

Jour après jour n° 6 Décembre 2007



*Jour après Jour 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.

Ni l'agent de perception ni l'objet ne sont stables s'ils diffèrent l'un de l'autre. (1)

Qu'est-ce qu'est l'illusion ?

L'illusion c'est admettre comme réel quelque chose qui n'existe pas. C'est affirmer que le monde différencié tel qu'il est se crée lui-même, ce qui reviendrait à dire que la partie crée la partie. La conclusion fallacieuse de cette hypothèse serait que l'illusion est fondamentale et qu'elle repose sur quelque chose d'instable.

L'illusion est maintenue par la croyance que le moi, l'ego, existe et évolue par lui-même, alors qu'il n'en est rien. Ce qui existe réellement est une existence consciente non-différenciée, dont la base est essentiellement la conscience.

Qu'est ce que l'ignorance ?

L'ignorance est le manque de compréhension que nous avons de notre nature réelle. C'est également notre conviction erronée qu'elle est changeante, qu'elle se modifie, alors qu'en réalité elle demeure toujours stable et permanente.

Le manque de discernement métaphysique nous empêche de voir ce qu'est la réalité, nous conduisant à croire que la représentation mentale que nous nous faisons du monde ou de nous même est la base de la réalité.

L'ignorance, c'est ne pas savoir qui nous sommes, ce que nous avons été ni ce que nous serons. C'est prendre nos propres convictions mentales comme le fruit parfait d'un monde dual instable.

Qui peut nous aider à méditer ?

Seule la compréhension d'un fait, d'une connaissance ou d'une action est vraiment un enseignement. Ainsi le but des enseignements est d'engendrer face à toute situation une compréhension stable, et qui s'établisse dans le temps.

Réaliser en soi l'attention méditative et l'observation correcte des pensées nous mène à la compréhension évidente et définitive que ces pensées naissent et meurent, et qu'il existe entre elles un espace vide d'attention pure. Cette compréhension, conformément à notre expérience personnelle, nous ouvre une voie de recherche et d'authenticité, une perspective précise du début de la pratique méditative.

Cette certitude méditative, cette compréhension que l'on obtient par la pratique intérieure ou extérieure de ce que nous appelons méditation, est ce que l'étudiant doit apprendre, et c'est la seule chose qui vaille la peine d'être enseignée.

Qu'est-ce qu'un maître ?

D'une part, le maître est instruit dans l'étude des livres sacrés (srutis, les livres qui contiennent la révélation divine) et d'autre part, il a fait l'expérience de l'absolu Non-duel, du Nirvikalpa Samadhi ; son dharma est de la communiquer aux autres.

Quelle est pour nous la fonction d'un maître ?

Puisque la réalité Non-duelle n'est pas transmissible intellectuellement, la fonction essentielle du maître est d'être pour le disciple une référence qui lui permette de structurer sa manière de penser et d'interpréter le monde et lui-même.

Les étudiants ont nécessairement besoin de quelqu'un qui ait parcouru ce chemin ou le connaisse en profondeur pour résoudre leurs questionnements, et pour que leurs pratiques de méditations soient fiables. Ils ont une connaissance véritablement labyrinthique de leur propre monde intérieur et il leur est très difficile de trouver une stabilité en eux-mêmes ainsi que de trouver un sens profond et agréable à la pratique méditative.

Le maître, qui est déjà passé par ce chemin confus des incertitudes métaphysiques, peut montrer une topographie claire du fonctionnement du mental dual, et sait comment aborder les inquiétudes de ses disciples dans la recherche de la réalité Non-duelle.

(1) Los Campos de Cognición – Sesha 2003, Gaia Ediciones

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.