

# Journal après journal n° 7 Janvier 2008



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.

**L'ignorance est à l'origine de la douleur; seul le savoir est capable d'interrompre les connexions de dualité qui interviennent dans l'information dont l'univers est constitué**

## Qu'est-ce que le mental ?

Le mental est un instrument de perception constitué de matière subtile et possédant des caractéristiques spécifiques. Sa particularité la plus définie et évidente est de reconnaître l'information et de la cristalliser par répétition. Ainsi, le mental n'est au fond rien de plus que de l'information qui décèle de l'information.

## Quelles sont les fonctions du mental ?

À la différence de l'occidentale, la culture orientale a pendant des millénaires poussé plus avant l'analyse subjective et la description de l'essence du mental.

Nous devons tout d'abord comprendre que le mental n'est qu'un instrument de perception au même titre que les cinq sens. Il est comparé en Orient à une activité, comme pourraient en avoir les mains, les pieds ou la langue.

Le mental (*antakarana* en sanskrit) est donc un instrument dont la nature peut être définie par quatre caractéristiques : premièrement fixer l'information reçue et éviter qu'elle soit oubliée. Cette caractéristique s'appelle *chitta* ou matière mentale ou mémoire, selon l'utilisation descriptive nécessaire.

La seconde qualité du mental s'appelle *manas* : c'est la capacité de la mémoire (*chitta*) à entrer en mouvement, et à provoquer ainsi le doute ou la comparaison entre les informations. Le raisonnement, ou processus dialectique, provient de *manas*.

La troisième se nomme *ahamkara* ou capacité d'appropriation de l'information. Elle ajoute le sens du moi, de l'appartenance ou de l'appropriation à l'information traitée par l'acte de raisonnement (*manas*).

La quatrième qualité du mental s'appelle *buddhi* ou intellect. Elle se réfère à la capacité d'« illuminer », c'est-à-dire pourvoir de conscience l'information qui a été traitée et que l'on s'est appropriée. La *buddhi* dote le processus cognitif de conscience.

Il est important de préciser que les qualités définies ci-dessus ne sont pas toujours toutes nécessaires pour qu'un savoir ou un processus cognitif aient lieu. Par exemple, dans certains états de conscience il est possible de connaître sans qu'existe le sens de *ahamkara*, et dans d'autres, sans qu'existe le sens de *manas*.

### **Quelle fonction a le mental?**

Le mental a pour fonction d'organiser l'information de manière séquentielle, de la mettre en relation, de la comparer avec celle déjà existante dans la mémoire, de créer le sentiment de possession (moi), et d'émettre des jugements dialectiques. C'est sa raison d'être.

Le mental ou *antakarana* est un instrument fait de matière subtile situé à l'intérieur des frontières corporelles, c'est pourquoi il est appelé véhicule interne. Il enregistre l'information comme le fait le disque dur d'un ordinateur et y ajoute ensuite un sentiment de propriété. Ainsi, il est possible de chercher l'information sur différentes pages, toujours de manière séquentielle, et de la rendre disponible pour être vue, entendue, touchée etc. et de se rendre ainsi conscient de l'activité et de l'information.

### **Quelles sont les fonctions que le mental ne peut pas réaliser ?**

Comme toute autre machine, le mental ne peut pas fonctionner par lui-même, c'est à dire produire son propre savoir. Celui-ci est produit par ce que nous appelons la *buddhi* ou la conscience, qualité réfléchie de l'immensité Non-duelle et qualité lucide par laquelle peut fonctionner le mental. Celui-ci ne peut pas imiter la capacité première de la conscience, et c'est pourquoi nous pouvons l'observer, avec ses modifications, quand nous situons l'attention sur la conscience même.

Pour en savoir plus sur ce sujet, lire : *El Eterno Presente Sesha* 1998 p. 191 et *Vedanta Advaita* p 40 et suivantes– *Sesha* 2005 – Gaia Ediciones

Pour en savoir plus au sujet de Sesha, vous pouvez consulter sa page web [www.vedantaadvaita.com](http://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.