

Yoga Sūtra

L'action (karma) - 3^e partie



Par Martyn Neal

Peut-on prédire des événements futurs ? Comment qualifier la qualité des actes ? Peut-on espérer un jour ne plus faire des actions qui engendreront de la souffrance ? Voilà le menu de cette troisième et dernière partie des articles sur la question de l'action dans le Yoga Sūtra de Patanjali que j'ai commencés à l'automne 2016.

En effet, j'ai présenté dans le numéro 23 d'Aperçus quelques grandes orientations de la question de l'action, notamment le schéma : désirs – tendances / habitudes – action – conséquences et comment les conséquences des actes se trouvent à la base de nouvelles actions. Avec la possibilité que, particulièrement par la méditation, nous puissions éviter de nous enchaîner dans des spirales négatives causées par la confusion, c'est-à-dire par le fait de ne pas voir clairement les choses telles qu'elles sont au moment d'agir.

Quant au dernier numéro, le 24, mon article portait sur les sūtra II, 12 à 16 où Patanjali suggère de faire gaffe au cours des actes posés maintenant pour éviter de préparer de nouvelles souffrances pas encore générées. Car l'auteur présente l'action dans cette section comme étant : ou bien libre des sources de souffrance (*klesha*) et donnant des résultats heureux, ou bien affectée par ces facteurs et donnant des résultats amers. Or, ces actions teintées des sources de souffrance produisent ces fruits amers en forme d'expériences qui, en durant plus ou moins longtemps, nous affectent dans notre façon d'être au monde. On n'en sort pas indemne en raison de l'interaction avec les autres qui sont assujettis aux mêmes lois. De plus, ces actions laissent des traces en nous qui nous tirent, comme des aimants, vers des situations susceptibles de nous offrir l'occasion de « rectifier le tir » mais où nous pouvons avoir du mal à reconnaître le lien avec l'action initiale et, rebelotte, on retombe dans le circuit. Tout cela se passe dans un contexte peu réjouissant où nous n'avons ni la possibilité de crier « Halte ! », ni celle de mettre sur « pause » le temps



de la réflexion ! Hélas, la vie, avec ces changements incessants, ses tentations, ses schémas répétitifs et son instabilité permanente peut facilement nous donner un tournis très pénible et de quoi chercher une épaule pour pleurer !

Le troisième chapitre du Yoga Sūtra expose de nombreux sujets, domaines ou objets qui peuvent servir de bases pour ce que l'auteur appelle « *samyama* », une enquête profonde, une sorte de sujet de recherche sur lequel on reviendrait dans un état méditatif de façon répétée et ce, pendant longtemps. Cette méditation peut prendre la forme d'un moment privilégié d'intériorité ou alors être un genre d'absorption dans le même sujet au cours de la vie quotidienne. L'idéal étant un va et vient entre les deux, qui se complètent et s'enrichissent mutuellement.

Dans ce contexte, au sūtra 22, Patanjali propose un sujet en rapport avec l'action. Il suggère de méditer sur les différentes vitesses à laquelle les actions sont conçues, mises en œuvre et portent fruits (*sopakramam nirupakramam ca karma tat samyamât aparanta jnānam arishtebyah vā*). Il convient de reconnaître qu'il existe des déroulements (*krama*) rapides (*sopa*) et (*ca*) d'autres lents (*nirupa*) dans le processus de l'action (*karma*). Vyāsa, le grand commentateur du texte, dans son Yoga Bhāshya fait une analogie très parlante. Il dit qu'un tissu lavé, s'il est étalé, va sécher vite, alors qu'un autre tissu, laissé en boule dans un coin, va sécher lentement. De la même façon, dans nos vies, une motivation forte donnera lieu à une mise en œuvre accélérée et produira un résultat rapidement. Et vice versa ! Par exemple, n'ayant pas eu le temps de faire cet article avant mon départ, je l'écris pendant un stage que j'anime à l'île de Sainte Marie, séparé d'un bras de mer de Madagascar, lors

Les actions teintées des sources de souffrances nous affectent dans notre façon d'être au monde

3



L'écriture avance très lentement !

d'une journée dont le programme était allégé pour permettre aux participants de profiter de l'île. Le lieu du stage est assez paradisiaque, en bord de plage sous les cocotiers. Je suis installé avec l'ordinateur sur la devanture de mon bungalow, situé à 10 mètres du lagon. Mon regard se perd à l'horizon... On m'invite à boire un coup sur une chaise longue posée sur le sable blanc fin... L'écriture avance très lentement !

4 La motivation n'est pas le seul facteur qui affecte la vitesse de l'accomplissement des actions. Des facteurs génétiques et des habitudes vont l'influencer également. Nous connaissons tous des personnes que l'on qualifie en bon Français de « speed ». Et d'autres qui vont volontiers remettre à demain ce qu'ils auraient pu faire aujourd'hui. « Mañana » disent les Espagnols. Mais mes amis irlandais perçoivent l'attitude espagnole comme quelque peu précipitée... Tout est relatif ! Les habitudes jouent aussi un rôle prépondérant dans cette question de vitesse du déroulement de l'acte. Un de mes amis est renommé pour le temps extrêmement long qu'il met à prendre n'importe quelle décision. Son esprit doit contempler toutes les possibilités avant d'engager une action. C'est son habitude. Et puis ses origines irlandaises ralentissent l'exécution de l'acte. C'est dans ses gênes. De nombreux autres facteurs entrent en jeu. Pour un accomplissement lent : des réticences, des peurs, un manque d'intérêt, un manque d'application ou de préparation, des informations insuffisantes etc. Et à l'inverse pour un déroulé rapide ! L'environnement et les circonstances particulières vont donner un coup d'accélérateur par-ci et un coup de frein par-là.

**C'est l'action sans attentes,
ni pour soi, ni pour les autres,
qui caractérise ce « ni blanc, ni noir »**

Bref, tous ces éléments et une multitude d'autres critères vont retenir notre attention dans un esprit méditatif pendant des mois et des années et vont ainsi constituer l'enquête profonde (*samyamât*) sur ce (*tat*) sujet. Nous sommes invités à considérer nos forces et nos faiblesses d'une manière lucide. Comprendre notre fonctionnement. Evaluer notre état de santé qui influence aussi nos actions. Ainsi, nous dit Patanjali, nous pourrions connaître (*jnânam*) la finalité des choses (*aparânta*). En d'autres

termes nous pourrions prédire comment et quand des choses vont se produire. Par exemple, pour quelqu'un qui, à l'approche de la retraite, a bien compris son investissement total dans son métier, il pourrait prévoir avoir un sentiment de vide et de futilité au moment de prendre celle-ci. Ainsi, la personne aurait intérêt à prévoir quelque chose qui pourrait prendre le relai et l'occuper à fond pour passer le cap.

L'auteur précise encore un autre résultat de la démarche : ou (*vâ*) on aura des présages (*arishtebhyah*), comme des signes, des augures, d'événements futurs. Souvent interprété comme le fait de connaître le moment de sa mort, cet aspect du sûtra est aussi compris comme une mise en garde, un voyant lumineux qui, en clignotant, nous amène à être plus vigilant par rapport à quelque chose de désagréable qui va se passer. Ainsi le mal au ventre peut présager de vomissements et on va vite aux toilettes.

Au début du quatrième chapitre, dans une section qui explore comment certains êtres humains ont une forte influence sur leurs congénères, Patanjali revient sur la question de l'action. Il indique que l'action (*karma*) d'un yogi accompli (*yoginah*) est « ni blanche, ni noire » (*ashukla akrshna*), alors que celle des autres (*itareshâm*) est de trois sortes (*trividham*). Cela donne au IV, 7 en sanskrit : *karmâshulâkrshnam yoginah trividham itareshâm*.

Pour le yogi accompli, dans son élan d'agir, il s'agit de constater d'une part une absence totale de motivation égocentrique et d'autre part qu'aucun résultat particulier ne soit visé. Il n'y a ni l'intention de faire du bien (*ashukla* – pas blanc), ni l'intention

de faire du mal (*akrshna* – pas noir). En fait, c'est l'action sans attentes, ni pour soi, ni pour les autres, qui caractérise ce « ni blanc, ni noir ». Nous pouvons donc, humblement, contempler nos attentes ou l'absence de celles-ci au moment de chacune de nos actions pour mesurer notre degré de « yogicité » ! Néanmoins, pour ceux d'entre nous n'ayant pas encore atteint l'état de sainteté, nous sommes autorisés à nous contenter de la préférence que nous avons peut être établie pour les actes blancs, plutôt que ceux qui sont noirs. Cela nous place parmi les trois autres catégories que cite Patanjali pour qualifier la qualité des actes. Trois ? Noir, blanc et... gris ! Et sur le nuancier, les gris sont légion ! Clairement, il est plus digne de ne pas se classer parmi les personnes dont les objectifs quand ils agissent, soient noirs. Or, comme a dit Jésus, « Que celui qui n'a jamais péché jette la première pierre ». Probablement, si l'honnêteté règne, peu de pierres seront dans les airs... Quant aux motivations blanches, faut-il sans doute s'interroger sur la qualité absolue de cette couleur. Parfois nous pouvons vouloir faire du bien tout en espérant récupérer quelque gloire ou, pire, quelque réciprocité, un retour sur investissement en quelque sorte. Alors, sans doute devinez-vous, que mon diagnostic pour la plupart d'entre nous, yogis ou non d'ailleurs, va plutôt vers une nette prédominance du gris. C'est ainsi que, dans le cheminement du yogi, il vaut mieux se satisfaire de pousser autant que faire se peut le curseur sur les nombreux gris qui existent entre le noir et le blanc. Je reviendrai là-dessus à la fin.

Au sùtra IV, 30 Patanjali signale que, quand un état de conscience particulier est atteint, alors (*tatah*) l'action (*karma*) basée sur les sources de souffrance (*klesha*) s'arrête (*nivrttih*). Le sùtra se décline ainsi : *tatah klesha karma nivrttih*. Cela signifie que les actions ne produisent pas d'enchaînements qui portent en elles des graines de souffrances futures

pour la personne. Mais cela ne signifie pas que les actions cessent. Les personnes qui parviennent à se hisser à de tels sommets sont au contraire très actives et productives, mais leurs actions servent les autres, la société et la paix dans le monde. Elles ne sont pas déçues si les résultats ne sont pas à la hauteur du service rendu. Ces personnes, et elles sont rares, ont soldé leurs dettes et ne profitent pas de leur capital, plongées qu'elles sont dans une clarté sans faille (Sùtra IV, 29). Cet état, Frans Moors le qualifie de « bain d'harmonie... un « Océan d'ordre cosmique » (*dharma*), de justice, de vertu, de grâce et de béatitude divine. »

Tant que l'on n'est pas là, considérons que des risques de faire des « *agades* » existent encore...

Au cœur de la démarche du yoga se trouve la méditation. Elle n'a de sens que si elle nous permet d'élargir nos connaissances en sagesse et nous conduise à agir d'une manière plus en adéquation avec les situations et circonstances dans lesquelles nous nous trouvons au quotidien. Ces actions au jour le jour sont inéluctablement en relation avec

les autres. L'acte n'est pas neutre. Il se dessine en interaction avec le monde, donc avec autrui. Nos actions sont souvent télé-guidées par notre passé et sortir des schémas bien huilés n'est pas chose facile, d'autant que bon nombre d'entre eux

ont été enregistrés sous l'influence des sources de souffrance (*klesha*) et nous entraînent dans le fameux cercle vicieux. Et quand on sait que l'autre est logé à la même enseigne...

C'est ainsi que, comme le disait souvent Desikachar, notre progrès dans le yoga se mesure davantage par les modifications dans notre comportement avec les autres (*yama*), constatées et vérifiées dans le chaudron de l'interaction avec le monde, que par des prouesses acquises dans les postures (*àsana*). C'est regarder où est le curseur sur le nuancier des gris.

Notre progrès dans le yoga se mesure davantage par les modifications dans notre comportement avec les autres que par des prouesses acquises dans les postures