en tamoul, celle de Mourouganar, un poète tamoul et un intime de Ramana. Je n'ose pas dire « un disciple » car Ramana refusait d'accepter formellement des disciples, même s'il laissait les gens le traiter comme un maître spirituel et parfois comme une icône vivante. Dans cette catégorie, il y a aussi le travail en sanskrit de Lakshman Sharma, dont nous traduisons ici le *Commentaire des Cinq joyaux à Arounâtchala*. Mais il est en outre l'auteur d'une vaste *Oupanishad de la science spirituelle selon Ramana* en cinq cents versets.

Il y a, enfin, les œuvres écrites par des gens qui se réclament de Ramana et qui revendiquent son approbation, mais dont les intentions sont douteuses. La figure principale dans cette catégorie est Ganapati Mouni, érudit hindou et militant du redressement national hindou. C'est lui qui a « donné » à Ramana le titre de *Mahâ-rishi*, « grand sage visionnaire », comme s'il était un prophète. Le problème, c'est que Ramana n'avait rien

demandé. Du reste, les amis de Ramana le nomment *Bhagavân* , « bienheureux » ou « seigneur ».

Toujours est-il que Ganapati a tenté d'embarquer le sage d'Arounâtchala dans une tournée de conférences pour « revivifier l'esprit national ». Or, Ramana n'a jamais voulu quitter sa montagne et surtout, il n'avait pas du tout le tempérament d'un activiste. C'est ce qui l'a toujours distingué de Shri Aurobindo, l'autre figure de la région tamoule. Le disciple principal de Ganapati, Kapâlî Shâstrî, finira d'ailleurs par quitter Ramana pour devenir disciple d'Aurobindo, après avoir composé un commentaire de la *Vision du Réel* où il entreprend de réfuter les vues de Ramana ! Nous en reparlerons plus bas.

Mais ce dernier, tout calme qu'il était, a fini par s'agacer de ces petits jeux. Il aurait conseillé à ses amis de ne plus avoir foi dans les paroles de Ganapati. Celui-ci a quand même composé un *Chant de Ramana* mais, au vu de ces indices concordants, nous avons choisi de le laisser de côté, sauf pour les versets dont nous sommes sûrs qu'ils sont bien de la plume de Ramana.

L'autre point qui opposait Ramana et Ganapati était l'intérêt pour les sciences occultes. Ramana était pour la simplicité et une approche directe. À ses yeux, les miracles et autres phénomènes surnaturels étaient, au mieux, des distractions. Alors que Ganapati était véritablement fasciné. C'est lui qui aurait insisté pour que Ramana admette que le « cœur spirituel » se trouve à droit de la poitrine, alors que Ramana n'a cessé de répéter que le Cœur est partout et nulle part.

De fait, ce jeu de manipulation s'est répété dans la vie de Ramana. Désireux d'instrumentaliser son prestige, des religieux de toutes les sectes venaient le voir et lui offraient de devenir l'un d'eux. C'est de cette manière qu'il reçut de nombreux livres à lire, même s'ils ne correspondaient pas à sa sensibilité.

À ce propos, il faut se demander si Ramana était vraiment un « maître de l'Advaita Vedânta ». Aujourd'hui encore, son enseignement est presque toujours présenté comme s'inscrivant dans la mouvance du Védânta. Qu'en est-il ? De fait, Ramana n'a jamais étudié le Vedânta traditionnel. Il en a lu des textes, mais il ne cite jamais les grands commentaires de Shankara et il ne parle jamais de ses grands thèmes, comme le rapport entre le ritualisme védique et le contenu des Oupanishads. Shankara, le fondateur du Vedânta, est nettement intellectualiste. Pour lui, c'est l'intellect qui comprend le sens des « Grandes Paroles » des Oupanishads telles que « Je suis l'absolu ».

Mais Ramana se méfie de l'intellect et il déconseille le recours aux Grandes Paroles védântiques. Il propose bien autre chose. Seulement, il a d'emblée lu plusieurs livres populaires à l'époque sur le Vedânta et il est normal que ces lectures aient influencé son vocabulaire et sa formulation. L'un de ces best-sellers est l'*Océan de la réflexion*, un vaste traité védântique en langue hindî, très influent dans la deuxième moitié du XIX<sup>e</sup> siècle. D'où la récurrence du terme « réflexion » (*vicâra*) dans le discours de Ramana et l'expression malheureuse « réflexion sur » ou « investigation du Soi », car il laisse entendre que Ramana invite à une méditation philosophique sur le Moi, à d'amples développements, alors qu'il conseille bien plutôt une plongée en soi-même, sans pensée. On se demande ce qu'aurait été l'enseignement de Ramana si, parmi ses premières lectures, avaient figuré des livres d'autres courants, comme ceux de la Reconnaissance.

Quoi qu'il en soit, Ramana a rapidement compris les différents systèmes qu'il avait rencontrés. Il les mit en ordre et, surtout, il les hiérarchisa.

Avant sa venue à Arounâtchala, Ramana n'avait lu, comme textes religieux, que la Bible (détail important, car toute sa vie il citera la Bible), la *Grande Chronique (Périya Pourânam)* des saints tamouls shivaïtes, quelques passages d'autres classiques de la spiritualité tamoule (*Tirouvâchakam*, *Tévâram*) et peut-être quelques hymnes védântiques par

le truchement de sa mère. Par la suite, il n'a jamais étudié le Vedânta classique. Il a lu des traités de Vedânta tardif, divers œuvres, dont une tantrique (la *Doctrine secrète de la Déesse Tripourâ* ), et surtout des poèmes.

On peut dire que Ramana n'est ni un maître du Vedânta, ni d'aucune autre tradition. Il est son propre maître. Au cœur de son enseignement, il y a son expérience et l'enseignement très simple qui s'en dégage. Et autour de ce cœur, il y a les éléments traditionnels qui lui semblaient plus ou moins proches de son expérience. L'élément le plus proche est sans aucun doute l'expérience mystique de l'amour divin (*bhakti* ). Tous les témoignages concordent pour dire que Ramana était une personne très sensible, qui riait et pleurait facilement en racontant les légendes des saints du pays. Là aussi, l'image d'Epinale d'un Ramana toujours muet et immobile est trompeuse, car Ramana aimait converser, s'enquérir de l'actualité, il était amoureux de sa langue maternelle, il écoutait des chants et était grand amateur de poésies. La parole est au cœur de sa vie, comme elle est au cœur de la vie de tous les mystiques. Essayer de dire l'indicible est un puissant ressort de créativité.

## **Notre choix de textes**

Nous avons donc choisi les œuvres sanskrites de Ramana en fonction de leur fiabilité. Ramana a composé principalement des textes en tamoul, sa langue de prédilection. Mais il en a traduit plusieurs en sanskrit. Parfois, des proches composaient en tamoul, et il les complétait ou les modifiait. On peut alors quasiment le reconnaître comme l'Auteur de ces textes. De toute façon, Ramana ne se reconnaissait plus dans sa personne. Dès son départ pour Arounâtchala, il a commencé à parler de lui à la troisième personne, de manière impersonnelle car, selon lui, l'individualité, tout comme le monde,

sont des illusions. Dieu est la seule et unique réalité. De même, il a composé des textes en sanskrit, en a traduit d'autres, et d'autres encore ont été composés par des amis proches de Ramana, mais ont été relus, vérifiés et corrigés par lui. Nous n'avons pas retenu le *Chant de Ramana* ou *Ramana Gîtâ*, composée par Ganapati Muni en 1917, car comme nous l'avons rapporté plus haut, ce dernier a fini par se brouiller avec Ramana, suite à de profondes divergences<sup>14</sup>. Ce texte, bien qu'il comprenne quelques versets de Ramana, n'est donc pas fiable, ou moins fiable que d'autres.

Le premier texte retenu est *l'Essence de l'enseignement (Upadesha-sâram)*, composé par Ramana en plusieurs langues, dont le sanskrit, en 1927, à l'âge de 47 ans. Beaucoup considèrent ce bref poème comme la quintessence écrite du message de Ramana. Nous la proposons donc en premier, avec de brèves explications.

Ensuite viennent les *Cinq joyaux offerts à la Montagne Rouge (Arunâchala-pancha-ratnam)*, composé en sanskrit en 1917, l'année même de la composition de la *Ramana Gîtâ* par Ganapati Mouni. Ramana avait alors commencé à apprendre le sanskrit sous l'influence de Ganapati, depuis une dizaine d'années. C'est d'ailleurs Ganapati qui demanda à Ramana de composer ce poème. *Les Cinq joyaux* est un bref poème mystique qui exprime la même expérience, mais sous une forme plus affective. Le sage d'Arounâtchala était clairement un amoureux du divin et il l'a exprimé dans de nombreux poèmes encore chantés par ceux qui se reconnaissent dans son message, sans parler des dizaines de milliers de versets composés par son ami intime, le grand poète tamoul Mourouganar. Ce poème en sanskrit est accompagné d'une explication en sanskrit, elle aussi versifiée, par K. Lakshmana Sharma. Ce dernier, très estimé par Ramana, a également composé *L'Enseignement intime de la science suprême et délectable (Ramana-para-vidyâ-upanishad)* en 700 versets, mais nous ne l'avons pas traduit ici, bien qu'il reflète assez fidèlement

l'enseignement de Ramana. Avec Muruganar le tamoulisant, Sharma le sanskritiste est celui dont les œuvres sont les plus fidèles à Ramana. Cependant, Kapâlî Shâstrî, le disciple de Ganapati « le tânika » a aussi composé un commentaire sanskrit *Aux Cinq joyaux* <sup>15</sup> . Les différences entre ces deux interprétations mettent en évidence deux tendances dans l'enseignement de Ramana : d'un côté la tendance védântique, selon laquelle le monde est une illusion pure et simple qui disparaît après l'éveil ; et la tendance tantrique, selon laquelle le monde est une manifestation de la conscience, qui est transformée après l'éveil. Pour l'ascète védântique, Mâyâ est une illusion trompeuse, à l'image de la femme en général ; pour le magicien tantrique, Mâyâ est la créativité esthétique de l'absolu, son pouvoir et sa liberté.

Ensuite vient le célèbre *Qui suis-je ? (Ko'ham)*, une œuvre de jeunesse. C'est un dialogue entre Ramana et un certain Shivaprakâsham Pillai qui aurait eu lieu en 1902, quand Ramana n'avait que 22 ans, mais qui aurait été publié bien plus tard, en 1923. C'est une œuvre de référence, mais elle exprime sans doute une vision que Ramana a été amené à nuancer par la suite.

Nous avons enfin ajouté la traduction de la *Vision du Réel (Sat-darshanam, Sad-vidyâ)*, une composition en 40 versets, dont l'original tamoul date de 1928. C'est K. Lakshmana Sharma qui l'a d'abord traduit en sanskrit. Mais le groupe de Ganapati Mouni est intervenu en force pour imposer sa propre « traduction », à laquelle s'ajoute un commentaire sanskrit par Kapâlî Shâstrî, future disciple d'Aurobindo, commentaire qui entreprend tout simplement de réfuter le contenu du poème ! C'est sans doute l'une des rares fois où Ramana a failli sortir de ses gonds. Cette polémique silencieuse (forcément) a de profondes implications spirituelles que nous allons à présent examiner brièvement.

Évidemment, cette traduction de Ganapati Mouni est donc à prendre avec précaution. Cependant, elle ne diffère pas substantiellement de

l'original tamoul, bien qu'elle soit sans doute moins riche. Mais la question est posée : Ramana s'est-il montré dogmatique face à Ganapati Mouni ? Ou bien ce dernier voulait-il vraiment faire dire à Ramana autre chose, un message plus à même de servir ses propres buts ? Cette question est pertinente car elle peut nous aider à préciser quel est le véritable message de Ramana, l'un des plus influents parmi les grands sages indiens. Pour avancer sur cette voie, il paraît utile de jeter un œil à la nature de l'expérience qu'il propose.

## **Le monde disparaît-il ou non après l'éveil ?**

Comme nous l'avons vu, Ramana est souvent présenté comme un « maître de l'Advaita Vedanta. De fait, la plupart des livres que Ramana a lus après son « éveil » – ou disons, ceux qu'on lui a fait lire – participaient de cette tradition vénérable et célèbre pour sa radicalité. Selon le Vedanta en effet, la connaissance de l'absolu (l'éveil) fait *disparaître* l'expérience du monde. Ni l'individu, ni rien d'autre ne « survivent » à la connaissance du réel, car rien d'autre n'est réel en dehors du Réel, « un seul et rien d'autre ». Quand on voit la corde, l'illusion du serpent disparaît.

Pourtant, il est clair que le monde ne disparaît pas pour les éveillés : ils restent des individus et agissent comme tels, même s'ils ont souvent une façon de parler d'eux-mêmes plus originale, moins personnelle que le commun des mortels. Mais selon eux, tout se dissout dans l'absolu, sachant qu'en réalité, rien d'autre n'a jamais existé que l'absolu. Comment le Vedanta explique-t-il cette contradiction entre ce qu'il affirme et les faits ?

La position du Vedanta traditionnel a toujours été ambiguë sur ce point. Tantôt la tradition reste campée sur sa position radicale selon laquelle tout disparaît et rien ne survit à l'éveil, même si cela contredit l'expérience ;

tantôt il affirme plutôt que l'*apparence* du monde subsiste, mais que seule disparaît la croyance en sa *réalité* . Ce qui semble plus cohérent.

Quelle est la réponse de Ramana ?

L'une de ses premières réponses est consignée dans le célèbre opuscule *Qui suis-je ?* , lequel comporterait des propos de l'année 1902, soit huit années après l'éveil de 1896.

En voici un extrait sur la place du monde après l'éveil :

*4. Quand verra-t-on cette essence ?*

*– On la verra en tant que vision quand [la vision] sera détournée du monde – de ce qui est vu.*

*5. Mais ne verra-t-on pas notre essence même quand le monde, le visible, est présent, même comme illusion ?*

*– Non.*

*6. Pourquoi ?*

*– La vision et ce qui voit sont respectivement comme une corde et comme le serpent [que l'on projette par mégarde sur la corde]. La conscience du serpent est imaginaire. Tant qu'elle n'est pas anéantie, la conscience de la corde qui est le substrat réel de ce [serpent imaginaire] n'aura pas lieu. De même, tant que la conscience du monde n'est pas détruite, la conscience de notre essence, qui est le substrat réel de la [conscience du monde], n'aura pas lieu.*

Ce texte est frappant d'abord par son absence de nuances : la vision du monde et la vision du Soi (notre « essence », notre Moi véritable) sont incompatibles, l'existence du Moi individuel et du monde dépendant entièrement l'un de l'autre. Selon Ramana, il est impossible de voir à la fois le serpent et la corde, ni même de voir le serpent comme manifestation de la corde.

Cette affirmation radicale de l'enseignement de Ramana est étrange, d'autant plus étrange si la corde est prise pour un serpent, c'est précisément *parce qu'elle lui ressemble* . On ne risque pas de confondre une corde avec un ours, car leurs silhouettes n'ont rien en commun. De même, comment comprendre que le monde puisse être confondu avec l'absolu ou projeté sur lui, s'ils n'ont rien en commun ? N'est-il pas plus juste de penser que l'illusion (*mâyâ* ) du monde est une apparence de l'absolu et donc une sorte de manifestation de l'absolu, fut-elle déformée ou incomplète ?

Cette absence de nuances a sans doute choqué Ganapati Mouni, rencontré quelques années après ce texte, en 1907. Dès lors, il n'est pas étonnant que Ganapati ait entrepris d'affiner la philosophie de Ramana. C'est dans cet esprit que l'on peut lire ce passage que nous citons assez longuement. Il est extrait du *Commentaire à la Vision du Réel* <sup>16</sup> , composé par Kapâlî Shâstrî, un disciple de Ganapati. Ces lignes ont agacé Ramana, semble-t-il :

*« Au commencement, il n'y avait que l'être », « En vérité, tout ceci est l'Immense ! », « L'Esprit est tout ce qui a été et tout ce qui sera ! » : ces paroles sacrées (des Oupanishads) et d'autres, prouvent que l'Esprit, l'Immense (brahman) est la seule et unique cause matérielle de « tout », c'est-à-dire du monde entier : sa substance fondamentale.*

*Et de même, le genre de propos (que l'on trouve dans les Oupanishads) tels que « Il regarda, il excita (son) excitation (tapas) », prouve que l'Esprit est la seule et unique cause instrumentale de la réalisation, de la création du monde.*

*De sorte que l'on doit voir que l'Immense (ou l'absolu) sans-second est l'unique cause, la cause intégrale de tout, dans tous les sens du terme.* <sup>17</sup>

Dès lors, il devient possible de comprendre comment l'Esprit est le fondement dont dépendent (les couples de contraires) interdépendants dont on doit bien rechercher le fondement, (sans quoi ils ne pourraient être en relation ni dépendre l'un de l'autre), couples d'opposés tels que le sujet et l'objet, l'intérieur et l'extérieur, le conscient et le matériel, le monde et l'âme.

Comment ? C'est un seul et même être qui devint la multiplicité, dit-on (dans les Upanishads). De même, la manifestation du couple de l'âme vivante et du monde inerte est « l'excitation », c'est-à-dire le regard désirant ou le désir intense de l'Esprit. « Excitation » désigne sa shakti immanente. Il faut (donc) admettre (que la dualité) dépend de son énergie majestueuse. <sup>18</sup>

Ce regard désirant, cette « excitation » et l'effet qui en découle, à savoir les mondes et les âmes, découlent d'une seule conscience **qui se transforme** en un être qui contemple et un être contemplé. Il est possible de parler ainsi sans que ces deux aspects soient (pour autant) séparés. Si l'Immense se transforme comme le lait en yaourt, il n'y a pas à craindre qu'il disparaisse (en se transformant). De même, quand l'or est transformé en bracelets, et quand le Réel se transforme en l'âme et le monde, l'or et le Réel demeurent, selon la pensée de la Tchândogya Oupanishad.

En toutes ces facettes innombrables, en tous ces mondes, en toutes ces âmes clairement manifestées par cette « excitation », par ce regard désirant, c'est-à-dire par sa puissance qui n'est rien de plus (que lui), l'unité de l'essence de l'Esprit, de l'être, n'est jamais contredite.

Malgré cette multiplicité d'états, l'essence reste une. Malgré cette unité d'essence, il se multiplie. Il faut comprendre les deux ensembles. « Le Soi est tout cela », « La réalité de tout cela, c'est le Soi », « Le Soi est devenu tous les êtres » : les paroles sacrées de ce

genre pointent le fait que, de la nature d'un seul et même Esprit dérivent, par son énergie, une multiplicité de mondes et d'âmes. Voilà comment il faut entendre ces propos des Oupanishads.

L'être réel, un et sans-second du point de vue de l'expérience suprasensible devient, du point de vue de l'expérience sensible, le multiple fait de paires d'opposés. Il faut donc voir que le sensible et le suprasensible, l'un et le multiple, ne se contredisent pas. **Certains, qui pensent que l'un est (seul) réel, et que l'autre (le multiple) est illusion, y voient une contradiction** <sup>19</sup>. (Mais) les textes sacrés disent que c'est l'Un lui-même qui est le multiple. Cette contradiction entre l'Un et le multiple n'est qu'un concept de l'intellect humain, et non une réalité ! Dès lors, l'autre manière (d'expliquer le rapport entre l'Un et le multiple) est meilleure, car elle écarte la contradiction, si toutefois contradiction il y a !

Soit la perception d'un vase, par exemple, dans la vie de tous les jours. Bien que l'on se dise, par une cognition distincte, que c'est un vase « fait de terre (cuite) », on ne se dit pas pour autant que la perception du vase est une illusion parce qu'on avait vu le vase sans voir qu'il était en terre cuite ! Et quand on voit que le vase est en terre cuite, il n'est pas raisonnable de dire que le vase que l'on voit est une illusion. Le fait d'être en terre cuite <sup>20</sup> et le fait d'avoir la forme d'un vase <sup>21</sup> appartiennent tous les deux à la chose et sont deux manières vraies de la décrire. Quand on dit que la chose est en terre cuite, on ne contredit pas ni ne réfute le fait qu'elle a la forme d'un vase. De même, quand on voit que la chose a la forme d'un vase, ceci ne contredit ni ne réfute le fait qu'elle est faite de terre cuite. Il faut donc dire qu'une seule réalité, une seule chose, est saisie de deux manières selon les capacités de l'intellect humain. Le fait que le vase soit en terre cuite fait connaître l'essence de la chose, c'est là son attribut principal. Le fait que le vase ait la forme

*d'une tortue, par exemple, est alors son attribut secondaire. Parce que le mot qui désigne la substance (de la chose) est le substrat (des autres attributs) tels que la forme, on dit qu'il est l'attribut principal pour connaître l'essence, désignée par le mot « substance ». Le fait d'avoir la forme d'une tortue, par exemple, est la perception d'une seule chose à travers une multiplicité de formes appréhendée par les yeux et autres (sens). On dit (donc) que la forme est un attribut secondaire. Mais cette perception de la forme du vase, etc., dépend entièrement de l'intellect humain (et non pas de la chose elle-même). De sorte que, dans la perception de l'être des choses, il n'y a pas de contradiction entre la perception de l'attribut principal et la perception des attributs secondaires. On y gagne même quelque chose de plus ! Et la vérité devient complète <sup>22</sup> .*

*Et de même, quand on dit que le monde, les âmes et Dieu sont (un seul être) : attributs principaux et secondaires sont deux manières de comprendre l'Immense, le Réel un. L'Immense, réel par essence, est comme l'or transformé en différents bijoux. Il est prouvé que c'est lui qui se transforme en mondes et en âmes. Il est alors justifié de l'appeler « Dieu », en relation aux mondes et aux âmes. De par la majesté de sa propre énergie, l'Indivis lui-même devient une multiplicité de manifestations et de caractéristiques. Et sa manifestation en mondes et en âmes est analogue aux qualités de la substance (qui sont multiples sans contredire l'unité de la chose). C'est en l'Immense même que les choses relatives – telles que les modes, les aspects, les qualités, les accidents – existent, tout en étant identiques à l'Immense.*

*Le « monde » en lequel ces êtres naissent, tout cela, est comparable aux qualités du vase (comme par exemple sa forme). Ce sont des « aspects » ou des « qualités secondaires » de l'Immense, ses modes différenciés. Ou bien, on peut bien dire que tout cela, ce sont des*

qualités secondaires de l'Immense, de la cause qui est l'aspect réel. Mais c'est le Réel même qui est la substance fondamentale du monde entier, tout comme la terre l'est pour le vase. L'être est donc l'attribut principal de l'Immense. De sorte qu'il n'y a pas contradiction entre ces deux (attributs). **Affirmer que seul l'attribut principal, sans qualités, est réel, et que l'autre, l'attribut secondaire, est une illusion, cela est, clairement, bien loin d'être une théorie très claire ...** L'Immense-avec-qualités et l'Immense-sans-qualités ont une seule source et ne se contredisent pas !

L'affirmation selon laquelle (l'Immense) est « sans qualités », « sans parties », etc. signifie simplement que l'Immense transcende ces qualités, et non qu'il est dépourvu de ces qualités. Et plus encore : les qualités comme l'absence de parties (lui sont attribuées par les Oupanishads), car il est prouvé qu'il dépasse les sens quand il est dit que « l'Immense est plus vaste que le vaste, plus subtil que le subtil ». Cela signifie donc que, bien qu'il soit source de qualités infinies et doué d'aspects innombrables, il s'étend toujours au-delà. Cet être infini, omnipotent, l'Immense, crée, par une fraction de lui-même et par son regard désirant, de multiples univers et il les infuse. Mais il faut bien voir que, cependant, il ne disparaît pas en (devenant) ces mondes. Voilà pourquoi ceux qui savent disent que l'Immense infuse le temps et l'espace, bien qu'il soit au-delà du temps et de l'espace. Ainsi donc, l'Immense est « plein » par essence absolument partout et toujours, et jusque dans chaque atome, qui est un fragment de lui-même. Tel est le sens plus que profond – la non-dualité plus que vaste – exprimé dans cette parole : « Cela est plein. Ceci est plein. Le plein vient du plein. Quand le plein est extrait du plein, il reste plein ». Ce qui revient à dire ceci :

*Tout comme le vase est fait de terre, la substance fondamentale de ce monde entier est l'essence, l'être. La connaissance qui ne voit pas cela est incomplète (litt. « n'est pas pleine »). L'illusion, c'est seulement de prendre cette connaissance incomplète pour la vérité (complète). Mais cette connaissance incomplète ne doit pas être qualifiée d'illusion. Parce que cette connaissance incomplète est des plus grossières et qu'elle ne touche pas le fond subtil du réel, elle est une quasi-ignorance. Parce que l'on ne comprend pas l'essence de l'être, l'essence du Réel et que l'on ne perçoit que la forme du monde – ce qui devient cause (d'une vie) qui n'atteint pas son but et autres défauts – on appelle cela « ignorance ». Mais si l'on perçoit l'essence fondamentale, l'Immense, comme étant clairement le Soi de tout et de tous, alors on reconnaît tout aussi clairement que l'aspect « monde » et l'aspect « âme » ne sont pas différents. Cela seul est la connaissance, cela seul est la vérité intégrale. » <sup>23</sup>*

Ce passage, traduit directement de l'original sanskrit, est une réfutation en bonne forme de l'Advaita Vedanta, dans l'esprit du tantra non-duel, et donc de l'enseignement de Ramana. Kapâlî et Ganapati connaissait certainement la philosophie de la Reconnaissance (*pratyabhijnâ*), d'origine cachemirienne, notamment par des textes comme le *Dakshinâmûrtistotra* <sup>24</sup> ou le *Tripurârahasya* <sup>25</sup>, composés dans le Sud de l'Inde.

Ce texte sanskrit a aussi été traduit en anglais. Mais cette traduction est plutôt une très libre paraphrase, selon une habitude bien ancrée chez les Indiens. Le second passage en gras donne “It is evident then that it is both futile and false to affirm that the substantial truth alone of the world-being, brahman, is real and that the formal aspect of brahman as the world is unreal”. Ce qui a le mérite d'être clair, mais qui est sans doute plus fort que le sanskrit qui, au lieu de « false and futile », dit « de cette théorie il y a

clairement le fait qu'elle n'est pas naturelle/évidente » (*vâdasya a-svârasyam spashtam* ), ce que j'ai rendu à ma façon. Cette traduction anglaise est anonyme. Mais l'ensemble témoigne d'un effort intéressant, même s'il n'est pas du goût de tous, pour tirer l'enseignement de Ramana dans un sens tantrique.

Les passages en gras soulignent les critiques adressées à l'Advaita Vedanta. Pour Ganapati et Kapâlî, le monde est réel, car il est une manifestation du Réel. Il n'est pas le Réel, il n'existe pas indépendamment de la Conscience universelle, mais il n'y a pas une pure et simple illusion (*tuccha* ) sans rapport avec la Conscience. Le monde est une transformation (*parinâma* ) du Réel, comme le lait de vache se transforme en yaourt.

Ramana a parfois donné l'impression d'intégrer cette inflexion tantrique de son enseignement. En effet, dans la *Vision du Réel* , il a laissé imprimer le verset qui affirme que « le cœur spirituel est à droite de la poitrine »<sup>26</sup> (une obsession de Ganapati) et que « le monde est Mâya » signifie seulement que le monde n'a pas d'existence indépendante de la Conscience, et non pas qu'il n'existe pas du tout<sup>27</sup> . Mais les témoignages cités plus haut et le mode de vie global de Ramana permettent de penser qu'il n'a jamais vraiment digéré les idées de son « bienfaiteur » Ganapati Mouni.

Pourtant, Ramana est proche, en un sens, des idées d'un certain courant tantrique, le shivaïsme du Cachemire ou philosophie de la Reconnaissance (*pratyabhijnâ* ). Il en connaissait le *Secret de la Déesse Tripourâ* (*Tripurâ-rahasya* ) et il fit construire dans son ashram<sup>28</sup> un temple à cette Déesse, dont la tradition est directement apparentée au shivaïsme du Cachemire. Mais cette Reconnaissance est beaucoup plus subtile que la fascination pour l'occultisme affichée par Ganapati, lubie qui a sans doute pris Ramana à rebrousse-poil. Surtout, Ramana a manifestement été froissé par l'activisme politique de Ganapati qui a tout tenté pour embarquer son « prophète » dans une tournée de prêches à travers l'Inde. Ramana montrait bien un certain intérêt pour la chose politique, mais celui-ci se limitait à la lecture de

journaux anglais entre deux extases et, plus profondément, il était persuadé que la seule force de changement pour le Bien en ce monde était la Force qu'il sentait en lui et à laquelle, selon lui, il suffisait de s'abandonner. Ramana et Ganapati avaient des caractères incompatibles, comme il arrive souvent.

Cette divergence d'approche est bien résumée par l'histoire ou la légende de la rencontre entre le placide Ramana et le bouillant Ganapati. En effet, la question essentielle, selon Ramana est : « Où ? » Telle est la question. La question de la Source et de l'Espace, du contenant plus que du contenu. Où apparaît le monde ? Où apparaît le corps ? Où apparaissent les sensations ? Où apparaissent les émotions ? Où apparaissent les pensées ?

Il était une fois un homme, nous dit-on, qui voulait sauver son pays et transformer le monde par la pratique des mantras. Il pratiquait avec rigueur, selon les règles transmises par la Tradition immémoriale.

Et pourtant, rien ne se passait. Son pays restait ce qu'il était, asservi aux Barbares. Il vivait au pied d'une montagne sacrée, il mangeait, il dormait, il se purifiait comme il fallait. Mais rien. Nulle révolution, aucun déchaînement de puissance divine ne se montrait nulle part.

Frustré, il alla voir un jeune ermite dont on lui parlait depuis des années.

Il le trouva dans la montagne, au pied d'une grotte aménagée. Le jeune homme était assis. Notre sauveur du monde se prosterna, lui expliqua toutes les pratiques qu'il avait faites en vain : « J'ai pratiqué encore et encore, j'ai récité des millions de mantras, mais rien ne se passe. Je ne comprends pas ce qu'est la pratique. À quoi sert-elle ? »

Le jeune homme le regarda, en silence.

Au bout d'un quart d'heure, notre sauveur avait perdu patience. En plus, il faisait chaud et humide, et il avait un monde à sauver ! Il s'adressa alors au jeune ermite : « Je sais que, selon la tradition, il existe une initiation par le regard... Mais je n'y comprends rien ! Si vous ne voulez pas parler,

écrivez au moins sur un bout de papier ! » Alors le jeune homme écrivit sur un bout de papier, ceci :

*« Si l'on observe avec attention cela dont s'élanche [le murmure silencieux] 'je suis je', alors le mental s'y résorbe. C'est cela, la pratique ».*

Le sauveur du monde était déçu : « Mais je veux des mantras à réciter ! »

Le jeune ermite sourit doucement, et griffonna ces mots :

*« Si l'on récite un mantra, observons avec attention d'où surgit le son de ce mantra. Le mental s'y résorbe alors. C'est cela, la pratique ».*

Cela se passa en Inde, en 1907. Le sauveur auto-proclamé était Kâvyakantha Ganapati. L'ermite était Ramana. La montagne sacrée était Arounâchala, dans le Sud relativement préservé des vents de l'Histoire.

La suggestion de Ramana vaut pour toute « pratique » :

Si vous voulez sentir, sentez la source des sensations. Si vous voulez courir, sentez la source de l'élan. Si vous voulez voir, voyez cela qui voit. Si vous voulez aimer, aimez la source de l'amour. Si vous voulez jouer de la musique, plongez dans l'élan à la source de la musique. Si vous voulez résoudre un problème, tournez-vous vers la source de la solution. Et ainsi de suite...

Il y a ainsi deux dimensions dans la pratique conseillée par Ramana : **voir** cela qui voit ; ou **aimer** cela qui désire, qui veut, qui ressent. Deux faces d'une même pièce, deux moments d'une même respiration, du même battement de cœur. Juste une nuance. Connaissance ou amour. Vision ou désir. Inséparables comme l'air et le vent, comme le Dieu et la Déesse.

Pour la petite histoire, Ganapati repartit dans son propre ashram, où il avait déjà des disciples. Il avait été touché par Ramana. Mais pas converti. Par la suite, c'est donc lui qui essaya de convertir Ramana. Mais Ramana resta tel quel, aussi immuable que la montagne sur laquelle il habitait.

Ganapati incarnait une autre approche que celle de Ramana : sauver le monde par la magie, par l'occulte. Il avait une philosophie tantrique proche du subtil shivaïsme du Cachemire, et sans doute véritablement plus profonde, plus complète, que celle du Vedânta, mais son tempérament emporté et volontaire ne pouvait séduire Ramana.

Par la suite, Ganapati fut fasciné par Aurobindo, l'homme qui prétendait avoir des super-pouvoirs et qui voulait aussi changer le monde. Ganapati eut un disciple qui fonda un institut aurobindien pour perpétuer sa pensée. Il essaya bien des fois de convertir Ramana. Mais, voyant qu'il n'arrivait pas plus à changer Ramana qu'à changer le monde, il s'aigrit et se mit à critiquer Ramana, l'accusant de quiétisme, de fuir le monde. Il prétendait que lui et Aurobindo étaient supérieurs à Ramana.

Ganapati était un adepte des tantras. Alors on dira qu'il était fasciné par les super-pouvoirs, comme la Mère l'était par l'occultisme en général. Ce n'est pas faux. Il appartenait à la tradition Shrîvidyâ, une tradition du tantrisme.

Le hic, qui jette une certaine confusion sur la chose, c'est que Ramana aussi était sensible à cette tradition, mais à sa manière. Pas initié, certes, mais il conseillait chaudement la lecture de son texte philosophique central, le *Tripurârahasya* , et il fit bâtir un temple de cette Déesse Tripourâ/Shrîvidyâ en guise de mausolée pour sa mère, identifiée ainsi à la Déesse.

Mais alors, où est la différence ?

Elle est subtile, mais on la retrouve partout et en tout temps. Deux parfums, deux sensibilités.

D'un côté, l'approche de ceux qui veulent mettre le divin au service d'eux-mêmes, sous prétexte de sauver le monde. De l'autre, ceux qui se mettent au service du divin, dans l'abandon. Juste une question de priorité, donc. Évidemment, des deux côtés on parle de « service », du « divin », et ainsi de suite. Pourtant, la différence est immense.

D'où un Ramana de plus en plus froid à l'égard d'un Ganapati manipulateur, alors qu'il était d'ordinaire l'accueil incarné, allant jusqu'à admettre des chiens dans son ashram. Ce n'est pas que Ramana fuyait véritablement le monde. Mais il était convaincu que la priorité était à la conversion intérieure, le reste devant suivre.

La pratique, c'est la présence à la Source.

Mantra ou bavardage, peu importe pourvu qu'on pratique cette présence. L'attention se retourne. Le désir plonge en sa source, laquelle est aussi sa fin. La vague contemple l'océan. La vague aime l'océan. L'océan se contemple en la vague. L'océan s'aime en cette vague. C'est tout.

Par la suite, Ramana a quelque peu nuancé sa posture. Le monde ne disparaît pas après l'éveil, il est intégré dans un état de méditation naturelle de félicité et d'amour qui est notre état naturel<sup>29</sup>. Selon moi, son insistance sur la disparition du monde et de tout s'explique pour deux raisons : – d'une part l'intensité de son expérience ; – d'autre part le fait qu'il a rencontré la pensée non-duelle tantrique bien après celle du Vedânta, entachée en plus par les manigances de Ganapati. Néanmoins, si on lit de près Ramana, il est clair qu'il n'exclut pas le monde, à l'opposé de ce que fait le Vedânta. Du reste, Ramana, même s'il resta toute sa vie le chaste dévot d'Arounâtchala, s'ouvrit de plus en plus à ce monde dont il avait d'abord affirmé la disparition. Mais il est non moins clair qu'une forte tension est restée dans son enseignement, et ce jusqu'à la fin de sa vie, entre une tendance védântique et une tendance tantrique : la tendance védântique, avec son rejet radical du monde, ne pouvait pleinement convenir à Ramana ; mais la tendance tantrique, avec son occultisme et sa mauvaise réputation, ne

pouvait non plus correspondre entièrement à la formulation recherchée. Le fait est que l'expérience de Ramana est située quelque part entre les deux. Ramana n'est ni un maître du Vedânta, ni un prophète tantrique. Il nous offre le témoignage d'une expérience radicale et simple, accessible à tous dès à présent.

## **Mais quel est donc le message de Ramana ?**

Résumons :

- Ramana ne connaissait rien à la spiritualité avant son Éveil.
- par la suite, il ne s'est de lui-même jamais inscrit dans aucune lignée spirituelle
- quand il décrit lui-même son éveil, il n'emploie pas du tout le langage du Vedânta. Il parle clairement de « courant », de « force », de « dynamo » et de « vibration », d'une « force mystérieuse » qu'il a reconnue, qui a pris le contrôle de sa personne et qui ne l'a plus jamais quitté.
- après son éveil, des traditions ont essayé de le récupérer. Il a été profondément influencé par le Vedânta, mais il a aussi été sensible au non-dualisme tantrique, sans jamais toutefois s'inscrire dans l'une de ces philosophies. Il propose une voie nouvelle.
- son message est simple : plonger en soi, inverser la direction du regard ; cherchez la Source, le faux Moi de souffrance disparaîtra alors et le Moi véritable, qui est la Source divine et la Plénitude, se manifesterà dans toute sa splendeur et à jamais. Le monde ne disparaîtra pas vraiment mais il sera transformé en profondeur dans notre expérience.
- cette vie nouvelle est offerte à tous, sans préparation, sans condition, sans aucune pratique auxiliaire. Cet éveil est la chose la plus facile au

monde. Comme dit Ramana, la meilleure façon de se préparer à plonger en soi, c'est de plonger en soi.

Pour finir, voici un texte de Douglas Harding qui souligne l'essentiel de ce message à propos de l'éveil à notre essence de plénitude immortelle :

*« Ramana dit que c'est la chose la plus accessible, la plus évidente au monde, que Voir Qui vous êtes est plus facile que voir une groseille à maquereau sur la paume de votre main. La plupart des disciples disaient : « Oh ! Quel maître merveilleux ! Il peut le faire, mais aucun d'entre nous n'en est capable ». Ils le vénéraient, l'adoraient, et n'écoutaient jamais ce qu'il disait. « Oh quel dommage, quel dommage ! » disait-il. C'est étrange. Nous croyons que nous voulons voir Qui nous sommes, nous croyons que nous voulons être libres. mais en nous tous je perçois une grande résistance. Cette résistance à voir Qui nous sommes est due essentiellement au fait que nous sommes Rien semble être la fin de l'histoire. mais si nous pouvons voir sans tarder que, n'étant rien, nous sommes également tout, qu'il s'agit simplement d'échanger un petit bonhomme ou une petite bonne femme contre le monde entier, alors il nous apparaît clairement que c'est un très bon deal. Nous ne sommes pas perdants, bien au contraire. Mais la menace semble persister. Or Ramana et bien d'autres soutiennent que cela vous est accessible en ce moment, tel que vous êtes, sans discipline particulière, sans méditation intense, sans réalisation d'aucune sorte. » <sup>30</sup>*

- 1 . Le shivaïsme est, avec le vishnouïsme, l'une des deux principales religions de l'hindouisme.
- 2 . Malgré la mort de son père, un honnête brahmane employé comme clerc, quand il n'avait que douze ans.

- 3 . Il avait été envoyé dans deux écoles américaines à Madourai. Il comprenait donc l'anglais et était assez familier des *Psaumes* et des *Évangiles* , qu'il citera toute sa vie.
- 4 . Il découvre le grand récit des saints shivaïtes, le *Périya Pourânam* , en tamoul, environ un an avant son « éveil ». Il faut aussi ajouter que sa mère connaissait et chantait des hymnes védântiques, et que son père possédait une « ceinture de yoga » (*yogapatta* ). Il a donc subi diverses influences. Mais c'est la lecture du *Périya Pourânam* qu'il l'a bouleversé, au point qu'ensuite il se mit à fréquenter chaque jour un temple de son voisinage.
- 5 . Narasimha Swami, B.V. : *Self-Realisation* , pp. 20-21. Ce livre, traduit en français et publié par les éditions Accarias, est la principale source sur la vie quotidienne et les expériences intimes de l'homme Ramana : *Biographie de Ramana Maharshi* , trad. Patrick mandala, éd Accarias l'Originel, 2016. Narasimha Swami rencontra Ramana dans les années 20, mais il devint ensuite disciple de Shirdi Saï baba.
- 6 . Narasimha Swami, B.V. : *Papers* , SRA Library.
- 7 . *Talks* , éd 1996, p. 27.
- 8 . Le *Vicâra-sâgara* , en Hindî, dont Ramana a d'ailleurs proposé un abrégé en tamoul. Vers 1894, soit deux ans avant l'éveil de Ramana, Swâmî Vivekânanda disait de ce livre qu'il « avait eu plus d'influence en Inde que tout autre durant les trois siècles précédents » (*Complete Works of Vivekananda* , vol. 4, p. 281). Et de fait, la toute première œuvre de Ramana, en tamoul, est un dialogue intitulé *Vicâra-samgraha* daté de 1900-1902...
- 9 . Ramana dit qu'il a toujours été fasciné par ce lieu, avant même de savoir qu'il existait bien sur Terre dans la ville tamoule de Tiruvannamalai. Il en avait sans doute entendu parler très tôt, car il était né le jour de la fête où l'on célèbre la manifestation de Shiva sous la forme de cette infinie colonne de lumière. Sa mère, très dévote, a du lui raconter cette légende et la grandeur du site d'Arounâchala qui s'y rattache.
- 10 . Paul Brunton, *Conscious Immortality* , 1984, p. 68.
- 11 . Vishwanatha Swami, *Surpassing Love and Grace* , Sri Ramanasramam, p. 3.
- 12 . « Bienheureux », titre par lequel les Indiens marquaient leur respect à Ramana.
- 13 . D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan* , 2002, pp. 317-318.
- 14 . Voir les propos de Ramana rapportés par K. Lakshmana Sharma dans le périodique *The Call Divine* : « Ils [Ganapati Mouni et ses disciples] se sont efforcés de me faire dévier de la vérité, mais je suis resté ferme », 01/08/1954, p. 574.
- 15 . *Shrî Arunâchala-pancha-ratna-darpanam* , traduit en anglais sous le titre *The Cardinal Teaching of the Maharshi* , Sri Ramanashramam, 1999. Par exemple, alors que Sharma dans son explication du second « joyau » souligne que le monde n'est qu'une illusion sans la moindre valeur, Kapâlî affirme quant à lui : « Nous devons ajouter que la comparaison du monde avec une peinture repose sur leur commune qualité de création artistique. Un tableau est peint selon les règles de l'art du portrait. L'univers est créé selon les principes de l'art de la création » (p. 6).
- 16 . *Sat-darshana-bhâshya* .
- 17 . Autrement dit, contrairement à ce qu'affirme le Vedânta, la cause du monde n'est pas l'ignorance (*avidyâ* ). Ou plutôt, la cause de l'ignorance est l'Immense, l'absolu lui-même.

- 18 . Ce vocabulaire érotique n'est évidemment pas du goût du Vedânta.
- 19 . « Certains », c'est-à-dire le Vedânta et Ramana.
- 20 . Le Réel, l'Un.
- 21 . Le Multiple.
- 22 . *Samagram satyam* , la vérité intégrale, qui inclut tout et n'exclut rien.
- 23 . Kapali Shastri, *Saddarshanabhâshya* , pp. 1-5, Sri Ramanâshramam, 1984.
- 24 . Traduction française : *Jubilations de l'Esprit* , éditions Nataraj, 2015.
- 25 . Traduction française : *La doctrine secrète de la déesse Tripurâ* , éditions Fayard, 1979.
- 26 . *Supplément à la Vision* , 18.
- 27 . *La Vision du Réel* , 13.
- 28 . Son centre spirituel, encore actif aujourd'hui.
- 29 . *Sahaja-samâdhi* , *sahaja-sthiti* , *sahaja* étant un héritage du bouddhisme tantrique et nullement un terme du vocabulaire du Vedânta traditionnel.
- 30 . *L'immensité intérieure* , p. 50.

# Les versets essentiels en sanskrit

*hṛdaya-kuhara-madhye kevalaṁ brahma-mātraṁ  
hy aham aham iti sākṣād ātma-rūpeṇa bhāti /  
hṛdi viśa manasā svaṁ cinvatā majjatā vā  
pavana-calana-rodhāt ātma-niṣṭho bhava tvam // <sup>1</sup>*

L'absolu pur et simple  
brille simplement et directement  
au centre de la caverne du cœur,  
en tant que soi-même,  
« je suis je ».  
Plonge dans le cœur  
avec le mental, par toi-même,  
en méditant ou en t'immergeant.  
Le souffle suspendu, vis en toi-même à jamais.

*aham ayaṁ kuto bhavati cinvataḥ  
ayi pataty ahaṁ nija-vicāraṇam //  
ahami nāśa-bhājy aham-ahaṁtayā  
sphurati hṛt svayaṁ parama-pūrṇa-sat // <sup>2</sup>*

Quand on se demande  
D'où vient cette pensée « je »,

Alors – merveille ! – elle tire sa révérence.  
C'est cela, la recherche du Soi (*vicāra* ).  
Quand cette pensée « je » est anéantie,  
Le Cœur se manifeste clairement  
Et directement comme « je... je... ».  
C'est la réalité ultime en sa plénitude.

*kūpo yathā gā  
hajale tathā antaḥ  
nimajjya buddhyā śītayā nitāntam /  
prāṇaṃ ca vācaṃ ca niyamyā cinvan  
vinden nija-ahaṃkṛti-mūla-rūpam //  
maunena majjan manasā sva-mūla  
carcā eva satya-ātma-vicāraṇaṃ syāt /  
eṣo'ham etan na mama svarūpam  
iti pramā satya-vicāraṇa-aṅgam //  
gaveṣaṇāt prāpya hṛd-antaraṃ tat  
pated ahantā paribhugna-śīrṣā /  
atha aham anyat sphurati prakṛṣṭaṃ  
na ahaṃkṛtis tat param eva pūrṇam //* <sup>3</sup>

De même que l'on descend  
Au fond d'un puits,  
On plongera avec un intellect  
Parfaitement aiguisé.  
En contrôlant le souffle et la parole  
Et en regardant, on trouvera la source  
De notre *ego* .  
En plongeant en silence  
Avec notre mental,  
La quête de notre origine s'accomplira.

C'est cela, chercher le vrai Soi.  
« Je suis ceci. Cela n'est pas mon essence. »  
Cette intuition fait partie  
De la recherche du Réel.  
Grâce à cette ardeur,  
On atteindra Cela dans le Cœur.  
La subjectivité s'effacera, tête baissée.  
Alors un autre « Je » se manifestera clairement,  
Un « je » supérieur qui n'est pas l'ego,  
Mais bien le Transcendant, le Parfait.

- 1 . *Ramana-gîtâ* , II, 2.
- 2 . *Upadesha-sâram* , 19-20.
- 3 . *Sad-darshanam* , 28, 30.

# L'Essence de l'enseignement

*Prologue tamoul* <sup>1</sup>

Des ritualistes pratiquaient l'ascèse dans la forêt mythique de Dârouka. Ils couraient à leur perte [car ils croyaient que l'acte rituel est divin et capable de nous délivrer du samsâra]. 1

Ils étaient imbus d'eux-mêmes, prenant l'acte ou la pratique (*karma*) pour Dieu lui-même ! 2

Ils virent que l'acte [humain] accompli dans l'oubli de Dieu qui [pourtant] est la source des résultats de l'acte, est stérile. Ils ravalèrent leur fierté. 3

Plein de larmes, ils prièrent Dieu de les sauver. Shiva leur accorda sa grâce sous la forme de cet enseignement. 4

Si nous nous imprégnons de cette Essence de l'enseignement, la félicité surgira de l'intérieur et nos maux seront anéantis. 5

Puisse cette Essence de l'essence pénétrer dans [nos cœurs].  
Puissions-nous atteindre la pleine félicité. Puissent les  
souffrances cesser. 6

*Poème traduit du sanskrit*

Les résultats de nos actes  
Dépendent de l'Auteur [véritable de ces actes].  
L'acte n'est donc pas divin,  
Il est inerte et privé de conscience propre. 1<sup>2</sup>

L'acte nous fait tomber  
Dans le grand océan des actes.<sup>3</sup>  
Les résultats des actes<sup>4</sup> sont temporaires.  
Ils empêchent la réalisation spirituelle. 2

L'acte offert au Seigneur  
Et accompli sans désir  
Purifie le mental  
Et réalise la délivrance. 3

Il y a une hiérarchie des actes :  
D'abord l'adoration accomplie avec le corps,  
Puis la récitation avec la parole  
Et enfin la méditation, avec l'esprit. 4

L'adoration consiste à servir le monde  
En ayant conscience  
Qu'il est le Seigneur  
– Dieu aux huit formes. 5<sup>5</sup>

Mieux que de chanter des hymnes  
À haute voix, on récitera à voix basse.  
Mais la récitation mentale est méditation,  
La meilleure des récitations. 6

Supérieure à une méditation discontinue  
Est celle qui est ininterrompue  
Comme un filet de beurre fondu  
Qui s'écoule. 7

La méditation « je suis Lui »  
Sans séparation [entre soi et Dieu]  
Est plus sacrée que celle  
Qui croit en une séparation. 8

Demeurer présent,  
Par la force de cette méditation,  
En cette essence vraie vide de tout état  
Est l'amour ultime. 9

Placer le mental dans son état naturel  
Dans l'espace du Cœur  
Est assurément le yoga de l'acte,  
Celui de l'amour divin et aussi celui de l'éveil. 10<sup>6</sup>

Le mental se résorbe  
En stoppant le va-et-vient du souffle,  
Comme un oiseau pris au filet.  
C'est donc un moyen [temporaire seulement]. 11

Le mental est connaissance

Et le souffle est activité :  
Ce sont deux branches  
De la même Puissance (*shakti*). 12

« Résorber » et « détruire » sont deux  
Manières [différentes] de mettre fin [au mental].  
Mais quand il est résorbé,  
Il n'est pas mort et il réapparaît. 13

Le mental est *résorbé*  
Par l'arrêt de la respiration.  
Et il est *détruit* quand on médite  
Sur une seule pensée<sup>7</sup>. 14

Pour l'excellent yogi  
Qui a anéanti le mental,  
Que reste-il à faire,  
Puisqu'il vit dans le Soi ? 15

Délaissant les objets,  
Le mental se tourne vers soi-même :  
C'est voir la conscience,  
C'est voir le Réel. 16

Vois : quand on cherche le mental,  
Il n'y a pas de mental !  
C'est cela,  
La voie directe. 17

Toutes les pensées<sup>8</sup> sont fondées  
Sur la pensée « je ».

Sache que les pensées sont le mental,  
Le mental est la pensée « je ». 18

Quand on se demande  
D'où vient cette pensée « je »,  
Alors – merveille ! – elle tire sa révérence.  
C'est cela, la recherche du Soi (*vic āra* ). 19

Quand cette pensée « je » est anéantie,  
Le Cœur se manifeste clairement  
Et directement comme « je... je... »<sup>9</sup> .  
C'est la réalité ultime en sa plénitude. 20

C'est la réalisation du « je ».  
Même quand le « je » [factice] a disparu,  
Cette Présence continue,  
Jour après jour. 21

Le corps, les sens, l'énergie vitale,  
L'intellect et l'inconscience<sup>10</sup>  
Le sont pas le « je » simple et réel,  
Car ils sont privés de conscience propre. 22

La conscience éclaire le Réel :  
Où donc pourrait-il y avoir une autre conscience ?  
Le Réel est conscience.  
La conscience est « je ». 23

La différence entre  
Dieu et l'individu  
Est dans leur apparence et leur intellect.

En réalité, ils sont une seule réalité. 24

Une fois dépouillé des apparences,  
Reste la vision qui est soi-même,  
La vision qui est Dieu  
En forme de soi-même. 25

Vivre pleinement dans le Soi,  
C'est se voir soi-même,  
Car « vivre dans le Soi » c'est le fait  
Qu'il n'y a rien d'autre que le Soi. 26

La conscience est sans connaissance.  
Elle est libre de l'ignorance.  
La connaissance *est* .  
Qu'y a-t-il d'autre à connaître ? 27

Quand on cherche quelle est notre essence,  
C'est la vision du Soi,  
Un bonheur de conscience,  
Débordant et inépuisable. 28

Dès ce moment, l'individu  
Qui découvre sa divinité  
Trouve le bonheur transcendant,  
Au-delà de tout lien et de toute délivrance. 29

La manifestation de soi  
Affranchie du « je » [limité]  
Est la pratique totale :  
Telle est la parole de Ramana. 30

# Commentaire de *l'Essence*, par David Dubois

*Prologue tamoul*

**Des ritualistes pratiquaient l'ascèse. Ils couraient à leur perte... imbus d'eux-mêmes, prenant l'acte et la pratique (*karma*) pour Dieu lui-même ! Ils virent que l'acte [humain] accompli dans l'oubli de Dieu qui [pourtant] est la source des résultats de l'acte, est stérile. Ils ravalèrent leur fierté. 1-3**

Cette légende peut paraître lointaine, mais elle parle de nous, si nous savons la transposer dans nos vies actuelles.

Les « ritualistes », c'est nous. Prendre une méthode, une technique, une « voie » pour l'assurance d'atteindre le but, c'est oublier le but. L'imbécile regarde le doigt... La leçon est toujours la même. Obsédés par le ceci et le cela, nous négligeons l'Espace en lequel ils se déploient et se reploient, en lequel ils chatoient sans jamais s'en séparer, comme des reflets dans un joyau. Nous ignorons cet Espace qui est pourtant la Source de nos actes, le véritable Agent, l'Auteur de toute action.

Qu'est-ce que le « ritualisme » ? C'est mettre toute notre confiance dans les rituels, c'est-à-dire dans nos actions et les pratiques que nous décidons d'entreprendre. *Karma* désigne ici la croyance à la loi de cause à effet, à notre pouvoir d'agir, mais aussi en les méthodes de transformation basées sur l'action. Il n'est pas question de nier que nous puissions agir. Nous pouvons certes développer notre personne, devenir « plus » accueillants, plus forts, plus positifs, plus ancrés, plus en paix avec notre passé, plus motivés, plus énergiques, et ainsi de suite. C'est la face spirituelle de la société de consommation, ou disons la face consumériste de la spiritualité, dans l'Inde d'autrefois comme dans la société mondialisée d'aujourd'hui.

Mais cette approche est limitée. De fait, tout ce qui a été gagné sera perdu. Toute rencontre présage d'une séparation. Tout ce qui a été construit sera détruit. Loi de l'impermanence, loi du réel auquel nul ne saurait échapper, riche ou pauvre, qui suit une méthode ou pas, « éveillé » ou non. Toute pratique est vouée à l'échec, car tout ce qui a un début a une fin.

Plus profondément, les limites de l'action, de la pratique, sont celle de notre attitude : obsédés par les choses, nous avons oublié la Source des choses. Nous croyons être un individu qui agit, alors que cette action est enracinée dans un Acteur tout-puissant, créateur à la fois des causes et des effets. L'individu lui-même, en vérité, n'est qu'une chose parmi les choses. Comment pourrait-il échapper au destin de toute chose ? Comment pourrait-il le maîtriser ou dépasser sa condition ? Certes il peut progresser, mais à l'intérieur de limites indépassables. Même si nous étions des anges maîtres des galaxies, nous resterions limités, soumis à des lois, à commencer par le changement. L'action peut tout changer, mais elle ne peut mettre fin à l'impermanence.

Les pratiques humaines sont limitées par la nature humaine et par la nature tout court. En prendre conscience, c'est déjà se tourner vers la Source véritable, vers Dieu.

**Plein de larmes, ils prièrent Dieu de les sauver. Shiva leur accorda sa grâce sous la forme de cet enseignement. 4**

Shiva, le Bienfaisant, est Dieu. Mais qui est Dieu ? Pour l'instant, nous ne le savons pas vraiment. Nous savons juste qu'il est le Créateur. À la fin de tout, il ne reste que Lui. Au crépuscule de toute chose, ne demeure que la possibilité d'un abandon. Nous avons tout essayé. Tout a failli. Ou alors, sans même aller au bout, si terme il y a, nous avons entrevu sans l'ombre d'un doute l'impasse de toute action, de toute entreprise. À quoi bon ? Ce

découragement lucide, loin d'être une malédiction, est au contraire la manifestation de la grâce : nous commençons à nous éveiller du rêve.

L'ensemble de l'introduction, qui rattache Ramana à Shiva comme enseignant de la non-dualité, suggère que l'Enseignant est Dieu lui-même. Non le Dieu de telle ou telle religion, mais bien la Source et l'Origine de toute chose. De fait, ces mots ne viennent pas du mental, mais de la Source du mental, que le mental ne peut saisir mais en laquelle il peut se plonger.

Le remède ne saurait venir du malade, tant sa maladie est ancrée en lui, si tant est qu'il en ait même conscience. La solution aux problèmes humains ne peut être humaine, car l'illusion ne saurait mettre fin à l'illusion. Non seulement toute pratique est vouée à l'échec, mais encore toute pratique nourrit l'illusion. Tant que je crois savoir qui je suis, cet enseignement n'est pas pour moi. Je continue à aller vers les miroirs aux alouettes, vers le plus, le mieux, qui est loin d'être le meilleur. Je tourne en rond. Mais tant que je n'ai pas versé de larmes, je ne le sais pas. Ces larmes sont donc une bénédiction.

**Puisse cette Essence de l'essence pénétrer dans [nos cœurs].  
Pussions-nous atteindre la pleine félicité. Puissent les  
souffrances cesser. 6**

Notre disposition intérieure est importante. Il ne s'agit certes pas de croire sur parole, mais si nous gardons notre esprit fermé, nous ne pourrions rien entendre. Il est donc bon de souhaiter comprendre.

Le but n'est pas le Paradis, mais la guérison des souffrances. Non les souffrances de la vie, de la vieillesse, de la maladie et de la mort, car elles continueront d'affecter le corps et l'esprit, mais la souffrance d'un perpétuel sentiment d'insatisfaction. Le manque fondamental, le plus souvent implicite, informulé, tacite qui imprègne nos actes quotidiens. Ce manque implique une souffrance. C'est celle-là qui peut cesser. Les autres

souffrances, inévitables, ne disparaîtront pas, mais elles seront transformées. C'est une guérison radicale, comme de réaliser, dans un rêve, que ça n'est qu'un rêve. Même si le rêve continue, on est réveillé et tout est différent.

**Les résultats de nos actes**

**Dépendent de l'Auteur [véritable de ces actes].**

**L'acte n'est donc pas divin,**

**Il est inerte et privé de conscience propre. 1**

*Karma* , ici traduit par « acte », signifie aussi « objet » ou « chose », par opposition au sujet grammatical. Ce verset concerne donc les choses en général.

Ramana semble ici parler de Dieu. Mais de fait, il aborde d'emblée le point central de son enseignement. L'Auteur des actes est la conscience, aussi appelée le cœur. L'« acte » est l'objet – n'importe quelle chose. L'Auteur est le sujet, la conscience qui lit ces lignes. Tout objet, ces mots, la tasse, la table, le soleil et les étoiles, apparaissent dans ce champ de conscience. La conscience ne se connaît pas elle-même. Retournez maintenant votre attention. Ce que vous voyez est sans couleurs ni formes, sans limites et pourtant bien présent, n'est-ce pas ? Ce n'est pas comme voir ces mots. Les lettres tracées sur cette page sont limitées, elles ont une forme et elles n'ont pas le pouvoir de se connaître elles-mêmes ou de se ressentir. Elles sont « inertes ». Elles ne se manifestent pas par elle-même, mais à travers la conscience qui les connaît et les illumine, les « créant » ainsi. Elles dépendent donc de la conscience qui est Dieu.

Tout dépend de la conscience qui ne dépend de rien. Je suis cette conscience sans limite qui manifeste tout ce qui a des limites. Sans forme, je suis libre des formes. Rien ne peut me définir. La Présence que je suis englobe toutes les définitions, les étiquettes, les points de vue. Je suis leur

matrice et leur pays et leur tombe. Invisible, je rends visible. Je suis la présence à la fois de ce qui est présent et de ce qui est absent.

En lâchant les choses, la conscience revient à elle-même et se découvre créatrice des choses, au lieu d'en être le jouet, découvrant par là même le salut de toutes choses, du corps et de l'esprit. Quand je réalise que je suis conscience dont tout dépend et qui ne dépend de rien, je réalise que je suis libre, sans rien à perdre ni à gagner. Et quand on est libre, on peut jouer. Sans but, gratuitement.

**L'acte nous fait tomber**

**Dans le grand océan des actes.**

**Les résultats des actes sont temporaires.**

**Ils empêchent la réalisation spirituelle. 2**

Comment agir sans se laisser prendre à l'engrenage ? Comment créer sans devenir esclave de sa création ? – En s'identifiant à la source véritable de l'acte, de la chose.

Autrement, tant que nous nous identifions à une chose (corps ou esprit, peu importe), nous restons soumis à la loi des choses : impermanence et relativité. Le bien est éphémère et il n'existe pas sans le mal.

Alors nous tombons, ou du moins nous croyons vivre dans la chute. Noyés dans l'océan des actes, nous prenons appui sur une vague, sur un courant, pour sombrer à nouveau. Parfois exaltés par une hauteur relative, nous retombons tôt ou tard dans un abîme sans oxygène. Que nous ayons un bon ou un mauvais karma, nous restons pris dans sa cage. Qu'importe si les barreaux sont d'or ou de fer ? Les nuages, blancs comme noirs, cachent également le soleil de la plénitude.

À l'image de l'inertie qui emporte le petit hamster dans sa roue, l'acte laisse en outre croire qu'il permet d'en sortir. Mais, à l'image de n'importe quelle drogue, il ne fait que renforcer l'illusion. Plus de choses, plus

d'objets : c'est exactement l'essence du consumérisme. « Ce sera mieux plus tard » : c'est bien possible, relativement parlant. Cependant, le progrès lui-même aura une fin, car le monde des choses est le monde du devenir, du changement, de l'insubstantiel, du vent et de la poursuite du vent, du plus et du moins. Tout passe. Réussite ou échec, « les résultats des actes sont temporaires ».

Ils sont donc des « obstacles ». Non pas les choses en elles-mêmes, mais les choses tant que l'on s'identifie à l'une d'elles. Corps, fortune, souvenirs, carrière, famille, biens, compétences, traits de caractère : cette logique est celle d'une chute, d'un obstacle à la paix véritable. Le karma n'est pas une sorte de substance subtile logée dans quelque plan occulte. C'est juste une croyance si habituelle qu'elle n'est jamais questionnée.

**L'acte offert au Seigneur**

**Et accompli sans désir**

**Purifie le mental**

**Et réalise la délivrance. 3**

Comment sortir de l'engrenage des actes, c'est-à-dire de la souffrance ? Car bien entendu, le corps-mental ne peut cesser d'agir. La vie est action, c'est là sa nature. Autant exiger de cesser de respirer. Pour Ramana, la solution est dans la plongée en soi.

Mais un premier pas vers cette plongée peut être « l'action sans désir ». En effet, quand j'agis sans m'attacher au résultat de l'action, le cercle vicieux de l'acte se défait. J'agis, mais l'acte ne m'appartient plus. En outre, j'abandonne l'issue au Seigneur, au Créateur, à la Source, qui n'est rien d'autre qu'une représentation et une première approximation du Soi, de l'absolu. En un sens, tout est déjà l'absolu, car l'absolu est la réalité. Mais pour le comprendre et pour pouvoir « plonger en soi » sans se retrouver hypnotisé par des pensées, des souvenirs et autres formes d'agitation,

l'esprit doit se purifier. S'entraîner à agir en se détachant des résultats est une pratique de purification. Pourquoi ? Parce que c'est une attitude de distance qui est déjà une remise en question de l'identification exclusive à une individualité.

Poussée à son terme, cette pratique mène à la délivrance. En effet, chacune des pratiques examinées ici suffit à conduire à l'éveil à notre vraie nature et, par conséquent, à guérir de la souffrance existentielle. Elles se distinguent seulement par leur caractère plus ou moins direct, c'est-à-dire par leur proximité avec la plongée en soi. C'est ainsi que Ramana a hiérarchisé les pratiques et a dépassé les contradictions entre ces différentes approches en les intégrant dans le système présenté dans ce texte.

**Il y a une hiérarchie des actes : d'abord L'adoration accomplie avec le corps,  
Puis la récitation avec la parole  
Et enfin la méditation, avec l'esprit. 4**

Mais même si l'on se détache de l'action, il faut agir, avec le corps, la parole et l'esprit. Que faire ? Les versets suivants vont répondre à cette question, en allant donc de l'extérieur vers l'intérieur.

**L'adoration consiste à servir le monde  
En ayant conscience  
Qu'il est le Seigneur  
– Dieu aux huit formes. 5**

Avec le corps, nous pouvons « servir le monde ». Nous tourner vers les autres est une première manière de prendre nos distances avec nos problèmes, ou plutôt avec les problèmes du corps et de l'âme, qui ne sont pas notre vrai Moi, mais seulement et au mieux des vêtements de notre

véritable essence divine. Et cette essence, nous pouvons l'adorer en Autrui (qui n'est pas mentionné directement ici) et dans les différents aspects de l'univers qui sont différents aspects du Seigneur : les cinq éléments d'abord, terre, eau, feu, air et espace. La terre évoque la solidité. Elle est une transformation de l'eau, manifestation de la fluidité. L'eau vient de l'air, léger et aérien, lequel est engendré par le feu, lumière, chaleur et mouvement. Le feu est une solidification de l'espace. L'espace, comme Dieu, est infini, sans forme et omniprésent. Ensuite il y a le soleil, la lune, puis l'âme. L'âme, la « cité octuple », est elle-même faite des cinq sens, de l'ego, du mental et de l'intellect. L'intellect est au sommet de cette hiérarchie. Le soleil et la lune symbolisent les forces contraires qui animent le devenir et qui s'incarnent dans le va-et-vient de la respiration. Parfois, l'intellect est remplacé par le Soi, qui désigne alors l'âme, la vie dans l'individu.

Ramana ne mentionne pas l'amour d'Autrui ni le service social de façon très explicite, car sa vision reste celle d'une société traditionnelle, close, tournée vers un passé idéal, et non pas celle d'une société humaniste, en progrès et tournée vers un idéal à venir. Dans ce monde « chacun est à sa place et il y a une place pour chacun » : nul ne remet en question cet ordre « naturel », en échange de quoi chacun reçoit la protection du groupe : « si nous protégeons l'ordre des choses, il nous protège », dit une maxime brahmanique. N'oublions que Ramana était brahmane et que la politique ne l'a jamais intéressée au point de s'y engager. Il admettait l'égalité de tous, mais seulement devant Dieu. Les hommes ne sont pas égaux entre eux, car ils sont différents. L'identité profonde des individus ne se traduit pas par une égalité en droit.

Cependant, rien n'interdit d'explorer l'enseignement de Ramana dans un sens humaniste, et c'est bien pourquoi il a touché des personnes du monde entier et de toutes cultures. Il n'est pas interdit de penser que nous

sommes différents, mais que nous avons les mêmes droits fondamentaux parce que nous sommes, au fond, la même Personne.

Reste que Ramana ne s'appesantit pas sur les relations entre les personnes. Pour lui, l'accès à l'amour passe d'abord par la plongée en soi.

**Mieux que de chanter des hymnes  
À haute voix, on récitera à voix basse.  
Mais la récitation mentale est méditation,  
La meilleure des réceptions. 6**

Plus profond que le corps est la parole. La culture brahmanique est une culture de la parole. La partie la plus ancienne de la littérature indienne, les Vedas, est faite d'hymnes. Quant aux Mantras du tantrisme et de l'hindouisme moderne, ce sont des sortes d'anges qui s'incarnent dans des sons. Mais ça n'est pas le son, au sens physique, qui est efficace. C'est plutôt l'être qui s'incarne en lui, c'est-à-dire la conscience, car seule la conscience est libre et efficace.

La « récitation » mentale est la plus efficace. Plus c'est simple, plus c'est puissant. À la limite, le Mantra véritable est la résonance qu'est la conscience, la conscience éveillée à elle-même, la Présence, le « silence éloquent » dont parlait ( !) parfois Ramana. Le Mantra n'est pas une formule magique à répéter de façon mécanique, mais un pont entre la parole telle que nous la connaissons et la vibration de la conscience. Bien évidemment, toutes ces pratiques sont des adorations gratuites et non des techniques pour obtenir un gain personnel. Les principes des versets précédents restent valables pour les versets qui suivent : agir vraiment, c'est agir sans s'attacher au résultat, c'est faire de ses actes des offrandes au divin.

**Supérieure à une méditation discontinue**

**Est celle qui est ininterrompue  
Comme un filet de beurre fondu  
Qui s'écoule. 7**

Enfin, l'esprit est un lieu plus profond de pratique. En réalité, plus que le corps ou que la parole, c'est l'esprit qui agit. C'est lui le centre de la roue du samsara. Pratiquer, c'est pratiquer en esprit. Or l'esprit, c'est l'attention. Pratiquer en esprit, c'est donc pratiquer avec l'attention et c'est cela, la « méditation ». L'attention est entraînée à rester posée sur son objet, sans distraction et en gardant une présence claire de l'objet. Telle la flamme d'une bougie d'abord agitée par le vent, elle s'apaise alors peu à peu, protégée par la concentration.

L'objet est plus spécialement Dieu sous une forme humaine, visualisée dans le cœur ou en un autre endroit. L'attention est au début comme un singe qui saute de branche en branche, incapable de rester posée. Puis elle se calme et, finalement, elle s'assouplit au point de ressembler à un filet d'huile, image du mouvement continu de l'attention. En effet, l'esprit est action. Comme nous l'avons dit, il ne peut pas ne pas agir. En revanche, il peut apprendre à harmoniser son action afin de la canaliser vers un bien. C'est la méditation comme concentration, très utile pour la suite du chemin, bien qu'en elle-même et à elle seule, elle ne puisse procurer que des biens provisoires.

**La méditation « je suis Lui »  
Sans séparation [entre soi et Dieu]  
Est plus sacrée que celle  
Qui croit en une séparation. 8**

Toutes les pratiques précédentes présupposent que « Dieu », ou quel que soit le nom que l'on donne au principe suprême créateur, est un autre être

que soi, autre que notre être véritable, notre « soi-même » ou, disons, que notre Soi. Si la séparation est en effet nécessaire à l'adoration, elle est le prélude à l'union. La méditation « je suis Lui » n'identifie pas l'individu à Dieu, mais invite l'individu à retourner son attention vers l'intérieur, vers son Moi véritable, en qui il a son être, sa vie et son mouvement.

Du reste, cette révélation du divin au centre de l'individu est l'amour, et Ramana fut certes un mystique en plus d'être un sage. Pour lui, l'éveil à la non-dualité (« tout est Dieu en Dieu ») n'excluait pas la relation la plus intime au divin. Il rejoignait ainsi le propos attribué à Râmakrishna, qui désirait « à la fois être le sucre et goûter le sucre ». Les deux textes lus par Ramana avant son éveil furent la Bible et la *Grande Légende* des saints shivaïtes. Ramana passa toute sa vie dans cette atmosphère de dévotion et il composa plusieurs poèmes adressés au divin, incarné pour lui dans la montagne sacrée Arounâtchala, dont il sera d'ailleurs question dans le poème de Ramana traduit dans ce livre, les *Cinq joyaux offerts à la Montagne Rouge*. Aujourd'hui encore, ce poème et d'autres sont récités chaque jour par ceux qui sont inspirés par son message.

La réalisation de la non-dualité n'exclut pas l'amour divin. En fait, elle n'exclut rien mais accomplit tout. Chaque pratique est achevée dans la pratique supérieure. Bien sûr, on peut aller directement à la plongée en soi, mais il peut aussi y avoir progression vers cette plongée. Inversement, la découverte de la plongée au centre de soi-même n'exclut pas une redécouverte de pratiques apparemment plus superficielles, mais qui revêtent des teintes nouvelles à la lumière de la plongée. Au fond, la vie quotidienne en sa totalité est sanctifiée et transformée par l'expérience de l'état naturel, de la vie en soi : dans la voie de Ramana, il y a à la fois transcendance, mais aussi immanence ou, disons, intégration de l'inférieur dans le supérieur. Une réalisation qui, d'abord, semble exclure tout ce qui n'est pas l'absolu, s'avère finalement très inclusive. Nous devons être particulièrement attentifs à cet aspect de la voie de Ramana, car il est loin

d'être toujours explicite, notamment pour les raisons que nous avons indiquées dans notre introduction.

**Demeurer présent,  
Par la force de cette méditation,  
En cette essence vraie vide de tout état  
Est l'amour ultime. 9**

L'amour commence dans les lumières, les consolations, les extases et les ravissements. C'est là un trait de l'expérience mystique universelle, et même de la psychologie humaine. Une expérience forte et bouleversante nous convertit. Puis il y a approfondissement, un travail débute, souvent par la traversée d'un désert, d'une « nuit » où la conscience apprend à se dépouiller de tout appui.

Ici cette nuit est mentionnée, mais sur un ton sans doute moins dramatique que dans les témoignages chrétiens. Ramana ne semble pas avoir connu de tels aléas après son éveil à l'âge de quinze ans. Il y a eu des évolutions lentes, mais sa réalisation (le « courant de la dynamo »), selon son propre témoignage, ne s'est jamais altéré.

Néanmoins ici, il mentionne bien deux phases de l'amour divin : après la découverte du « je suis Lui », l'amour s'épure et se fait présence constante. Cette expérience est vide de tout état, rejoignant ainsi « l'état fixe » de Madame Guyon et le Pur Amour de Fénelon. Le ravissement est la nature même de la plongée en soi, préfigurée ici dans l'amour pur. Mais cette félicité va s'apaisant, se vidant, en même temps qu'elle semble devenir la source d'une disponibilité nouvelle aux autres. Comme le remarque justement madame Guyon, l'extase est d'autant plus sensible que la conscience était auparavant prisonnière du mental et de ses tourments. La sensation de soulagement est liée au contraste entre les ténèbres de la contraction égoïque et la lumière de la conscience. À mesure que le mental

se fond en sa source, la sensation de légèreté, de transparence, s'installe et les émotions s'affinent, quoiqu'elles ne soient pas moins puissantes.

**Placer le mental dans son état naturel  
Dans l'espace du Cœur  
Est assurément le yoga de l'acte,  
Celui de l'amour divin et aussi celui de l'éveil. 10**

Ramana en vient à présent à ce qu'il considère être la seule voie directe de guérison spirituelle et d'accomplissement : la plongée en soi, dans le Soi ou dans le Cœur. Ici, tout l'être reflue en son centre, en sa source. Au lieu d'utiliser un moyen, un outil ou une technique, on plonge directement.

Il indique ici clairement que cette immersion du mental, c'est-à-dire de tout l'être, dans le Cœur, c'est-à-dire dans la conscience, est la perfection de tous les autres moyens mentionnés jusqu'à présent : voie de l'abandon, voie de l'amour divin, voie de la méditation ou voie de la connaissance. S'abandonner, aimer, connaître, tout cela est finalement le même acte : la plongée en soi.

Le corps-mental, c'est-à-dire toute l'attention, toute l'énergie, se retourne et reflue vers le centre, comme des fleuves vont se jeter dans la mer. La conscience universelle est l'état naturel du mental, lequel est donc une sorte de maladie. L'expression « état naturel » peut traduire différents composés sanskrits, dont *sva-sthiti* ou *svâsthya*, « le fait de se tenir en soi », qui désignent aussi l'état de bonne santé. L'éveil spirituel est donc bien une guérison.

**Le mental se résorbe  
En stoppant le va-et-vient du souffle,  
Comme un oiseau pris au filet.  
C'est donc un moyen [temporaire seulement]. 11**

Ce verset semble mal placé, à première vue. Pourquoi parler de l'arrêt du souffle, c'est-à-dire du Hatha Yoga, après avoir mentionné la méthode finale, la plongée en soi ?

Il le fait pour critiquer le yoga.

Mais pourquoi à cet endroit ?

Sans doute à cause de l'importance du Hatha yoga dans l'esprit des gens. Le yoga, en effet, fascine par sa méthode apparemment rigoureuse de concentration qui permet de parvenir à ce miracle : l'arrêt du mental, de ce bavardage ininterrompu qui parasite nos vies sans repos. Cet arrêt est le mythique *samâdhi*. Dès la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, les yogis comme les fakîrs étaient connus dans le monde entier pour être soi-disant capables d'arrêter leur cœur et être soi-disant capables se placer en un état de « suspension », souvent en pressant une balle de caoutchouc sous leur aisselle pour bloquer leur artère au poignet. Sans parler du tour de la corde, attesté depuis le Moyen-Âge, où le magicien monte une corde suspendue dans le vide avant de disparaître...

Selon la littérature brahmanique, un yogi est en effet réputé être capable de stopper toute vie en lui, de devenir « comme une bûche » et de rester ainsi en arrêt complet pendant des milliers d'années ! Ramana aimait raconter la fable du yogi Saraha qui était entré en méditation juste après avoir commandé une soupe à l'oignon à sa servante. Après plusieurs siècles passés ainsi dans le silence intérieur le plus total, il se réveille de son état de *samâdhi* et pousse le cri du cœur « Ma soupe ! Mais où est ma soupe ? » En effet, un état suspendu demeure un état, et reste le même état. La méditation entendue comme concentration et arrêt plus ou moins parfait du bavardage intérieur n'est pas un moyen, selon Ramana, de mettre fin définitivement à la souffrance. Cela ne fait que repousser le problème.

**Le mental est connaissance**

**Et le souffle est activité :**

**Ce sont deux branches  
De la même Puissance (*shakti*). 12**

Le problème de la concentration et du yoga, avec sa pratique de l'amenuisement de la respiration (*prânâyâma*), c'est qu'ils ne vont pas assez profond. Si l'on coupe une branche de l'arbre du samsâra, il repoussera. Ce qu'il faut, c'est donc le trancher à la racine.

Si l'on coupe la branche du mental, il est vrai que le souffle s'arrêtera aussi, et vice-versa, car il y a une profonde solidarité entre l'énergie vitale et l'agitation mentale. Mais il faut trouver leur source commune. Quelle est cette source ?

**« Résorber » et « détruire » sont deux  
Manières [différentes] de mettre fin [au mental].  
Mais quand il est résorbé,  
Il n'est pas mort et il réapparaît. 13**

Ramana ne remet pas en question l'efficacité du yoga. Seulement, cette efficacité est provisoire. En ce sens, elle reste une sorte de fuite, un ajournement. Quel que soit le degré de maîtrise atteint, les branches repousseront tant que la racine n'a pas été trouvée et tranchée.

Mais ces racines, ce sont les habitudes. Or, ces tendances inconsciences, ces schémas anciens semblent innombrables, surtout si le samsâra, le cycle des naissances et des morts, est sans commencement absolu dans le passé. Comment en cette vie, c'est-à-dire dans un temps limité, pourrait-on venir à bout d'habitudes formées depuis un passé illimité ? Et même si ne croit pas aux vies passées individuelles, comment venir à bout des instincts formés à travers les milliers de générations de nos ancêtres, jusqu'aux commencements de la vie ? Comment vaincre les lois de la nature elle-même ? Le mental peut-il se dompter lui-même ?

**Le mental est *résorbé*  
Par l'arrêt de la respiration.  
Et il est *détruit* quand on médite  
Sur une seule pensée. 14**

Le mental, que Ramana identifie à l'ego (le faux Moi) et dans lequel il voit la source de toutes nos souffrances, peut être « résorbé » temporairement, comme un film que l'on met sur « pause », ou de l'eau gelée. Quand la vidéo reprend, rien n'a changé. Quand la glace a fondu, elle redevient l'eau qu'elle était avant. Quelle que soit la profondeur de notre absorption méditative ou mystique, elle ne change rien à nos habitudes, à ce que Ramana nomme, empruntant un terme sanskrit ancien, *vâsanâ* – littéralement le parfum laissé par une chose dans une autre. On traduit parfois *vâsanâ* par « désir », mais ce terme a un champ plus large, car il englobe aussi nos tendances négatives d'aversion, de peur, ou même d'ignorance, l'incapacité à voir les choses telles qu'elles sont, sachant que, selon la psychologie indienne, l'ignorance, la torpeur et l'abrutissement sont aussi des sortes d'émotions.

*Vâsanâ* désigne donc les *habitudes*, les tendances dans leur ensemble, qui forment notre personnalité. Certaines sont neutres, d'autres sont bonnes et mènent à l'éveil ou encore sont compatibles avec la vie après l'éveil. Mais beaucoup sont mauvaises, au sens où elles resserrent toujours plus le mental dans ses schémas répétitifs, c'est-à-dire dans le samsâra, le cycle des naissances et des morts.

Pour toutes ces raisons, la seule solution est de se concentrer sur « une seule pensée », c'est-à-dire sur la pensée ou le schéma qui commande à tous les autres. En effet, toutes les habitudes ne se valent pas, fort heureusement, sans quoi la libération spirituelle serait impossible, puisqu'il y a un nombre infini d'habitudes accumulées depuis des temps immémoriaux. Mais plutôt,

à l'image des ramifications d'un arbre, toutes les branches partent d'un même tronc, d'une seule pensée.

**Pour l'excellent yogi  
Qui a anéanti le mental,  
Que reste-il à faire,  
Puisqu'il vit dans le Soi ? 15**

Le but de la vie, ou disons de la pratique spirituelle, est de détruire définitivement le mental. Sans cela, les souffrances finiront toujours par revenir, même si une purification ou des actes méritoires peuvent nous valoir une longue existence heureuse. Mais tout ce qui a un début a une fin. Il faut donc détruire cette illusion qu'est le mental. Ne restera alors que sa réalité sous-jacente, décrite en trois termes de la tradition du Vedânta : être, conscience, félicité.

**Délaissant les objets,  
Le mental se tourne vers soi-même :  
C'est voir la conscience,  
C'est voir le Réel. 16**

Que faire ? Comment détruire le mental ?

En le déracinant. Comment ?

En plongeant à sa source.

En effet, nous pouvons diriger notre attention. C'est un autre pré-supposé de l'enseignement de Ramana. Même si nous sommes fortement habitués à laisser aller notre attention de-ci, de -là, vers l'extérieur, il est possible de maîtriser l'attention par un exercice répété. Même si cela semble surhumain, comme de vouloir vider les océans avec une cuillère, il faut persévérer. Quand on veut, on peut.

Il y a deux bonnes raisons d'espérer : la première est qu'il suffit de faire attention à une seule chose, à une seule pensée, pour plonger du même coup dans la source du mental ; la seconde est qu'une énergie venant de par-delà le mental, appelé la Puissance ou le Pouvoir (*shakti* ), prend le relais. Jusqu'à un certain point, nos efforts sont indispensables. Au-delà de ce seuil, ils sont inutiles et impossibles, car l'ego, siège de l'effort, s'affaiblit.

L'éveil est simple : la conscience s'égaré elle-même en se perdant dans les choses qu'elle crée. Si elle se retourne sur elle-même, elle se réveille, se reprend et s'affranchit de cet état d'hypnose.

Tel est le cœur de l'enseignement : un simple retournement de toute l'attention vers soi, vers cela qui regarde, qui entend, qui sent, qui décide, qui pense... La solution du problème, c'est de voir qui a le problème.

**Vois : quand on cherche le mental,**

**Il n'y a pas de mental !**

**C'est cela,**

**La voie directe. 17**

« Vois ! » Tel est le seul impératif de l'éveil. La conscience, endormie, ne voit qu'elle-même, comme en un rêve. Mais elle ne le sait pas, car elle ne regarde pas vraiment. Assoupie dans les habitudes, elle s'est oubliée. Ce sommeil a engendré le monstre du mental, avec son cortège de tourments sans remède efficace.

Mais ce mental, synonyme d'ego ou de faux Moi, semble inépuisable, sa racine paraît insondable. N'est-ce pas un projet fou de vouloir détruire le mental ?

Ramana répond que c'est possible, car le mental n'est pas une entité réelle. En fait, le mental ne vit que de notre Lumière inconsciente d'elle-même. Il ne vit que de notre Lumière, car rien, aucune chose n'existe ni peut exister en dehors de la Lumière que nous sommes. Mais le mental vit

aussi de notre inconscience. Entièrement tournés vers l'extérieur, vers notre propre création, nous nous y sommes perdus. Le monde est devenu étranger, nos propres pouvoirs nous apparaissent comme des monstres capricieux dont nous sommes les esclaves. Le mental, c'est la conscience elle-même, égarée par ses propres pouvoirs, comme un joyau caché par son éclat ou comme un lion effrayé par son propre reflet.

Le mental ne peut être vaincu tant que l'attention ne se retourne pas vers sa Source. Quels que soient nos efforts, ils sont vains tant qu'ils sont tournés vers l'extérieur dans l'oubli de la Source que nous sommes.

Mais le mental ne doit sa puissance qu'à notre puissance et à notre ignorance, à la puissance que nous sommes et qui souffre de sa propre ignorance. Le mental est une illusion, comme une corde prise pour un serpent. Comment vaincre le serpent ? Faut-il lui faire face ? Ou bien faut-il fuir ? Faut-il plutôt des formules magiques pour le maîtriser ?

Mais, telle une hydre, cent têtes repoussent dès qu'on en coupe une. Plus profondément, comment venir à bout de ce serpent, alors qu'il n'a jamais existé ?

La solution est de regarder, de regarder ce qu'est le mental. Dès que l'on s'approche du serpent pour en avoir le cœur net, il s'avère qu'il n'y a jamais eu de serpent. Ce monstre n'a vécu que de notre manque d'attention. De même, le faux Moi plein de souffrances et d'angoisses ne vit que du manque d'attention que nous lui portons. Essayez : mettez-vous à l'écoute des pensées, du bavardage intérieur. Immédiatement, un silence se fait.

Mais cela ne suffit pas : plongez vers la source de la pensée à l'origine de toutes les autres : la pensée « je ». Plongez dans la sensation pure « je suis je » ou « je... je... », sans la lâcher, en vous y abandonnant de tout votre être. Cette plongée est l'acte essentiel, vital – c'est l'éveil.

Alors le mental disparaît, il meurt ou plutôt, il courbe l'échine. Les pensées ne cessent pas entièrement, mais la peur cesse – la gêne, l'embarras, la sensation d'être à la traîne, d'être le jouet du mental. Il n'y a

plus de mental, il n'y a plus que la créativité de la vie qui s'exprime spontanément.

Cela, c'est « la voie directe », la seule voie au sens propre du terme. Avant de plonger en soi, il peut bien y avoir différentes approches, individuelles, rationnelles ou religieuses, peu importe : à la fin, c'est-à-dire maintenant, elles convergent toutes en cet acte simple du retournement vers soi.

**Toutes les pensées sont fondées**

**Sur la pensée « je ».**

**Sache que les pensées sont le mental,**

**Le mental est la pensée « je ». 18**

Cet éveil soudain, simple, d'un seul geste intérieur, est possible parce que toutes les pensées – y compris les émotions, les sentiments et tous les autres contenus de notre expérience – sont enracinées dans la pensée « je suis le corps », elle-même étant fondée sur la pure intuition, l'ineffable sensation « je suis je ».

Dans ce verset, « je » désigne la croyance que « je suis le corps », c'est-à-dire l'immémoriale croyance selon laquelle « je suis Untel », je suis cet être-là, limité dans l'espace et le temps. Toutes nos expériences douloureuses reposent sur un seul et même présupposé : je suis un être humain qui est né, qui fait face à différents défis et promesses, et qui est voué à mourir.

Mais cette croyance ne vit que de notre ignorance. Ce présupposé nous paraît si assuré que nous n'en avons pas même conscience. Notre identité nous semble une évidence, alors qu'elle n'est qu'une croyance, une habitude, une construction qui s'est faite et qui peut être défaire en l'observant attentivement et en cherchant sa source, la pure sensation « je suis je ». Le mental est la pensée « je suis Untel », et seulement cela, car

toute l'infinie diversité des expériences mentales repose sur ce seul présumé.

**Quand on se demande**

**D'où vient cette pensée « je »,**

**Alors – merveille ! – elle tire sa révérence.**

**C'est cela, la recherche du Soi (*vic ā ra* ). 19**

Tel est le miracle de l'éveil selon Ramana : si l'on se retourne vers la Source du bavardage mental ou de n'importe quel sentiment de peine, de souffrance, d'angoisse, de solitude ou de mal-être, alors se produit le miracle du silence intérieur, du silence qui enseigne. Quand le faux Moi se retourne vers sa Source, « il tire sa révérence », il s'efface. C'est le miracle, la merveille de l'éveil, du simple retournement de l'attention (le mental, l'ego, le faux Moi) vers soi, vers la Source, vers le Soi, l'absolu immortel, le vrai Moi. Au fond, il n'y a qu'un seul Moi, qui devient faux lorsqu'il s'oublie et qui s'éveille lorsqu'il revient à soi.

Cette pratique est simple. Elle peut être pratiquée ici et maintenant, sans attendre, sans remplir aucune condition préalable. Il n'y a pas d'autre cause à l'éveil que ce retournement de l'attention.

Du point de vue du mental, l'éveil est comme l'horizon : lointain, il semble reculer quand on avance. Il n'y a pas d'issue mentale, pas de solution mentale aux problèmes mentaux. Juste un acte de se retourner et voir. « Chercher » la Source, comme un plongeur à la recherche d'une perle : toute son énergie est orientée vers la perle. Comme quand on cherche à reconnaître une silhouette que l'on aperçoit au loin. Naturel, simple, mais puissant.

**Quand cette pensée « je » est anéantie,**

**Le Cœur se manifeste clairement**

**Et directement comme « je... je... » <sup>11</sup> .**

**C'est la réalité ultime en sa plénitude. 20**

Que se passe-t-il ensuite ?

Comme le mental s'arrête, le langage conventionnel s'arrête aussi. Mais Ramana pointe cette expérience afin que nous puissions la reconnaître en nous, dès à présent.

L'éveil n'est pas purement négatif : il n'est pas seulement la disparition du mental, mais il est aussi la révélation de notre vraie nature, de ce que nous sommes réellement au-delà de toute limite, de toute croyance.

Quand le faux Moi disparaît, le vrai Moi se révèle pleinement. Je dis « pleinement » car, en réalité, le vrai Moi est la Lumière de la conscience qui ne disparaît jamais, sans quoi rien ne pourrait jamais apparaître. Elle est toujours présente, car sans elle l'absence des choses serait impossible. En effet, nous observons les apparitions et les disparitions des choses. Ceci n'est possible que parce qu'en vérité, nous sommes toujours présents, tel un Témoin toujours et partout présent. C'est cela, l'instant, le présent qui ne passe pas, qui n'advient jamais car il est toujours présent, évoqué par Ramana dans la *Vision du Réel* .

Cependant, nous sommes Lumière, mais nous ne le savons pas et nous ne le savourons pas. Obnubilés par les reflets extérieurs de la Lumière, nous ne nous regardons jamais nous-mêmes.

Et que se passe-t-il quand nous nous regardons nous-mêmes directement, intuitivement ? Nous nous voyons tels que nous sommes : sans forme, sans couleur, sans qualité, et pourtant parfaitement présents. Une Lumière pure, obscure en un sens puisqu'elle n'éclaire aucun objet extérieur, mais une Lumière claire, limpide, évidente, intuitive, car elle se connaît elle-même par elle-même, comme le soleil qui n'a pas besoin d'être éclairé par une lampe.

Cette Lumière est le « Cœur », car elle est l'âme, la vie de tout. Elle est conscience, car sans conscience, rien n'est possible. Rien n'existe en dehors de la conscience. Toute existence est un reflet de la Source de toute existence, c'est-à-dire de la conscience.

La Lumière consciente a toujours été présente. Mais, à présent qu'elle se retourne vers elle-même, elle se manifeste « clairement », comme un fruit dans la paume de la main. Et même plus directement, car ce fruit que je vois dans ma main pourrait bien être un rêve ou une hallucination. Il se peut que je ne le voie pas tel qu'il est. Je n'en vois qu'un aspect, et il reste séparé de moi : le sujet et l'objet sont séparés, même s'ils sont relativement proches.

Mais dans le cas de la vision de soi, je suis à la fois celui qui voit et ce qui est vu, et je suis la vision. Il n'y a aucun intermédiaire. Donc pas de possibilité d'erreur. De plus, je suis simple, tout entier donné, sans la distinction habituelle entre « apparence » et « réalité ». Je ne suis rien et, pourtant, « je suis ». Que suis-je ? « Je suis je », rien d'autre.

« Je suis je ». L'expression sanskrite est laconique, comme souvent : *aham aham* . On pourrait, comme ici, rendre cette phrase (car c'est bien une phrase) par « je... je... », qui rend assez l'expérience de la pulsation du Cœur spirituel, de cette incroyable vibration viscérale d'être. Du reste, à qui lui demandait un Mantra à répéter, Ramana conseillait de répéter mentalement, en silence, « je... je... je... », comme une sorte de palpitation, de ressac ou de respiration sans forme.

Cependant, ce sens n'en exclut pas un autre, le sens philosophique, lui aussi fondé dans l'expérience directe, comme tout ce qui est affirmé dans les philosophies non-dualistes en général. Ce sens est le suivant. D'ordinaire, je prends conscience de moi à travers un « je suis cela », c'est-à-dire « je suis ce corps », ce visage, ou je suis cette personnalité, ce caractère, ces compétences, cette mémoire, cette histoire, cette sensibilité-là, cette trajectoire, et ainsi de suite. Nous nous identifions comme une

chose, comme un « cela » objectif, même si cette chose peut être une idée abstraite (« je suis quelqu'un », « je suis une personne », « je suis important », « je suis heureux », etc.) ou d'un ressenti privé.

Alors que, quand je me retourne vers moi-même, je prends conscience de moi d'une autre façon : je me ressaisis comme moi, simplement, sans rien d'autre : « je suis je ». Pure conscience de soi. D'ordinaire, la conscience de soi est une fausse conscience de soi, dans la mesure où ce dont j'y prends conscience n'est pas moi, mais bien un objet, un « ceci », un « cela » dont je peux d'ailleurs dire qu'il est « à moi » ou « mien », alors que la conscience se savoure elle-même par elle-même de manière absolument immédiate. Il n'y a, dans cette conscience de soi, aucune séparation entre la conscience et son contenu. Ou plutôt, son contenu, c'est elle-même. « Je suis je » car il n'y a pas d'objet, pas de forme, pas de couleur, pas de trait descriptible, pas de signe, pas de visage, pas de qualité, mais seulement un saisissement simple. Un rien conscient, ou une conscience consciente d'elle-même, comme une main qui, au lieu de sentir ce qu'elle touche, se sent elle-même. D'ailleurs, la main ne sent jamais rien d'autre qu'elle-même, ou disons qu'elle sent les choses en se sentant elle-même. De la même façon, la conscience n'est jamais consciente de rien d'autre que d'elle-même, car c'est elle, et elle seulement qui se manifeste en manifestant les choses. Toute conscience est conscience de soi, mais incomplète et vécue dans l'ignorance de soi. Ici, au contraire, la conscience se réveille.

Telle est la réalité ultime en sa plénitude. Il n'y a rien d'autre. Pas d'autre état au-delà, rien à ajouter, à compléter, à faire ou à ne pas faire. C'est l'absolu, ineffable, total, infini, libre, complet, achevé, parfait, indicible. Toute perfection n'est qu'un fragment ou un pressentiment de cette plénitude. Tout plaisir n'est qu'une parcelle de ce plaisir infini. Cet éveil peut sembler négatif : « détruire le mental », etc. En réalité, c'est la vie identifiée au faux Moi qui est négative. Elle est limitée en tout.

Pourquoi ne pas vivre en plénitude ? N'est-ce pas ce que, de toute façon, nous cherchons ? N'est-ce pas justement parce que nous désirons l'infini que nous n'en avons jamais fini de désirer ?

Ce verset est le plus important de tout le texte. C'est le cœur de l'éveil. Ramana en a composé plusieurs versions que nous avons placées à la fin de notre introduction, dont celle-ci, qui souligne que c'est bien l'absolu (l'Immense, *brahman* ) qui se révèle ainsi, et non un aspect ou une manifestation relative de l'absolu :

*C'est simplement l'absolu  
qui brille absolument au centre de l'espace du Cœur,  
qui se manifeste directement en tant que Moi :  
« je suis je ».  
Plonge par toi-même  
dans ce Cœur  
en méditant ou en t'immergeant,  
le souffle coupé.  
Vis en toi-même !*

**C'est la réalisation du « je ».  
Même quand le « je » [factice] a disparu,  
Cette Présence continue,  
Jour après jour. 21**

La fin du faux Moi n'est pas la plongée dans un néant, mais le retour à la vie véritable. C'est la redécouverte d'un trésor oublié, que je cherchais de-ci, de-là, alors que j'étais ce trésor. Bien sûr ce Moi n'est pas le Moi identifiable, localisé dans un espace et un temps, mais l'espace conscient dans lequel se déploient tous les espaces et tous les temps. Le faux Moi meurt d'instant en instant, il change sans cesse, comme un fleuve qui n'a

qu'une unité relative, celle que lui tracent ses rives. Ce Moi relatif n'existe que comme un rêve du Moi véritable. Le vrai, le seul et unique Moi est la conscience, le Témoin immortel des naissances et des morts du Moi factice.

**Le corps, les sens, l'énergie vitale,  
L'intellect et l'inconscience  
Le sont pas le « je » simple et réel,  
Car ils sont privés de conscience propre. 22**

Naïvement, nous croyons que notre corps sent, qu'il est conscient. En réalité, seule la conscience est consciente. La sensibilité n'appartient ni au corps, ni au mental. Le corps est perçu, il ne perçoit pas. Il est un flux d'objet plus ou moins défini qui apparaissent et disparaissent, telles des vagues dans l'océan de la Vie. Ces vagues ne sont pas notre Moi réel. Elles sont en nous, mais elles ne sont pas nous, elles ne nous définissent pas. Mais cette idée d'une existence du monde selon la philosophie védântique dont Ramana s'inspirait en partie, les vagues ne sont pas réelles, car elles ne sont que des modifications de l'eau. Seule l'eau est réelle. Le principe est le suivant : ce qui est réel ne change jamais, ce qui change n'est jamais réel.

**La conscience éclaire le Réel :  
Où donc pourrait-il y avoir une autre conscience ?  
Le Réel est conscience.  
La conscience est « je ». 23**

Nous parlons parfois de « niveaux de conscience ». En réalité, il n'y a qu'une seule conscience qui éclaire les différents « niveaux ». C'est la même conscience qui, en tous les corps, éclaire tous les contenus. C'est comme le soleil qui se reflète sur différentes surfaces : ses reflets se multiplient, mais sa réalité reste une. Il n'y a qu'un seul astre aux reflets

variés. Le Moi n'est pas le corps, ni l'esprit, mais la conscience du corps et de l'esprit. Elle est le Témoin et la Source de tout.

Un corps ne peut sentir un autre corps. C'est la conscience qui se sent elle-même à travers différents corps. Les pensées et les sensations ne peuvent s'unifier elles-mêmes, c'est la conscience qui les unifie. De fait, tout est relation. Mais qu'est-ce qui met les choses en relation ? La conscience. Elle est le ciment des choses, la condition de possibilité de tout. Sans conscience, pas de corps, pas de vie, pas de pensée. Si la conscience réalise ce fait, alors elle retrouve, pour ainsi dire, sa plénitude atemporelle.

En tous les corps, c'est la même conscience. Il est impossible de percevoir une autre conscience. La conscience « des autres », c'est moi, la conscience. Ce qui sépare une personne d'une autre, ce sont les contenus auxquels la conscience s'identifie ici et là, comme dans un rêve. Mais c'est bien une seule et même conscience qui rêve ainsi qu'elle est différents individus séparés.

**La différence entre  
Dieu et l'individu  
Est dans leur apparence et leur intellect.  
En réalité, ils sont une seule réalité. 24**

De même, la différence entre le moustique et l'Être suprême est accidentelle, superficielle, apparente et non pas réelle. La conscience se réalise comme moustique. Elle se réalise aussi comme conscience universelle. Mais c'est la même conscience. Seuls les contenus changent. Seuls les corps et leurs capacités changent. Seuls les vêtements changent. Mais le Témoin de ces changements ne change pas. Un écran de cinéma peut afficher le film d'un moustique, ou bien les images de l'immensité du cosmos. Mais c'est le même écran. Ce dont j'ai conscience change, mais la conscience ne change pas. Le corps-esprit du moustique est très limité. Le

corps-esprit de Dieu est illimité. Mais le Sujet, la conscience, la Lumière qui éclaire ces contenus si éloignés en apparence, est la même.

Il n'est pas question de nier la hiérarchie des êtres, mais de la restituer dans son contexte réel. L'observation de l'univers physique nous l'enseigne aussi : notre Terre n'est qu'un grain de poussière perdu dans une galaxie, elle-même égarée parmi des centaines de milliards d'autres galaxies. Mais tout cela baigne dans le même espace. Toutes ces différences sont éclairées par la même Lumière, celle-là même qui illumine ces mots en cet instant.

**Une fois dépouillé des apparences,  
Reste la vision qui est soi-même,  
La vision qui est Dieu  
En forme de soi-même. 25**

Ce que je vois change. La Vision que je suis ne change pas. C'est grâce à elle que le changement peut être enregistré. Qu'est-ce que Dieu ? C'est l'Être, le Réel, la Source de toute chose, qui elle-même n'est pas une chose, la Cause de tout, au-delà de tout. Or, la conscience est cela. Donc la conscience est Dieu. Le reconnaître du fond du cœur, de tout son être, c'est l'éveil, c'est la même expérience que la plongée en soi, mais exprimée à la manière d'une sorte de compréhension, car c'est bien une compréhension. L'éveil c'est réaliser, directement et sans l'ombre d'un doute que « je suis Dieu ». Il y a donc deux moments : réaliser d'abord ce que je suis vraiment (« je ne suis pas le corps, ni aucune autre chose, je suis pure conscience »), puis reconnaître que la conscience est Dieu (« je suis Dieu »).

**Vivre pleinement dans le Soi,  
C'est se voir soi-même,  
Car « vivre dans le Soi » c'est le fait  
Qu'il n'y a rien d'autre que le Soi. 26**

La conscience, le « Soi », le divin, n'est pas une réalité lointaine. C'est la seule réalité. C'est moi, c'est ce qui lit ces lignes en cet instant même. Il n'y a que cela. C'est juste se réveiller, revenir à soi, comme « sortir » d'un rêve. Rien ne change réellement. La réalité se réalise elle-même. La conscience se retourne vers elle-même, se reconnaît directement.

Et « il n'y a rien d'autre », car tout le reste n'est qu'apparences évanescentes. Tout apparaît comme avant. Mais c'est désormais un rêve *lucide*, au sens où je sais désormais, avec un degré de certitude sans égal, que les apparences ne sont qu'apparences.

**La conscience est sans connaissance.**

**Elle est libre de l'ignorance.**

**La connaissance est .**

**Qu'y a-t-il d'autre à connaître ? 27**

Quand la conscience s'éveille, aucune connaissance nouvelle n'est acquise. Tout a toujours été « dans » la conscience. Mais maintenant, je le reconnais. C'est bien une sorte de savoir, mais non au sens où ce serait vraiment la connaissance d'un fait nouveau, inédit. C'est juste reconnaître ce qui a toujours été le cas. Il ne s'agit pas de transformer réellement, de purifier, de gagner quelque chose ou d'atteindre un autre endroit, mais de tout changer en remarquant ce qui n'a jamais changé : le Témoin des changements.

La conscience n'a jamais été victime d'aucune ignorance de soi, d'aucun égarement. Croire que la conscience a pu être vraiment ignorante, cela relève vraiment de l'ignorance, de l'aveuglement. Mais cette ignorance n'est qu'un « blanc », un objet qui, comme n'importe quel objet, apparaît et disparaît dans l'Apparence immuable qu'est la conscience. La conscience est la connaissance même, car elle est cette Lumière qui éclaire toute connaissance comme toute ignorance. Sans cette Présence, aucune

présence, aucune absence ne seraient possibles. Sans cette connaissance intuitive, absolue, je ne pourrais pas même affirmer que « je ne sais pas ». Telle est la majesté de la connaissance de soi. Tout change sans rien changer.

**Quand on cherche quelle est notre essence,  
C'est la vision du Soi,  
Un bonheur de conscience,  
Débordant et inépuisable. 28**

Cette réalisation est un bien sans égal, car il n'a pas de limites. Il est inépuisable. Mais il faut le chercher. Tant que l'on se cherche dans les choses, comme nous l'avons vu d'emblée, il reste impossible de se trouver. Même fortunés, nous resterons misérables.

Voilà pourquoi le développement personnel est vain. Quoi que l'on gagne, on le perdra. Voilà aussi pourquoi l'attachement à la personne d'un « maître » est vain. Toute rencontre se finit par une séparation. Mais je ne suis pas cette chose qui peut « perdre » ou « gagner », qui peut rencontrer puis se retrouver séparer de telle ou telle personne. Je suis la Présence qui accueille tout cela. Comment le sais-je ? Par l'expérience directe, ici et maintenant.

C'est cela le bonheur. Tout le reste n'est que cadeau empoisonné. Le corps mange, boit, jouit de ce que la vie lui offre ou lui retire. Rien n'est interdit, rien n'est prescrit. Mais le trésor n'est pas dans les choses. Il est dans la Lumière qui éclaire les choses et que je suis. Pourquoi ? Parce que c'est immortel.

Et cela se manifeste jusque dans le corps, l'esprit et tout le reste. Ramana ne souligne guère cet aspect. Mais, selon mon expérience, il n'est pas interdit de dire que la vie ne disparaît pas dans l'éveil. Elle est transformée : en elle transparaît la Lumière qui l'éclaire, comme si les

apparences, les sensations et les pensées devenaient plus transparentes, comme des vitraux.

**Dès ce moment, l'individu  
Qui découvre sa divinité  
Trouve le bonheur transcendant,  
Au-delà de tout lien et de toute délivrance. 29**

Ce verset est important, car il rappelle que l'individualité ne disparaît pas. Donc le monde ne disparaît pas. En fait, rien ne disparaît. Simplement, au lieu de croire que je suis un individu dans le monde, je réalise directement que je suis l'espace infini dans lequel apparaissent et disparaissent à la fois les individus et les mondes.

**La manifestation de soi  
Affranchie du « je » [limité]  
Est la pratique totale :  
Telle est la parole de Ramana. 30**

Cet éveil à soi, cette pratique de la plongée en soi est « la pratique totale ». Il n'y a pas de prérequis. Pas de préparation, pas de purification. Pas de pratique secondaire. Pas de complément. Il n'y a que cette pratique, cette panacée. Pourquoi attendre ? Attendre quoi ? Pourquoi retarder cette joie sans pareille ? Nul n'est à notre place. Nous sommes ici la seule autorité. Nul ne peut s'éveiller à notre place.

Et cette « pratique » est accessible sans conditions. Elle n'est pas réservée aux élus, aux végétariens, aux yogis, aux écolos, aux ascensionnés, aux retraités, ni à aucune autre catégorie. La grâce ? Cet éveil est la grâce ! Accordé par qui ? Par moi, à moi. C'est un mystère vertigineux. Mais c'est accessible. Offert, donné. C'est un fait, c'est la réalité. Pourquoi chercher

midi à quatorze heure ? C'est naturel. Ou surnaturel, comme on voudra. C'est facile. Proche. Trop proche ? Même pas. C'est simple. Efficace. Sans conditions. Gratuit. Cela se passe ici et maintenant. Telle est « la parole de Ramana ». Et le cœur vivant de cette parole est le silence vivant derrière ces mots, la Lumière qui éclaire ces mots. Sans effort. A l'aise. Frais. Vivant. Intime. Direct. Incroyable. Évident. Sans prix.

- 1 . Ce prologue est tiré de l'*Essence sacrée (Tiruvundiyaâr)* de Mourouganar, disciple intime et ami très proche de Ramana. Il y introduit le contexte de l'enseignement en comparant Ramana avec une forme traditionnelle de Shiva qui incarne la pédagogie non-duelle et l'enseignement par le silence.
- 2 . Autre lecture : l'objet dépend du Sujet. L'objet n'est donc pas transcendant. Il est inerte et privé de conscience propre. En effet, le mot sanskrit *karma* peut désigner l'acte , mais aussi l'objet en général.
- 3 . Tous nos actes mènent à d'autres actes, dans un engrenage sans fin.
- 4 . « Les actes » désigne ici à la fois les actions individuelles, qu'elles soient mentales, verbales ou corporelles, et les actions rituelles (offrandes, pèlerinages, etc.), ainsi que les pratiques en général. Le salut ne vient pas de ce que l'on fait, mais de ce que l'on connaît.
- 5 . Ces huit formes sont la Terre, l'Eau, le Feu, l'Air, l'Espace, le Soleil, la Lune et la Vie.
- 6 . Selon une interprétation inspirée de la *Bhagavad Gîtâ* , il existe plusieurs sortes de yoga : celui de l'acte désintéressé (*karma* ), celui de la méditation intense (*râja* ), celui de l'amour divin (*bhakti* ) et celui de la recherche intellectuelle (*jnâna* ) ou de l'« éveil », de la compréhension (*bodha* ), ici considéré comme le yoga supérieur, bien que l'amour divin soit plus puissant.
- 7 . La pensée « je ». C'est l'un des points importants de l'enseignement de Ramana de distinguer entre « résorber » (*laya* ) le mental, ou le faire disparaître temporairement, comme dans le samâdhi, l'évanouissement ou le sommeil, et « détruire » ou « anéantir » (*nâsha* ) le mental en cherchant sa source qui est l'absolu éternel.
- 8 . *Vritti* : désigne les événements mentaux au sens le plus large : sensations, perceptions, images, souvenirs...
- 9 . Ou « je suis je », alors que l'ego est un « je suis ceci, cela, Untel... »
- 10 . L'apparente absence de conscience durant le sommeil profond, le coma ou l'évanouissement.
- 11 . Ou « je suis je », alors que l'ego est un « je suis ceci, cela, Untel... »

# Cinq joyaux offerts à la Montagne Rouge

*avec l'Explication de Lakshmana Sharma*

*Verset de bon augure*

Hommage éternel à Shiva<sup>1</sup> ,  
Éternellement libre<sup>2</sup> ,  
Pur être et pure conscience  
Qui est le bienheureux Ramana,  
Le refuge : notre Soi.<sup>3</sup> 1

*Introduction*

À travers ces cinq versets,  
Il a composé un hymne  
À notre essence véritable,  
La Montagne Rouge<sup>4</sup> .  
Nous l'expliquons en bref. 2

Cette louange parle  
De ce dont on ne peut parler :  
La non-dualité enseignée  
Dans la *Mandoukya Oupanishad* <sup>5</sup> ,

Appelée « le Quatrième »<sup>6</sup> ,  
Le Soi, avec sa réalisation. 3

Cet [enseignement] est vrai,  
Car il a été dit par le vrai maître.  
Il est l'expérience du Soi de chaque instant<sup>7</sup> ,  
La réalité immaculée qui est Shiva. 4

Acceptons que les gens croient  
Que la vérité de l'enseignement d'un maître  
Vient des Vedas<sup>8</sup> .  
Mais nous, nous croyons que la vérité des Vedas  
Vient de l'enseignement du maître ! 5

Quiconque vit dans sa véritable essence  
Appelée « Quatrième »  
Devient un maître.  
Son enseignement est alors l'Oupanishad ultime. 6

La parole du maître étant vraie,  
Nous laissons de côté les polémiques  
Et nous ne rassemblons dans notre *Explication*  
Que les conclusions vérifiées. 7

## **Premier joyau**

**Ô Immuable [soleil] rougeoyant,  
Soi ultime,  
Aube baignée de rayons lumineux**

**Qui avalent les nuées de toutes les formes,  
Océan de nectar débordant de compassion,  
Lève-toi pour faire éclore en grand  
Le lotus de mon âme ! 1**

*Paraphrase du premier joyau*

Ô immuable [soleil] rougeoyant,  
Montagne Rouge,  
Tu es une mer remplie du nectar de la grâce.  
Ô soleil de la pleine conscience,  
Tu engloutis tous les mondes  
Dans l'éclat de ta conscience, ton essence.  
Déploie ta lumière essentielle  
Qui fait fleurir l'intérieur  
Du lotus du cœur  
Et détruis les ténèbres !

*Explication du premier joyau*

Dans ce premier [verset] on demande sa grâce puissante pour faire éclore le lotus du Cœur<sup>9</sup>, afin que ses amoureux réalisent cette essence qui est [aussi] la leur. Ce verset suggère également que le Soi suprême est simple et au-delà du langage. 8

La « grâce », c'est le fait que le Soi suprême brille à l'intérieur de chacun en tant que « je », car dans la non-dualité il n'y a pas de changement [réel du Soi]. 9

Il est juste d'admettre que la grâce est notre essence et non une qualité divine [reçue] de Dieu, car le Vedânta<sup>10</sup> révèle que le Soi suprême est sans qualités. 10

Les amoureux ou les philosophes envahis par cette [grâce] sont certains d'avoir l'expérience de leur essence véritable, car leur ignorance est

détruite. 11

En affirmant dans la première moitié du verset que [la conscience] engloutit le monde, le maître dit clairement que le Quatrième est la réalité, simple et indicible, la non-dualité. 12

Le [Soi] est le fondement sur lequel le monde est projeté. Seul le Soi est donc réel. Le monde ne l'est en aucun cas. 13

La compassion du Soi suprême révèle comme irréel ce qui est irréel. Il n'y a rien de plus à faire, car le Soi est le Réel du réel. 14

Ce Soi est le soleil de la conscience, dont la lumière anéantit le monde – cette illusion magique (Mâyâ) – tout comme l'astre du jour éradique les ténèbres. 15

De même que les ignorants prennent les ténèbres, qui sont sans réalité, pour une réalité, de même ils croient que l'illusion magique et ses effets sont réels, alors que tout cela est sans réalité. 16

De même que la lumière du soleil engloutit les ténèbres, car celles-ci sont sans réalité, de même la conscience engloutit l'illusion magique et ses effets. 17

Dans le Quatrième, seul reste ce qui est conscience et félicité, rien d'autre. Il n'y a plus d'individu ni de monde, car en vérité ce sont des illusions. 18

## **Deuxième joyau**

**Ô montagne de compassion !**

**Tout ce qui est et qui devient**

**Est immergé en toi.**

**Quelle merveille !**

**Tu es dans le Cœur**

**En tant que Soi, en tant que « je ».**  
**Les [sages] te célèbrent donc comme « cœur ».**

*Paraphrase du deuxième joyau*

En toi le monde entier, évanescent,  
Se déploie comme une série d'images,  
Comme une lumière sur un écran<sup>11</sup>.  
Tu dances aussi en tant que Soi,  
En tant que « je » intime.  
Les [sages] te célèbrent donc comme « cœur »,  
Présence transcendante unique.

*Explication du deuxième joyau*

Beaucoup se heurtent à leur croyance en la réalité du monde ! D'autres sont effrayés, croyant que [la réalisation du Soi] est la destruction du Soi. Ce second verset est là pour apaiser ces deux craintes. 19

Ce verset indique aussi ce qui relève de la pure essence du Soi et ce qui n'est que passager [en lui], afin de faire grandir l'amour divin. 20

Cette réalité est enseignée car celui qui manque de discernement pense que le monde a sa propre réalité, ne voyant pas son substrat immuable. 21

Ce que l'on appelle « monde » est triple : l'individu, Dieu et les objets<sup>12</sup>. Tout cela est projeté sur le substrat qui est le Soi de conscience. 22

L'essence vraie du monde est la réalité, le Soi, être et conscience absolue. En renonçant au monde, c'est cela que l'on découvrira par un examen attentif. 23

On voit le monde. Mais ceci ne prouve en rien son existence. Cela prouve seulement qu'il y a un substrat indéfinissable, ineffable. 24

Dire que les choses existent comme elles apparaissent est infondé. Même les scientifiques décrivent cela de la plus claire des manières. 25

Ceux qui se donnent à la connaissance [basée sur la croyance] en la séparation, leur attention tournée vers l'extérieur, n'aspirent nullement à se connaître eux-mêmes. Leur connaissance n'est donc qu'une ignorance. 26

Nous atteignons le même état que l'éveillé qui a réalisé directement le substrat du monde en acceptant ses paroles comme dignes de foi. 27

C'est à cause de l'activité mentale que le substrat, l'être, la non-dualité, indifférenciée et simple, apparaît comme « monde ». 28

L'illusion magique, Mâyâ, [semble] être autre chose que l'absolu. Or, elle n'est rien d'autre que le mental. Nous le savons clairement parce que, durant le sommeil profond, le monde n'apparaît pas. 29

Le monde entier apparaît, existe et disparaît en lui. Ce Soi est donc tout – l'individu, Dieu et les choses. 30

C'est une illusion magique. L'absolu, immuable, n'en est absolument pas affecté, comme la toile sur laquelle le feu est peint [ne brûle pas la toile]. 31

Cette lumière débordante est l'absolu. Ce qui est présent au début et à la fin est aussi présent dans l'intervalle. Seul cela existe. 32

Grâce à ce regard qui est discernement, on résorbera le monde dans notre Soi, car ce regard qui résorbe [le monde] rend le mental capable de chercher le Soi. 33

Ce verset indique aussi la manière de chercher le Soi<sup>13</sup>. Ainsi nous vivrons dans notre essence véritable, grâce à la disparition de cette erreur qu'est le monde. 34

Ce verset indique le Soi suprême à travers ces traits relatifs<sup>14</sup>. Mais il suggère aussi l'essence même du Soi<sup>15</sup>. 35

Le [maître] révèle clairement l'essence de Shiva qui est le Soi suprême. Il montre que Shiva est notre Soi lumineux<sup>16</sup>. 36

Il est évident en tant que Soi. Jour et nuit, c'est lui qui brille en chacun comme « je ». Il n'y a pas d'autre « Soi ». C'est l'essence du divin. 37

Dans le verset, l'expression « il danse » suggère que le Soi, le Quatrième, est félicité. Il n'est donc pas soumis au devenir. 38

Tout se passe comme si Dieu lui-même était égaré par ses propres illusions, par sa Mâyâ. Cet égarement dans le devenir n'est qu'une apparence, car cette illusion magique n'existe pas. 39

Autrement dit, le corps et le reste sont aussi exclus du Soi. L'habitude de prendre ces choses pour le Soi doit être abandonnée. 40

Nous ne sommes que lui. Nous ne sommes ni le corps, ni des êtres incarnés. Il n'y a ni ignorance, ni devenir : telle est la vérité absolue, le message ultime [du maître]. 41

Merveille ! Le mental<sup>17</sup> imagine des corps, des individus et des objets dans l'état de veille comme durant un rêve. En vérité, le mental est bien Mâyâ ! 42

Seul le Soi de pure conscience est réel. Il est identique à Shiva. Telle est la conclusion avérée révélée dans les Oupanishads, et qui est l'expérience propre [du maître]. 43

Chacun s'aime soi-même. Tout ce que l'on aime, on l'aime pour soi. Le fait que le Soi est félicité est ainsi clairement dévoilé. 44

Les plaisirs de ce monde ne sont que des parcelles de sa félicité. Voilà pourquoi les sages affirment qu'il n'y a pas de félicité égale à celle de la réalisation du Soi. 45

Pour détourner l'attention de l'extérieur, on indique que le [Soi] est dans le Cœur, car on ne peut réaliser [le Soi] que si l'attention est tournée vers l'intérieur<sup>18</sup>. 46

Le message final est que l'absolu est lui-même le Cœur. L'image d'un lieu pour celui qui est le Lieu réel de tous les lieux n'est qu'un mythe. 47

## Troisième joyau

**Ô infallible compassion !  
Quand nous cherchons à l'intérieur  
D'où vient la [sensation] « je »,  
Quand nous entrons à l'intérieur  
Avec un intellect pur  
Et que nous comprenons notre essence  
Alors nous trouvons la paix en Toi,  
Comme les fleuves dans l'océan !**

### *Paraphrase du troisième joyau*

Entrons dans le Cœur  
Avec un intellect pur  
En nous demandant  
« D'où vient ce 'je' ? »,  
Cherchant ainsi l'essence du Soi.  
Si nous donnons notre attention à la Présence  
Qui est conscience et qui est notre Soi,  
Alors l'intellect trouve la paix profonde en Toi,  
Comme les rivières dans la mer.

### *Explication du troisième joyau*

Pour celui qui sait cela et qui aspire à réaliser le Soi, ce troisième verset montre très clairement la voie directe. 48

L'individu n'est qu'une apparence, une confusion entre la conscience et la solidité inerte. Mais la source de son aspect de conscience est le Soi transcendant en personne. 49

Laissant de côté l'aspect d'inconscience du corps, etc., on se donnera à la pure subjectivité, à la conscience dynamique – on plongera dans la source

du [« je »], en soi. 50

De même que l'on plonge dans l'eau pour y chercher quelque chose, de même le chercheur plongera dans le Cœur, à la recherche de la source du « je ». 51

De même qu'un chien suit la piste de son maître en flairant son odeur, que l'intellect suive la piste de sa propre source en s'emparant de la pure subjectivité. 52

Quand le mental se stabilise dans cette recherche, il entre dans la caverne du Cœur. Alors le Soi brille de son éclat propre et le mental s'apaise à jamais. 53

La non-séparation est déjà une réalité. Mais elle se manifeste quand le mental est détruit, car la séparation entre l'absolu et soi-même est fabriquée par le mental. 54

Cette plongée dans le Cœur en cherchant l'essence de soi-même est la voie ultime de réalisation, on la nomme « la Quête »<sup>19</sup>. 55

Pour montrer que cette [réalisation] est finale et définitive, le maître nous offre la métaphore des rivières qui vont se perdre dans l'océan. 56

Cette expérience qui est le Soi est elle-même la délivrance (*mukti*)<sup>20</sup>. On la nomme aussi « vie véritable », « royaume transcendant », « état absolu » et « état naturel ». 57

Les éveillés célèbrent cette vie transcendante – la Quatrième – à travers bien des expressions, telles que « connaissance du Soi », « immortalité », « silence » ou encore « non peur ». 58

Mais le Soi ne devient [jamais] *objet* de connaissance. Et dans le Quatrième, il n'y a personne qui connaît. Le Soi est libre de la connaissance et de l'ignorance, car il est connaissance par essence. 59

La « connaissance du Soi » est la fin de la croyance que ce qui n'est pas le Soi est le Soi. Seul le Soi existe, sans la [dualité] du sujet et de l'objet. 60

Celui dont le mental a été détruit en plongeant dans le Cœur à la recherche [du Soi] n'est pas « celui qui connaît le Soi » : il est le Soi ! Il est

l'absolu, non pas « celui qui connaît l'absolu ». 61

Le chercheur qui pense qu'il y a une séparation absolue entre l'absolu et celui qui connaît l'absolu est prisonnier de cette croyance, victime de ce mythe. 62

Dire que « la délivrance vient de la connaissance » signifie simplement que la délivrance *est* la connaissance. La connaissance n'est pas la cause de la délivrance ; la délivrance n'est pas le résultat de la connaissance. 63

La délivrance est la nature du Soi. La connaissance est l'essence du Soi. Cette délivrance est toujours déjà accomplie. Elle est à elle-même sa propre cause. Mais quand on en parle, on dit que « la délivrance vient de la connaissance ».64

Cet état transcendant ne peut être décrit ni pensé. Suggéré par « l'enseignement » du silence, nous pouvons le connaître par notre propre expérience. 65

Là, il ne reste plus personne pour décrire ni pour penser. Cet état est donc le Quatrième, appelé « silence ». 66

Quand nous faisons l'expérience de cette félicité non-duelle que les mots et les pensées n'atteignent pas, nous n'avons plus peur de rien. 67

De plus, nous entendons que « il n'y a pas de peur là où il n'y a plus de conscience de la séparation »<sup>21</sup> . Le Quatrième est donc l'état sans peur. 68

Si l'on se demande comment l'unité avec le Soi transcendant pourrait découler de la simple connaissance de notre essence, nous répondons que cette question est sans fondement, car cette unité est naturelle<sup>22</sup> . 69

La conclusion des Oupanishads est que cet état ultime peut être atteint par cette recherche. C'est le seul moyen. 70

Telle est la vérité ici pointée par le Bienheureux au moyen de la métaphore des rivières, vérité élucidée ailleurs de bien des façons. 71

Il a aussi montré que ce Quatrième état ne peut être atteint par un rituel, ni par le yoga, ni par les actes méritoires. 72

Tant que le mythe de l'individualité n'est pas balayé par cette recherche, l'être incarné ne peut atteindre la délivrance du samsâra. 73

L'individualité est la croyance (*dharma*) fondamentale, le support de la croyance que l'on est celui qui agit, par exemple. L'individualité est la première projection, puis sont projetées la croyance que l'on est l'acteur, et ainsi de suite. Quand l'individualité est détruite, tout le reste périt avec, et c'est l'état naturel. 74

L'abandon complet de toutes les croyances est conseillé dans la *Bhagavad Gîtâ*. C'est l'abandon de la croyance en l'individualité, suivie de la perte de la croyance que l'on agit, etc. 75

Abandonner toutes les croyances, c'est simplement laisser tomber l'individualité. Tant que l'on s'accroche à l'individualité, on n'a rien lâché ! 76

Il faut bien voir que cette non-dualité appelée « le Quatrième » pointée ici est le message des Oupanishads, la guérison, la vie en Soi, l'état ultime et sans chute. 77

Ceux qui prennent d'autres voies après avoir rejeté cette voie directe finissent, tôt ou tard, par entrer dans ce royaume en plongeant dans le Cœur. 78

## Quatrième joyau

**Ô immuable compassion !  
Le yogi laisse d'abord les objets extérieurs,  
Puis il Te contemple à l'intérieur,  
Son souffle et sa pensée immobiles.  
Il voit alors Ta splendeur  
Et trouve sa joie en Toi.**

### *Paraphrase du quatrième joyau*

Le yogi laisse les objets extérieurs  
En stoppant son souffle  
Et en bloquant le mental par la force (*hatha* ).  
Il garde alors Ta présence à chaque instant.  
Son intellect se résorbe  
Dans Ta majesté lumineuse  
Et à cet instant, il connaît une joie intense.  
Mais quand il sort de cet état,  
Il retourne dans le samsâra,  
Poussé par ses habitudes et par le mental.

### *Explication du quatrième joyau*

Il reste à décrire deux sortes de chercheurs du Soi transcendant : le yogi et l'amoureux. Le maître parle du yogi dans ce quatrième verset et de l'amoureux dans le cinquième. 79

Le yogi bloque le mental par la force au moyen du contrôle du souffle. Il parvient à contempler la lumière de la conscience et ressent une joie intense à ce moment-là. 80

Ce blocage du mental par la force ne pourra jamais être durable. Résorbé, le mental continue d'exister avec ses habitudes, puis il réapparaît. 81

La délivrance vient de la *destruction* du mental, mais jamais de sa *disparition* [temporaire]. De fait, le mental qui a disparu il finit par réapparaître. Mais quand il est détruit, il ne réapparaît plus. Et comme le mental du yogi n'est pas détruit, il ne perd pas son individualité. 82

Pour clarifier cette distinction entre *disparition* temporaire et *destruction* définitive du mental, le maître raconte l'histoire d'un yogi des temps passés. 83

Un yogi émergea du samâdhi<sup>23</sup> et son mental avait soif. Il ordonna à un disciple d'aller chercher de l'eau, mais entra à nouveau en samâdhi. 84

Des siècles passèrent ainsi. Quand ce yogi sorti du samâdhi, le souvenir de son disciple envoyé chercher de l'eau revint avec toute sa force. Il s'écria : « Eh, tu me l'as apportée, cette eau ? » 85

L'élan de boire de l'eau était resté tout ce temps dans le mental résorbé [du yogi]. En effet, quand le yogi revint du samâdhi, le souvenir réapparut avec toute sa puissance, car le mental n'avait pas été détruit. 86

Comme on dit du yogi qu'il se délecte dans la majesté [du Soi], cela revient à dire qu'il ne se délecte pas dans son essence véritable. Il jouit d'une expérience agréable, pas de la délivrance. 87

La Révélation nous apprend que même une dualité minime engendre la Peur. Il est donc clair que le yogi n'a pas découvert la Non-peur. 88

Ici il n'est pas question de *tous* les yogis, mais seulement de celui qui cherche sans ce discernement enseigné par le maître, et qui pratique en s'appuyant sur ses propres forces et par la force (*hatha*). 89

Tant que ce yogi ne s'engagera pas dans la quête du Soi (*vicâra*) en abandonnant son sens de l'ego ou en s'abandonnant au Transcendant, il ne trouvera pas la délivrance. 90

## Cinquième joyau

**Ô invariable compassion !**

**Celui qui s'offre à toi,**

**Qui Te contemple toujours en esprit**

**À travers toutes choses,**

**Celui-là T'aime d'un amour unique.**

**Il triomphe, englouti dans le bonheur que Tu es !**

### *Paraphrase du cinquième joyau*

Celui qui Te donne toute son attention,  
Dont l'esprit s'attache à Toi,  
Celui-là contemple toujours le monde entier  
Comme étant Ta forme.  
Doué d'un amour simple, il Te savoure  
Et il T'aime, son intellect englouti en Toi,  
Dans l'océan du bonheur.  
C'est lui qui triomphe,  
Lui le meilleur parmi les yogis.

### *Explication du cinquième joyau*

L'amoureux, avec son esprit toujours offert à [l'absolu] est supérieur au [yogi]. Par cet amour, il va jusqu'à s'oublier lui-même, percevant le monde comme débordant de [l'absolu]. 91

« Celui qui Me voit en tout voit tout en Moi. Je ne suis pas mort pour lui. Il n'est pas mort pour Moi. » 92

« De tous les yogis, Je pense que le meilleur est celui qui m'aime avec tout son cœur (*shraddhâ*), son esprit en Moi, vers l'intérieur. » Ainsi la *Bhagavad Gîtâ* enseigne l'excellence de l'amoureux. 93

Il contemple à chaque instant son Bien-aimé, son intellect plongé dans sa félicité. Il est pour ainsi dire délivré. Tôt ou tard, il atteindra la délivrance finale. 94

Par le yoga de l'amour divin, on gagne l'amour transcendant, beau et bon. Le *Bhagavata Purâna* décrit neuf formes d'amour, à commencer par l'écoute [des récits divins]. La neuvième forme est l'abandon, l'offrande de soi au Transcendant. 95

L'abandon est conseillé pour se libérer de l'illusion magique (*mâyâ*) :  
« Mon illusion magique est divine ! Elle est donc difficile à transcender.  
Ceux qui s'offrent tout entier à Moi la transcendent. » 96

À cause de l'illusion magique, les gens sont amoureux des objets. Celui qui s'abandonne au Transcendant devient amoureux de Lui : il est délivré de l'illusion magique. 97

On doit donc s'adonner à l'amour du Transcendant, à cet amour parfaitement beau et bon. On aimera l'absolu de toutes les manières : comme identique à soi ou comme différent de soi. 98

Quand la pratique de l'amour a engendré l'amour, la croyance en la séparation disparaît bientôt. Il ne reste que l'unité, le Réel. C'est ainsi que l'amoureux se réalise.<sup>24</sup> 99

En disant que « l'amoureux triomphe », le verset affirme la supériorité de l'amoureux sur le yogi. Si donc notre esprit n'est pas incliné vers la recherche intellectuelle, on atteindra le Seigneur par l'amour. 100

#### *Le sens de l'Hymne en son entier*

Dans cet hymne, le maître révèle ce qu'il avait déjà enseigné en personne auparavant [dans la *Bhagavad Gîtâ*] : « Il n'y a rien de plus sacré que la connaissance ». 101

Le gnostique est un « homme mûr » ; l'amoureux est un « enfant » ; quand au yogi limité par le sens de l'ego, c'est un « adolescent ». 102

Parmi ces états, l'adolescence est le premier, puis il y a l'enfance et la maturité : en effet, il y a d'abord le sens de l'ego puis, finalement, sa disparition. L'ordre est donc de partir du yoga pour aller vers la dévotion et l'amour divin, puis finalement la connaissance. 103

Le gnostique est supérieur aux autres. Le yogi est inférieur. Entre les deux se trouve l'amoureux. Telles sont leurs différences. 104

De tous les moyens pour atteindre la délivrance, l'amour divin est le plus puissant. Et de toutes les formes d'amour divin, la recherche intellectuelle (*vicâra*) est la meilleure. 105

Par cette recherche, on devient soi-même la nourriture du Transcendant, dans le Cœur. Le chercheur est donc le meilleur des amoureux, car même s'il connaît ainsi [l'absolu], il continue à le chercher en lui-même ! 106

Seule la recherche intellectuelle (*vicâra*) est pleine offrande de soi au Transcendant, car on devient ainsi la nourriture [de l'absolu] : il n'y a alors plus de différence. 107

Hommage à Ramana, l'auteur des *Cinq joyaux*, qui se manifeste sous les trois formes du Seigneur, du maître et du Soi ! 108

- 1 . Shiva est Dieu.
- 2 . Toujours déjà délivrée, notre essence est à jamais libre. Croire que nous devons nous délivrer est la fausse croyance dont nous délivre cet enseignement.
- 3 . Dieu, le maître et notre Soi sont identiques.
- 4 . Cette montagne incarne ce qui ne s'incarne jamais, mais qui est la source de toute incarnation. C'est une « montagne » (*acala*, litt. « immobile »), car l'absolu divin ne bouge pas, il est immuable. Et cette montagne est « rouge », car elle brille de l'éclat de l'amour.
- 5 . Une Oupanishad est un enseignement sur la non-dualité, fait de brefs dialogues et de poèmes. Il y a en a une dizaine, composées en sanskrit dès le VIII<sup>e</sup> avant notre ère. La *Mandoukyâ* enseigne la non-dualité à travers le son « Om ».
- 6 . Le Quatrième, mystère au-delà des trois états de veille, de sommeil et de rêve. Synonyme de « Soi », « conscience », « Shiva », « Réel ».
- 7 . Il est l'expérience permanente qui est le Soi, réalisée à chaque instant par Ramana.
- 8 . Le Savoir divin. Ensemble de poèmes et de textes symboliques ou rituels transmis dès 1500 avant J.-C. Les Oupanishad en forment la partie finale (*veda-anta*).
- 9 . Le Cœur, centre de chaque individu, identique au centre de l'univers.
- 10 . Les Oupanishads.
- 11 . Un écran de cinéma.
- 12 . Aussi bien les objets des cinq sens que ceux du mental : tous les objets.
- 13 . Le retournement du regard, la plongée en soi.
- 14 . Les caractéristiques accidentelles du Soi : le fait qu'il semble créer le monde et le résorber en lui.
- 15 . L'essence même du Soi : le fait que seul le Soi existe.
- 16 . Lumineux car il éclaire les apparences irréelles du monde.
- 17 . On notera que le mental n'existe pas : source de l'illusion du monde et du corps, il est lui-même une illusion, sans rapport avec l'absolu. Il n'est pas la création de l'absolu. Ce dernier ne crée rien.
- 18 . Autrement dit, le Soi n'est pas vraiment dans le Cœur. De même, si on dit qu'il est « le Soi », c'est seulement pour inviter la Lumière consciente à se retourner vers elle-même, à

s'éveiller. C'est le principe de la pédagogie védântique : on indique un trait proche de l'absolu, mais qui n'est pas l'absolu, pour ensuite le nier, un peu comme on peut indiquer la Lune en disant qu'elle est « posée là, sur la branche de l'arbre ».

19 . *Vicâra* .

20 . La délivrance hors du cycle des renaissances, ici équivalent au bonheur suprême de réaliser que l'on ne naît jamais.

21 . Citation de la *Brihad Âranyaka Oupanishad*.

22 . Le Soi est déjà l'absolu.

23 . État sans pensées, atteint en général par la méditation.

24 . On notera que Sharma passe sous silence l'idée que l'on peut adorer le divin à travers sa manifestation, c'est-à-dire que le monde peut être envisagé comme manifestation de l'absolu.

# Qui suis-je ?

Tous les êtres désirent un bonheur permanent dépourvu de souffrance. Et l'on constate que tous les êtres s'aiment eux-mêmes par-dessus tout, car on aime le bonheur. Or, chaque jour ce bonheur qui est notre vraie nature est présent durant le sommeil où le mental est absent<sup>1</sup>. Pour faire l'expérience de ce bonheur, nous devons donc nous connaître nous-mêmes. La recherche « qui suis-je ? » est le moyen principal de se connaître.

## *1. Question : Qui suis-je ?*

*Réponse* : – Je ne suis pas ce corps fait des sept éléments. Je ne suis pas les cinq sens – ouïe, toucher, vue, goût et odorat –, qui perçoivent respectivement les sons, les sensations, les formes, les saveurs et les odeurs. Je ne suis pas non plus les cinq organes d'action – parole, jambes, mains, anus et sexe –, qui permettent respectivement de parler, de bouger, de prendre, d'expulser et de prendre du plaisir. Je ne suis pas non plus les cinq énergies vitales – à commencer par celle du haut du corps -, qui permettent l'expiration, etc. Je ne suis pas non plus le mental qui consiste à imaginer et à vouloir. Je ne suis pas même l'absence de connaissance<sup>2</sup>, vide de tout objet comme de tout phénomène, [mais] qui est vêtue seulement de la trace des objets, des habitudes [inconscientes].

## *2. Si je ne suis rien de tout cela, qui suis-je ?*

– Je dis d’abord « non » à tout cela que je ne suis pas. Je suis la pure conscience qui reste.

*3. Quelle est cette conscience ?*

– Cette conscience est « être, conscience, félicité ».

*4. Quand verra-t-on cette essence ?*

– On la verra en tant que vision quand [la vision] sera détournée du monde – de ce qui est vu.

*5. Mais ne verra-t-on pas notre essence même quand le monde, le visible, est présent, même comme illusion ?*

– Non.

*6. Pourquoi ?*

– La vision et ce qui est vu sont respectivement comme une corde et comme le serpent [que l’on projette par mégarde sur la corde]. La conscience du serpent est imaginaire. Tant qu’elle n’est pas anéantie, la conscience de la corde qui est le substrat réel de ce [serpent imaginaire] n’aura pas lieu. De même, tant que la conscience du monde n’est pas détruite, la conscience de notre essence, qui est le substrat réel de la [conscience du monde], n’aura pas lieu.

*7. Quand donc la conscience du monde, de ce qui est vu, sera-t-elle détruite ?*

– Quand toutes les formes de conscience [du monde] et leurs effets disparaîtront dans le mental qui est leur source commune, alors le monde disparaîtra.

*8. Mais quelle est l’essence du mental ?*

– Ce nom de « mental » désigne un grand pouvoir (*shakti* ) mystérieux présent dans notre essence, dans le Soi. C’est le mental et rien d’autre qui engendre toutes les pensées (*smarana* ). Si l’on supprime toutes les pensées – si l’on bloque [les pensées] – on ne fera l’expérience d’aucun autre mental [en plus des pensées]. La pensée est donc l’essence même du mental. Si l’on fait abstraction des pensées, il n’existe pas d’autre essence du monde. Durant le sommeil, il n’y a pas de pensée, or le monde est aussi absent. Durant l’état de veille et les rêves, il y a des pensées, et il y a aussi un monde. De même que l’araignée projette sa toile et la reprend en elle-même, le mental projette le monde à partir de lui-même et le résorbe en lui-même. Quand le mental se détourne du Soi, de soi-même et se tourne vers le dehors, le monde apparaît. Et donc quand il apparaît, notre essence ne peut apparaître. Quand notre essence apparaît, le monde ne peut apparaître. Quand le mental recherche méthodiquement [l’essence du monde], il devient le Soi, il devient notre Soi, notre essence elle-même. Or le mental a toujours besoin de prendre appui sur quelque chose de grossier. Il n’existe pas par lui-même. Le mental, c’est le « corps subtil », que l’on désigne aussi quand on parle de « l’individu ».

*9. Une fois examinée l’essence du mental, quelle est la voie pour reconnaître [le Soi] ?*

– Le mental, c’est le « je » qui se manifeste dans ce corps. Si l’on cherche où donc ce « je » et cette « pensée » apparaissent dans le corps, on verra qu’elles apparaissent subjectivement dans le Cœur. Il est le lieu de naissance du mental. Il suffit même de répéter « je... je... » pour atteindre ce lieu à l’intérieur, le Cœur lui-même. De toutes les pensées, de tous les mouvements qui naissent du mental, « je » est la première. Il suffit que naisse cette première pensée, ce premier élan, pour que toutes les autres se déploient. On observera en effet que la seconde et la troisième personne viennent après l’apparition de la première personne, la personne suprême,

« je ». Sans cette première personne, la seconde et la troisième ne peuvent apparaître.

#### *10. Comment résorber le mental ?*

– On résorbera le mental est cherchant sans interruption « Qui suis-je ? » La pensée (*smriti*) « Qui suis-je ? » va se résorber elle-même [en même temps que] toutes les autres pensées. Elle disparaîtra elle aussi à la fin, comme la torche qui sert à allumer le bûcher funéraire. Ensuite adviendra la vision de notre essence.

#### *11. Quel est le moyen de pratiquer sans interruption la recherche « Qui suis-je ? »*

– Quand des pensées tournées vers l'extérieur apparaissent, que l'on ne prenne pas la peine de les mener à leur terme. On cherchera seulement à savoir à qui ces pensées apparaissent. Peu importe le nombre de pensées. À chaque fois qu'une pensée apparaît, on se demande « A qui apparaît-elle ? » Si l'on examine ainsi avec attention, on verra que cette pensée apparaît « à moi ». Et quand on cherche « Qui suis-je », le mental retourne à son origine. Quand on s'entraîne ainsi sans interruption, le pouvoir du mental de rester longtemps dans sa propre source va se développer. Si ce mental subtil se tourne vers l'extérieur à travers l'intellect et les sens, des noms et des formes grossières sont engendrées. En retournant vers soi le mental tourné vers les objets extérieurs, on se stabilise dans l'état du Cœur. C'est « se tourner vers le Je » et « se tourner vers l'intérieur ». » Se tourner vers l'extérieur », c'est simplement le mouvement qui part du Cœur et qui va vers l'extérieur. Ainsi, quand le mental est fixé dans le Cœur, le « je » qui est la cause de toutes les pensées et de toutes les images va disparaître et notre pure essence qui est la réalité de tout, va se manifester. On agira toujours sans ego. Une fois ceci accompli, tout sans exception se manifestera comme notre essence qui est Shiva.

## 12. N'y a-t-il pas un autre moyen de contrôler le mental ?

– Il n'existe pas d'autre moyen efficace pour arrêter le mental en dehors de la recherche du Soi (*vichâra*). Si l'on se fie à un autre moyen pour contrôler le mental, il semblera que le mental est maîtrisé, mais il réapparaîtra vers l'extérieur. Le contrôle du souffle (*prânâyâma*) permet également d'arrêter le mental. Mais le mental semblera arrêté seulement pendant que le souffle est arrêté. Et quand le souffle se remettra en mouvement vers l'extérieur, le mental aussi se tournera à nouveau vers l'extérieur et il vagabondera selon ses habitudes. La source du mental et du souffle est la même. L'essence du mental, c'est de penser. La pensée « je » est la première pensée du mental. En vérité, c'est cela le « sens du je » (*ahankâra*), l'ego. Or la source du « sens du je » est la source du souffle. Et donc quand le mental est contrôlé, le souffle est contrôlé ; et inversement, quand le souffle est contrôlé, le mental est résorbé. En revanche, durant le sommeil profond, le mental est résorbé et pourtant le souffle ne disparaît pas. Le Seigneur a établi cette loi de faire continuer le souffle ainsi, afin de préserver le corps et pour que l'on n'ait pas peur qu'il soit mort durant cet intervalle. Dans l'état de veille et dans le samâdhi, quand le mental est résorbé, le souffle est aussi résorbé. Le souffle n'est rien d'autre que la forme grossière du mental. Jusqu'à la mort, le souffle est présent dans le corps. Au moment de la mort, le mental emporte le souffle. Par conséquent, bien que l'arrêt des mouvements du souffle soit un moyen pour résorber le mental, il ne permet pas de détruire le mental. Tout comme le contrôle du souffle, la contemplation des images divines, la récitation des mantras, la diète et autres restrictions sont seulement des auxiliaires pour arrêter le mental. Par la contemplation d'une image divine et la récitation de mantra, le mental fait l'expérience de la concentration. Or l'instabilité est la nature même du mental. Si l'on met un tronc sur les défenses d'un éléphant, il va oublier le reste et le porter. De même quand le mental s'habitue longtemps à un nom ou à une forme, il va s'y fixer. Quand le mental se déploie en

d'innombrables pensées et décisions, la manifestation de chaque pensée est affaiblie et stérile. Quand les pensées sont peu à peu amenées à se calmer en perfectionnant la concentration, le mental devient plus fort et le succès dans la recherche du Soi devient très facile. La meilleure des restrictions est de prendre une nourriture pure en quantité modérée. Un mental purifié est une aide pour la recherche.

*13. Les pensées engendrées par les habitudes liées aux objets naissent et renaissent comme les vagues d'un océan ! Comment et quand cesseront-elles donc ?*

– Au fur et à mesure que la contemplation de notre essence s'intensifie, toutes les pensées seront anéanties.

*14. Maître, les habitudes liées aux objets n'ont pas de commencement dans le temps ! Est-il donc possible de les faire disparaître afin que seule notre essence reste présente ?*

– On ne laissera pas s'installer ce genre de doute sur la possibilité ou l'impossibilité d'une pure vie dans notre essence. Avec courage et bon cœur, on se fixera de toutes nos forces (*hatha*) uniquement dans le recueillement sur notre essence. Même un grand pécheur attaché aux mauvais comportements n'a pas à se mortifier en se disant « Ah ! Je suis un pécheur-né ! Comment pourrais-je atteindre la délivrance ? » On déracinera ces pensées jusqu'à la racine et on s'adonnera à la contemplation de notre essence. Si l'on fait ainsi, on accomplira ce qui doit l'être et l'on sera délivré. Fondamentalement, il n'existe pas deux mentaux, l'un bon et l'autre mauvais. Il n'y en a qu'un. Mais les habitudes sont de deux sortes, bonnes ou mauvaises. Si le mental est sous l'influence des bonnes habitudes, il est dit « bon », sinon on dit qu'il est « mauvais ». Il ne faut pas laisser le mental grandir dans le monde des objets et autres affaires. On n'aura pas non plus de haine envers les autres, même quand leur nature est mauvaise. On abandonnera à la fois la passion et la haine. Tout service que

l'on rend aux autres, on le rend à soi. Si l'on connaît ce principe, comment n'essaierait-on pas de rendre service aux autres ? Quand le « je » apparaît, tout apparaît. Quand le « je » disparaît, tout disparaît. Tant que l'on reste modeste et discipliné, tout est bien. Si le mental est guéri, on peut vivre n'importe où.

*15. Jusqu'à quand pratiquera-t-on la recherche du Soi ?*

– On s'adonnera à la recherche « Qui suis-je ? » tant que le mental sera conditionné par les habitudes liées aux objets. À chaque fois qu'une telle habitude se manifeste, on la détruira en cherchant son origine. Il suffit d'être présent à notre essence tant qu'on en fait l'expérience. Cela suffit, vraiment. Aussi longtemps que les ennemis sont dans la place, il en sort. Si on les tue quand ils sortent, fatalement le château tombera entre nos mains.

*16. Quelle est la nature de notre essence ?*

– Notre essence est le Soi, absolument Un, seule réalité au sens propre du terme. Le Créateur, les créatures et la création sont projetés sur notre essence comme l'argent sur la nacre. Les éléments de la triade « Créateur, créatures et création » apparaissent simultanément dans le Soi et ces trois entités disparaissent ensemble. Là où il n'y a aucune idée de « je », ce « lieu » est notre essence. C'est aussi ce que l'on appelle le Silence. Notre essence elle-même est le monde. Notre essence elle-même est le Moi. Notre essence elle-même est Dieu. En vérité, tout ceci<sup>3</sup> n'est autre que Shiva, notre essence elle-même.

*17. N'est-il pas vrai que tout cela dépend de Dieu ?*

– Le soleil brille sans le vouloir, sans le décider, sans effort. En sa présence, une loupe allume un feu, le lotus éclôt, l'eau s'évapore et les gens vaquent à leurs occupations. Et en présence d'un aimant, une aiguille bouge. De même, par la simple présence de Dieu, les individus sont soumis aux trois évènements – création, subsistance et destruction – ou aux cinq

actes divins : création, subsistance, destruction, occultation du Soi et révélation. Ils sont alors poussés vers leurs tâches respectives, selon leur karma propre. Mais Dieu ne décide rien. Les actes comme la création ne s'attachent pas non plus à Lui, comme le soleil qui n'est pas affecté par les actions de ceux qu'il éclaire, ou comme l'espace n'est pas affecté par les propriétés des quatre autres éléments.

*18. Parmi les amoureux du divin, lequel est le meilleur ?*

– Le meilleur des amoureux du divin est celui qui se donne totalement au Seigneur, à la majesté qui est sa propre essence. Se donner au Seigneur, c'est vivre sans interruption dans le Soi, c'est-à-dire tourner son attention vers le Soi et vers rien d'autre. Dieu porte tous les fardeaux qu'on dépose entre Ses mains. Le pouvoir (*shakti*) mystérieux de Dieu accomplit tout. Pourquoi ne pas Lui remettre nos fardeaux et laisser tomber tous nos soucis du genre « Dois-je agir ainsi, ou autrement ? » ? Nous savons que le train porte nos bagages. Une fois monté, pourquoi porter nos valises sur notre tête, même les petites valises, et nous sentir mal, au lieu de les déposer dans le train et de nous installer à notre aise ?

*19. Qu'est-ce que le détachement ?*

– Le détachement véritable, c'est détruire à jamais toutes les pensées dans le lieu même où elles apparaissent. En ce monde, un homme plongera dans les profondeurs pour s'emparer d'une perle et s'attache un poids pour cela. De même, celui qui aspire à la délivrance développera le détachement et plongera soi-même à l'intérieur de soi-même, pour s'emparer de la perle du Soi.

*20. Le maître et Dieu ont-ils le pouvoir de délivrer un individu ?*

– Le maître et Dieu aident à atteindre la délivrance. Ils ne peuvent que montrer le chemin. Mais ils ne peuvent pas eux-mêmes faire atteindre la liberté en cette vie. Le maître et Dieu ne sont pas différents en réalité. De

même qu'une créature tombée dans les mâchoires d'un tigre perd sa vie, de même tout être sur qui tombe le regard de grâce d'un être supérieur (ârya), perd son individualité : il « meurt » – mais en vérité il est sauvé, il ne perd pas la vie. Tout individu devra pratiquer avec attention et à l'aide de son propre courage (*paurusha*), en faisant des efforts (*prayatna*) sur le chemin et avec la vision juste indiquée par Dieu et par le maître, afin d'atteindre la délivrance. Nous ne pouvons contempler notre Soi que par l'œil de notre propre connaissance, et non par l'œil d'un autre ! De fait, Râma<sup>4</sup> a-t-il besoin du regard d'un autre pour se connaître lui-même ?

*21. L'homme qui désire la délivrance doit-il en plus réfléchir sur la réalité phénoménale ?*

– Qui se débarrasse (*parityâja*) d'une ordure n'a aucun intérêt à y remettre les mains ! De même, l'homme qui désire connaître son Soi se débarrasse de ces réalités pareilles à des déchets relativement à notre essence qui est notre Soi. À quoi bon les dénombrer ou chercher leurs propriétés, puisque cette recherche en forme d'analyse ne donnera aucun résultat [digne de ce nom] ? Ceux qui aspirent à la délivrance doivent donc être certains que toute cette manifestation phénoménale est pareille à un rêve.

*22. Y a-t-il, oui ou non, une différence entre l'état de veille et les rêves ?*

– L'état de veille dure longtemps ; un rêve ne dure qu'un instant. En dehors de leur durée, il n'y a aucune différence entre veille et rêve. Les expériences de l'état de veille semblent réelles. De mêmes, les expériences des rêves semblent réelles tant qu'elles durent. Simplement, durant un rêve, le mental s'identifie à un corps différent. Mais veille et rêve sont également des états de conscience où les noms et les formes [correspondantes] se manifestent de concert.

23. *Est-il utile que les aspirants à la délivrance lisent des enseignements ?*

– Les enseignements affirment que pour atteindre la délivrance, il faut seulement contrôler le mental. Leur conclusion, leur message final est de montrer le moyen de contrôler le mental. Une fois ce moyen reçu de la bouche du maître, il n’y a plus aucun intérêt à se fatiguer à lire des livres. Si, pour contrôler notre mental, on ne cherche pas soi-même son Soi en soi-même par la réflexion « Qui suis-je ? », comment donc la réflexion sur les enseignements pourrait-elle aboutir au contrôle du mental ? En effet c’est par l’œil de notre propre connaissance que l’on doit soi-même se comprendre soi-même. Or le Soi est présent à l’intérieur des cinq enveloppes<sup>5</sup>. Les livres et les enseignements sont à l’extérieur de ces cinq enveloppes. On devra donc rejeter ces cinq enveloppes en disant « non, non » et chercher ainsi le Soi. Comment donc pourrait-on savoir cela en cherchant dans les enseignements ? Chercher dans les livres est donc parfaitement vain. Viendra un temps où tout ce que nous avons appris dans les livres sera oublié.

24. *Qu’est-ce que le bonheur ?*

– Le bonheur est l’essence même du Soi. Il n’y a pas de différence entre notre essence qui est le Soi, d’une part, et le bonheur, de l’autre. Il n’y a aucune fraction de bonheur dans le monde des phénomènes. C’est par manque de discernement que nous croyons que le bonheur vient des objets. Dès que le mental « sort » du Soi pour aller vers le dehors, nous faisons l’expérience de la souffrance. À chaque moment où nos fantasmes sont satisfaits, notre mental retourne à sa source et fait l’expérience du bonheur qui est le Soi. Il en va ainsi dans le sommeil profond, dans le samâdhi et l’évanouissement, au moment où l’on obtient ce que l’on désire et quand on est délivré de ce que l’on déteste. Le mental se tourne alors vers l’intérieur et fait l’expérience du bonheur du Soi qui [en réalité] est toujours présent. Et de la même manière quand le mental sort du Soi vers le dehors en allant

de-ci de-là, il erre sans trouver le repos. On est au frais à l'ombre d'un arbre. Mais quand on sort de son ombre, on souffre de la chaleur du soleil. Quand un voyageur s'en va au-dehors, il se rafraîchit en trouvant de l'ombre. Quand il en sort ne serait-ce qu'un seul instant, il est accablé par la chaleur du soleil. Quand il retourne à l'ombre il retrouve son bien-être. Le voyageur quitte l'ombre pour aller vers une autre zone ombragée. Qui agit ainsi manque de jugement ! Qui a du discernement ne sortira pas de l'ombre. De même, le mental du gnostique ne quitte pas l'Immense. Au contraire, le mental de l'ignorant va se perdre à l'extérieur, dans les phénomènes. Il fait alors l'expérience de la souffrance, il retourne un instant dans l'Immense et éprouve le bonheur. Le mental, c'est en vérité le monde ! Quand le monde est oublié, le mental goûte la félicité du Soi.

25. *Qu'est-ce que « la vision qui est la connaissance » ?*

– La vision qui est connaissance, c'est une façon de parler du fait de vivre en silence. Ce silence, c'est l'état où le mental est résorbé dans notre Soi. Cette vie est « la Vision qui est la connaissance ». La télépathie, la connaissance des trois temps, la clairvoyance, etc. ne sont pas dignes de désigner la Vision qui est la connaissance.

26. *Quel est le rapport entre absence de désir et connaissance ?*

– L'absence de désir elle-même est la connaissance. Ce ne sont pas deux choses différentes, mais une seule et même réalité. L'absence de désir, c'est quand le mental ne quitte pas le Soi. Quand seul le Soi se manifeste, c'est la connaissance. Ne rien chercher d'autre, c'est l'absence de passion, le détachement. Et la connaissance, ça n'est rien d'autre que ne pas abandonner notre essence propre.

27. *Quelle est la différence entre la recherche du Soi et la méditation ?*

– La recherche intellectuelle, c'est seulement fixer le mental en soi-même. La méditation, c'est l'évocation ininterrompue de l'idée que « Notre

Soi est l'Immense » ou que « Notre Soi est être, conscience et félicité ».

*28. Qu'est-ce que la délivrance ?*

– La délivrance, c'est vivre en connaissant notre essence telle qu'elle est  
– le Soi – grâce à la recherche « Moi qui suis limité, qui suis-je ? »

- 1 . Donc nous ne sommes pas le mental et nous devons chercher la source du mental.
- 2 . L'état de sommeil profond, sans rêve, les états de coma, d'évanouissement, de méditation profonde sans pensée, etc.
- 3 . Il faut imaginer que Ramana indique de la main ce qui est devant lui : « tout ceci, tout cela ».
- 4 . C'est-à-dire Untel, n'importe qui.
- 5 . Les cinq enveloppes sont la nourriture, les sensations, les pensées, les habitudes et l'inconscience.

# La Vision du Réel

## *Prière*

Les pensées sur le Réel  
Peuvent-elles se passer du Réel ?  
[Ces pensées existent seulement] dans le Cœur,  
Ce Cœur libre des pensées.  
Comment penser cet Inconnaissable,  
Cet Un ?  
Le penser, c'est être seulement en Lui. 1

La pensée « je » est la première à trouver la mort,  
Pour ceux qui, par peur de la Mort,  
S'en remettent au Vainqueur de la Mort !  
Pour ces immortels par nature,  
Où donc l'idée de la Mort  
Pourrait-elle réapparaître ? 2

## *Les Quarante versets*

Chacun doit avouer la Source  
Du monde et du Moi :  
Le Seigneur, un être ineffable  
Doué d'un pouvoir (*shakti*) sans limites.

En cette étrange merveille,  
L'Un est devenu  
À la fois le spectacle et le spectateur.  
Il est l'écran et la lumière. 1

Toutes les philosophies commencent  
Par nommer ces trois principes :  
L'individu, le monde et le Soi transcendant.  
Cette triade existe nécessairement  
Tant qu'existe la pensée « je ».  
La meilleure [philosophie] est de vivre  
Sans cette pensée du « je ». 2

On dispute en vain :  
Ce [monde] est-il réalité ou illusion ?  
Est-il conscience ou matière ?  
Est-il plaisir ou douleur ?  
[Quand on le regarde de près],  
Le monde disparaît, il n'y a plus de pensée « je » :  
Libre de [ces] dilemmes,  
Telle est la vie parfaite  
À laquelle tous aspirent. 3

Tant que l'on se concevra  
Comme une forme,  
[Notre] concept de Dieu et du monde  
Aura une forme.  
Si le Soi est sans forme,  
Qui peut le voir ?  
Cette vision, oui, est Une,  
Sans limites, parfaite ! 4

Le corps est fait de cinq enveloppes.  
Comment le monde pourrait-il  
Se manifester sans lui ?  
Sans ce corps,  
Qui donc voit le monde ?  
Celui qui le voit,  
Qu'il le décrive ! 5

Le monde entier  
N'est que perception sensorielle.  
La réalité de ces perceptions est  
L'activité des cinq sens.  
L'activité des sens dépend du mental.  
Nous affirmons donc que  
Le monde *est* mental. 6

Le monde apparaît avec l'intellect  
Et disparaît en même temps que lui.  
Le monde est donc une manifestation  
De l'intellect.  
L'espace en lequel le monde et l'intellect  
Naissent et meurt est la plénitude,  
La réalité vraie, une,  
Sans naissance ni mort. 7

Admettons qu'il existe  
Des méthodes pour réaliser  
La vision du Réel,  
Des formes d'adoration du Transcendant  
À travers noms et formes.

Sache que la seule vision du Réel  
Est de vivre à jamais  
Dans la réalité vraie :  
Atteindre cet état,  
C'est atteindre le Soi. 8

Les couples de contraires  
Et toutes les triades  
Manifestent leur réalité  
En s'appuyant sur une réalité ineffable.  
Quand on les cherche,  
Tout cela disparaît.  
Pour ceux qui voient le Réel,  
Rien ne bouge jamais. 9

Comment la connaissance  
Pourrait-elle se manifester  
S'il n'y avait pas d'ignorance ?  
Sans connaissance,  
L'ignorance apparaîtrait-elle ?  
Et à qui appartiennent  
La connaissance et l'ignorance ?  
On doit le chercher, y réfléchir.  
Alors, vivre en notre essence  
Est la connaissance au sens ultime. 10

La conscience qui n'a pas conscience de soi,  
– Qui n'a pas conscience  
De Celui qui a conscience –  
Peut-elle être la conscience au sens ultime ?  
Le Soi est le fondement

À la fois de la conscience et de son contenu.  
Qui le connaît détruira les deux ! 11

Dormir n'est pas connaître.  
Saisir n'est pas connaître.  
La conscience vraie ne saisit rien.  
La conscience est autre que le sommeil  
Et la saisie des objets,  
Car la connaissance est vivante :  
Elle n'est pas vide. 12

Le Réel est le Soi qui est conscience.  
La conscience réalise des formes variées.  
Ces formes n'existent pas  
Indépendamment de la conscience.  
En ce monde, les ornements sont-ils réels  
Sans l'or et indépendamment de lui ? 13

Le « Tu » et le « Il »  
Sont basés sur le « Je ».  
Quand le « Je » est détruit  
À cause de la conscience de sa source,  
Il ne reste qu'une vie radieuse  
Pour le Soi naturel,  
Unifiée car affranchie du « Toi », du « Il » et du « Je ». 14

Le passé et l'avenir sont dans le présent.  
Si l'on néglige la réalité du présent,  
L'obsession du passé et de l'avenir  
N'est-elle pas comique,  
Comme si les gens comptaient,

Mais sans les unités ? 15

Comment peut-il être question  
De « où » et de « quand » sans « je » ?  
Le jeu de l'espace et du temps  
Ne se joue que si nous sommes un corps.  
Nous n'apparaissions nulle part, jamais.  
Mais nous apparaissions partout, toujours. 16

Le sage et l'imbécile sont pareils :  
« Le corps est le Soi ».  
Mais pour le premier,  
La lampe du Soi brille en sa plénitude  
Dans le Cœur,  
Englobant à la fois le corps et le monde.  
Alors que pour le second, la perception du Soi  
Est limitée au corps. 17

Pour l'ignorant comme pour le sage,  
L'univers existe.  
Mais pour le premier, l'univers est la seule réalité.  
Pour le second, la réalité est le fond des choses,  
L'Un débordant,  
Qui se manifeste [mais qui reste] sans forme. 18

La dispute sur la question de savoir  
Qui, du Destin ou du Libre arbitre  
[Individuel, l'emporte], n'a lieu que pour ceux  
Qui ignorent leur racine commune.  
Une fois pleinement connue  
Cette réalité qui est la source

À la fois du Destin et du Libre arbitre,  
Il n'y a plus ni Destin ni Libre arbitre. 19

Voir Dieu,  
C'est être Celui qui voit.  
Si on ne le voit pas,  
Cela reste une vision mentale.  
Il n'y a pas d'autre Être Suprême  
Que Celui qui voit.  
Le voir, c'est être absorbé  
En notre propre origine,  
C'est y vivre. 20

Regardez-vous vous-mêmes !  
Contemplez le Transcendant :  
Tel est le message reçu des Écritures.  
C'est facile car ça n'est pas un état [spécial].  
Si l'on ne se voit pas soi-même,  
À quoi bon parler de Dieu ?  
Le regarder,  
C'est devenir soi-même son aliment. 21

La lumière ultime  
S'incarne dans l'intellect  
Et brille elle-même,  
Cachée en son sein.  
L'intellect doit être tourné  
Vers l'intérieur de l'intellect,  
Ici.  
La seule vision divine  
Est l'union. 22

Le corps ne dit pas « je ».  
Durant le sommeil profond,  
Nul ne dit « je n'existais pas ».  
Quand le « je » apparaît,  
Tout apparaît.  
Avec l'intellect,  
Élucide la source du « Je ». 23

Le corps ne perçoit pas.  
Le Réel ne naît pas.  
Entre les deux, et conditionné par le corps,  
Apparaît un lien subtil,  
Le nœud du « je [suis le corps] »,  
Noué entre le corps et la conscience.  
C'est cela, l'individualité. 24

Il naît de la matière,  
Fait de matière,  
Il se nourrit de matière,  
Agité et possédé par la matière,  
Alors qu'il est lui-même immatériel.  
Dès qu'on le cherche, l'*ego* s'enfuit  
Tel un fantôme. 25

Tout ceci se manifeste  
Dès que le « je » est présent.  
Quand il disparaît,  
Plus rien ne se manifeste.  
Le « je » est donc tout ceci.  
Chercher ce « je » est la voie

De la victoire totale. 26

La vraie vie,  
C'est quand le « je » n'apparaît pas.  
Or il ne sera pas détruit tant  
Que l'on ne cherchera pas sa source avec ardeur.  
Tant qu'il n'est pas détruit,  
Comment pourrait-on vivre  
Dans l'unité de notre Soi ? 27

De même que l'on descend  
Au fond d'un puits,  
On plongera avec un intellect  
Parfaitement aiguisé.  
En contrôlant le souffle et la parole,  
Et en regardant, on trouvera la source  
De notre *ego* . 28

En plongeant en silence  
Avec notre mental,  
La quête de notre origine s'accomplira.  
C'est cela, chercher le vrai Soi.  
« Je suis ceci. Cela n'est pas mon essence. »  
Cette intuition fait partie  
De la recherche du Réel. 29

Grâce à cette ardeur,  
On atteindra Cela dans le Cœur.  
La subjectivité s'effacera, tête baissée.  
Alors un autre « Je » se manifestera clairement,  
Un « je » supérieur qui n'est pas l'ego,

Mais bien le Transcendant, le Parfait. 30

Que reste à faire  
Pour celui qui resplendit  
Après avoir dévoré l'ego ?  
Il ne perçoit rien d'autre que le Soi.  
Qui peut imaginer sa vie ? 31

Le Véda déclare clairement  
« Tu es Cela ».  
Pourtant vivre dans le Soi transcendant  
Reste inaccessible.  
Le mental ne se sent pas la force  
De poursuivre la recherche...  
Mais Cela brille à chaque instant  
Car c'est notre Soi ! 32

« Je ne me connais pas »  
Ou encore « Je me connais » :  
Ces affirmations sont ridicules.  
Ce Soi est-il divisé en deux  
À cause de la séparation entre sujet et objet ?  
L'unité de notre Soi  
Est la réalisation de l'absence de séparation. 33

Ne pas faire l'expérience de la vie  
Plongée dans le Cœur,  
Dans notre essence naturellement « réalisée »  
Qui est le royaume du Réel  
Et disputer pour savoir si [cette vie]  
Est réelle ou non, si elle a une forme ou non,

Si elle est une ou multiple,  
Est le jeu trompeur de Mâyâ. 34

La réalisation du Réel  
Est la prise de conscience  
De ce qui est [déjà] réalisé.  
Les autres réalisations sont comme des rêves.  
Une fois réveillé, comment le rêve  
Peut-il être réel ?  
Celui qui est réveillé  
Replonge t-il dans l'illusion ? 35

Tant que l'on s'identifie au corps,  
La recherche « Je suis Lui »  
Aide la Recherche ultime.  
Mais quand l'unité de notre Soi  
Est réalisée, elle devient inutile,  
Comme un homme  
Qui n'a pas besoin de savoir qu'il est un homme. 36

« Tant que l'on cherche, dualité !  
Une fois éveillé à la vérité finale, non-dualité ! »  
Cette façon de parler n'est pas bonne.  
Avant de chercher, le dixième homme  
Se croyait perdu :  
C'est le même qui s'est retrouvé ! 37<sup>1</sup>

La personne qui croit qu'elle crée du karma  
S'emprisonne et souffre le résultat du karma.  
Si elle cherche dans le Cœur  
Et se débarrasse de l'idée

Qu'elle est l'auteur des actes,  
Elle détruit les trois sortes de karma.  
C'est cela, la délivrance. 38

Tant que l'on se croit prisonnier,  
On se soucie de se délivrer.  
Mais l'on doit chercher  
« Qui est prisonnier ? »  
Quand on réalise directement notre Soi  
Toujours déjà délivré,  
On ne se soucie plus d'être prisonnier  
Ou délivré ! 39

Avec forme, sans forme  
Et douée des deux : ainsi les savants  
Disent qu'il y a trois formes de délivrance.  
L'anéantissement de la pensée « je »  
Qui examine ces trois formes  
Est la délivrance finale. 40

Ramana le grand visionnaire  
A composé en Tamoul  
Cette pure et excellente *Vision du Réel* .  
Le sage Vâsishtha<sup>2</sup> l'a traduite  
Ensuite dans la langue des immortels<sup>3</sup> . 41

La parole surnaturelle de Ramana  
Offre simplement l'essence du Réel  
À ceux qui aspirent à la délivrance.  
La parole du sage [Vâsishtha],  
Pareille à un mur,

## Fait écho à celle de Ramana. 42

1 . Allusion à une fable traditionnelle : dix hommes en voyage traversent une rivière ; Une fois de l'autre côté, ils se comptent pour être sûr que tous sont bien passés. Mais à chaque fois, ils n'en comptent que neuf ! Où est passé le dixième ? Ils cherchent partout, jusqu'à rencontrer un berger. Celui-ci les compte. Et, arrivé devant le dixième homme, ce dernier réalise qu'il est le dixième, qu'il l'a toujours été. Il avait juste oublié de se compter. Nous sommes, en réalité, le dixième homme.

2 . Ganapati Mouni.

3 . Le sanskrit.

# Choix de livres pour aller plus loin

## **Sur la vie de Ramana**

Svami B. V. Narasimha, *Biographie de Ramana Maharshi* , éditions Accarias- l'Originel

A. R. Natarajan, *Timeless in Time* , Ramana Maharshi Centre for Learning, Bangalore

## **Sur l'enseignement oral de Ramana**

Eleonore Braitendberg, *L'enseignement de Ramana Maharshi* , éditions Albin Michel

Sri Munagala Venkataramiah, *Talks with Ramana Maharshi* , Sri Ramanashramam

Devaraja Mudaliar, *Ramana Maharshi au jour le jour* , éditions Albin Michel

## **Sur l'enseignement écrit de Ramana**

Michael James, *Happiness and the Art of Being* , Trafford Publishing

Muruganar, *Padamalai : enseignements de Ramana Maharshi recueillis par Muruganar* , éditions Innerquest