



Journal après Journal est un bulletin e-mail destiné à faire connaître les enseignements de **Sesha** sur la Non-dualité, appliqués à la vie quotidienne.

Vous pouvez renvoyer ce bulletin à toute personne intéressée par la recherche personnelle, la connaissance de soi et la Réalité ultime.

Quand on pense on ne sait pas, et quand on sait on ne pense pas.
Sesha

Perception séquentielle duelle versus perception simultanée Non-duelle.

Parler depuis l'aspect cognitif et émettre un jugement dont le résultat serait par exemple « l'arbre est vert », demande un processus mental que nous appelons *discursif*. Par ce processus, ce qui est perçu est comparé à autre chose se trouvant déjà dans la mémoire et que nous reconnaissons, de manière à que ces deux choses (ce que nous percevons et ce que nous avons en mémoire) coïncident à travers ce que nous appelons un *jugement synthétique*. Nous appelons communément *penser* ce processus dialectique continu qui requiert obligatoirement l'apparition de l'histoire personnelle et sa reconnaissance.

Pour connaître, l'être humain pense ; pour connaître il doit mémoriser et pour cela il étudie et réfléchit ; et pour étudier et apprendre il a besoin de connaître et de penser. C'est un cercle vicieux : plus on pense, plus on pense (penser a pour effet de penser plus). On appelle *penser*, tout processus qui implique un développement intentionnel de la mémoire, et par conséquent une possibilité majeure de disposer d'éléments rationnels pour émettre des jugements. Toutefois cet acte de penser ne se produit pas dans l'instant, il implique des séquences dialectiques : la séquence de choisir, par intention personnelle, l'objet à connaître, celle de sa comparaison avec l'objet de notre mémoire, et finalement la synthèse finale. La philosophie appelle ces processus intervenant dans la connaissance : thèse, antithèse et synthèse.

Le processus Non-duel ne fonctionne pas de cette manière séquentielle mais simultanément, et la conscience se définit par l'acte de savoir et de savoir que l'on sait. Elle ne prend pas une forme individuelle exclusive, mais simultanément la forme totale du champ cognitif à connaître et de chacun de ses constituants. Comme activité cognitive, la Non-dualité est présente quand la conscience est répartie uniformément dans tout le champ (simultanément en tant que sujet et objet) et non pas dans une seule partie exclusive (que l'on appelle sujet). Ainsi dans l'acte de connaître, la conscience connaît ensemble le champ à connaître et ses innombrables formes.

Dans la perception simultanée, la connaissance ne se fait pas par une partie du champ à l'exclusion des autres, alors que c'est le cas dans la perception séquentielle différenciée, où l'on appelle sujet la partie du champ qui connaît. Dans ce cas, le sujet est le seul qui participe activement à l'activité consciente. À l'inverse, dans l'expérience cognitive Non-duelle, ce qui connaît est le champ même, et ce qui est connu sont tous les événements simultanés qui constituent ce champ. La conscience connaît et est simultanément ce qui connaît.

La nature de la conscience, aussi bien duelle que Non-duelle, est de rendre possible la connaissance, de permettre l'éclair du savoir. Nous appelons *Concentration*, la possibilité de connaître un champ fermé quelconque, c'est-à-dire une partie de savoir délimité, et d'en connaître simultanément chacun de ses constituants. Si le champ de connaissance s'élargit, (les limites du champ fermé s'ouvrent) alors la conscience connaît tout ce qui existe, reconnaissant chaque composant de l'infinitude du champ ouvert, et étant celle qui perçoit l'absolu ; nous appelons cela *Méditation*. Finalement, quand la connaissance perçoit simultanément tout ce qui est potentiellement connaissable de manière stable, nous appelons cela *Samadhi*.

Pour en savoir plus, lire *La Paradoja Divina – Sesha 2002 – Gaia Ediciones*. p. 178 à 197

Pour en savoir plus au sujet de Sesha, vous pouvez consulter sa page web www.vedantaadvaita.com sur laquelle vous trouverez des informations sur ses livres, articles, entretiens transcrits, enregistrements audio et vidéo, ainsi que le calendrier de ses ateliers et de ses cours.