

Yoga : Science de l'intégration
Addendum

Karma Siddhanta

Prashant S. Iyengar

*Interview réalisée par Jean-Marie Perre.**

Que signifie Karma Siddhanta ?

« *Karma siddhanta* » signifie littéralement « loi du *karma* ». Nous sommes tous ici sur terre – en particulier le chercheur spirituel –, pour répondre à cette question : « Pourquoi suis-je ainsi ? Pourquoi suis-je né dans ces conditions et cette situation particulières, dans cette famille, pauvre ou riche, perverse ou vertueuse, en bonne ou en mauvaise santé ? La durée de la vie est aussi un élément à considérer. Pendant la durée de notre vie, nous allons accomplir des actions (*karmas*) et notre vie est un mélange de plaisir et de peine, et d'engagement dans la vertu et le vice. La loi du *karma* vous permet de comprendre pourquoi vous avez du plaisir ou de la peine. Si vous accomplissez des actions, quand sont-elles bonnes ou mauvaises et pourquoi ? Lesquelles sont bonnes ? Lesquelles sont mauvaises ? Lesquelles sont apparemment bonnes mais, en réalité, mauvaises ? Lesquelles sont apparemment mauvaises mais, en réalité, bonnes ? Cette vision vient à travers l'étude du *karma siddhanta* et à travers la compréhension du *karma siddhanta*. Une situation peut ne pas être ce qu'elle semble. Par exemple, je peux faire quelque chose de bon pour vous, pour vous embobiner, et ensuite pouvoir vous faire du mal. Je peux donc faire une bonne action avec une mauvaise intention ou à l'inverse, une mauvaise action dans une bonne intention.

Toutes ces complications de la vie sont une énigme qui ne commence à s'éclaircir que lorsque vous lisez, étudiez et comprenez le *karma siddhanta*. Le mot-clé est « pourquoi ». Pourquoi éprouvez-vous du plaisir ? Pourquoi avez-vous de la peine ? ... Si vous avez la réponse à la question « pourquoi », la plupart de vos problèmes sont résolus. Une fois que vous connaissez la cause de la souffrance, vous pouvez entreprendre une action appropriée. Si vous connaissez la cause d'une maladie, vous pouvez prendre le médicament qui convient. Si vous connaissez la cause du plaisir – ceci est un plaisir véritable, celui-là totalement faux – et que vous savez pourquoi vous en faites l'expérience, alors les réponses viennent. Le *karma siddhanta*, vous dit, à la base, que le plaisir et la peine dont nous faisons l'expérience dans notre vie sont à mettre sur le compte des *kleshas* (afflictions). D'après Patanjali, l'expérience du plaisir et de la peine est due aux *kleshas* – avidya, l'ignorance métaphysique, *asmīta*, le sens de l'ego, *rāga*, l'attachement, *dvesha*, l'aversion, *abhinivesha*, l'instinct de survie et l'angoisse de

*Interview réalisée par Jean-Marie Perre au R.I.M.Y.I. à Pune en février 2000, au complément à « Our True Nature, Yoga an Integrated Science II ». Transcrit par Jean-Marie Perre, relu par Thessa Thiery. Traduit par Christine Perre. Disponible sur le site *Iyengar Yoga Resources* (www.iyengar-yoga.com) sous le titre « Karma Siddhanta ».

la mort. Notre vie est comme une route accidentée, avec ses hauts et ses bas. La pratique du yoga a pour but d'atténuer les *kleshas*, de sorte que le plaisir et la peine diminuent et que votre vie devienne plus douce. Pour faire l'expérience du plaisir et de la peine, vous êtes né, vous menez une vie consciente – parce que si vous êtes inconscient, vous n'allez pas faire beaucoup d'expériences – pendant une certaine durée de vie. Si vous naissez, et que la seconde d'après, vous êtes mort, votre expérience n'aura duré qu'une seconde. Si vous vivez quelque temps, vous aurez une certaine expérience. Ces trois choses sont donc nécessaires : la naissance, l'expérience à travers une vie consciente, et une certaine durée de vie.

Le *karma siddhanta* répond aux questions : « pourquoi, où et quand êtes-vous né ? et par rapport à un style de vie particulier, il vous dit aussi, par avance, ce que vous devez faire si vous voulez avoir une bonne vie. Si vous appliquez ces principes, vous aurez une bonne vie. Si vous en appliquez d'autres, vous aurez une mauvaise vie. Ainsi, d'après le *karma siddhanta*, vous savez que vous pouvez modeler votre prochaine vie et être créateur de votre prochaine vie. Si vous aimez quelque chose et que vous vous le poursuiviez, les effets seront variés. Les enfants aiment les sucreries ; ils les adorent pendant qu'ils les mangent, mais finalement, s'ils continuent – s'ils ne savent pas que manger de grandes quantités de sucre peut causer le diabète, si leurs parents les laissent faire tout ce qu'ils veulent –, ils se rendront malades. Le *karma siddhanta* vous dit que si vous continuez à commettre certains *karmas*, vous attraperez un diabète mental et vous souffrirez. En conséquence, les directives : « faites ceci et ne faites pas cela », ou « ne faites pas ceci et faites cela devraient être régies par le *karma siddhanta*. Le *karma siddhanta* nous dit que notre vie présente et toutes nos vies futures sont déterminés par les *kleshas* : vous existez aujourd'hui en fonction des *kleshas*. Vous continuez d'exister après cette vie, en fonction des *kleshas*. Le *karma siddhanta* vous aide à analyser vos *karmas*. C'est pourquoi j'utilise le mot « karmascopie ». Si vous avez une maladie, vous faites des tests, des examens cliniques, dont une radioscopie. De même, le *karma siddhanta* vous donne un moyen d'analyse – la karmascopie – qui déterminera si cet acte qui semble bon, est réellement bon ou si cet acte, qui semble mauvais, en fait ne l'est pas, mais est vraiment bon. Cela vous donne une image instantanée des *karmas* et, de même qu'avec un scanner, vous pouvez savoir si les *karmas* sont bons ou mauvais, de sorte que vous n'agissiez pas seulement en apparence.

Il existe plusieurs sortes de *karmas*. Fondamentalement, il existe des bonnes et des mauvaises actions, mais une classification nous donne beaucoup d'informations, qui vont gagner en maturité avec le temps. Pensez aux examens pathologiques et aux tests de recherche que pouvait faire la science médicale il y a trente ou quarante ans, et ce qu'ils sont à présent. Aujourd'hui, vous pouvez obtenir tant de détails. De même, la karmascopie vous donne une analyse détaillée. Même le non-faire (*non doing*) est une action – ce qui est tout à fait complexe – aussi complexe que la pathologie clinique ou chimique d'aujourd'hui. De même, la karmascopie est un sujet complexe. L'action comprend beaucoup de choses comme la non-action (*non action*), l'inaction et l'action. Vous êtes venu ici pour étudier le yoga et, pour venir ici, vous cessez d'agir chez vous. Vous avez interrompu vos cours, votre activité, votre profession. Sans arrêter de faire ce que vous faisiez, vous ne pouvez pas venir ici. Vous ne pouvez pas juste dire « j'étudie le yoga », vous devez dire « j'ai arrêté mon activité, mon enseignement, mon travail pour venir ici ». Tout ceci doit être évalué. Quelle est la conséquence du fait que vous ayez arrêté toutes ces choses ? Vous ne pouvez pas dire « je gagne ma vie en étudiant le yoga ». Et pourtant, si être un professeur de yoga est un « bon métier, vous faites encore plus de bien (en venant vous perfectionner). Mais si vous avez cessé de faire votre travail pour venir, c'est aussi une « mauvaise action : si vous deviez rester ici trois ans, que deviendrait votre famille ?

Ainsi, l'action comprend aussi la non-action. Quelquefois, l'action consiste plutôt à défaire (*undoing*) : pour ouvrir une corde, vous devez défaire le nœud. Quelque part vous devez ne pas faire, et quelque part vous devez faire... et tout ceci devient très compliqué. Rien n'est totalement dénué d'ac-

tion. Le *karma siddhanta* dit que pas un seul instant ne peut se passer sans action. A chaque instant, vous êtes en train d'agir. Même dans l'état de sommeil, vous continuez à agir. Quelque action est en train. Vous ne pouvez pas stopper vos actions pendant que vous dormez – le métabolisme est actif, le cœur aussi. Même si vous êtes inconscient, quelque chose se passe, certains *karmas* continuent. Même si vous êtes mort, les actions continuent. Même au moment de la mort, les actions ne cessent pas. Après la mort, l'action est de l'ordre de l'émigration. Vous voulez quitter ce corps et pénétrer dans un autre. Après la mort, vous devez voyager, entrer dans une matrice et naître à une nouvelle existence. Et donc, après l'émigration, vient un mouvement différent, qu'on appelle « transmigration ». Le mouvement qui se crée après la mort est un mouvement de transmigration. Et même après la mort, les actions ne s'arrêtent pas, ainsi que vous pouvez le lire dans la *Bhagavad Gîta* (III,5) : « Pas un seul instant ne se passe sans action ». Eveillé, endormi, dormant, inconscient, pleinement ou à demi-conscient, mort, en quelque état que ce soit, l'action ne s'arrête pas. L'action ne cessera qu'au moment de la libération. Jusque là, l'action sera là sous une forme ou une autre et continuera, à chaque instant. Vous devez faire attention. A aucun moment, l'action ne s'arrêtera, et une constante investigation devient pratiquement indispensable. Si vous êtes malade, vous ferez une investigation ; vous devez avoir la même attitude envers les *karmas*. La seule différence est que les *karmas* ne s'arrêtent jamais et qu'à chaque instant, vous devez investiguer. Vous devez analyser et examiner les *karmas*, et donc, la karmascopie est vraiment très importante.

Y-a-t-il un moyen particulier pour y arriver ?

C'est une conscience. C'est un état de conscience. Une fois que vous avez cette conscience, vous serez tout le temps vigilant par rapport à vos actions. Comme le l'ai dit plus tôt, les *karmas* revêtent diverses formes. Une personne peut porter toutes sortes de vêtements et de l'extérieur avoir l'air robuste, mais de l'intérieur éprouver une perte d'énergie. Les *karmas* semblent bons, mais il se peut qu'ils ne le soient pas. Le *karma siddhanta* est tout à fait vital, et le *karma* est un aspect très important de la Science du Yoga de Patanjali. Le *karma siddhanta* vous rend vigilant. Il développe en vous une conscience, une conscience karmique, pour que vous restiez en éveil en accomplissant vos *karmas*. Ainsi, vos engagements ne seront ni erronés ni pervers car vous serez vigilants. La conscience viendra, vous serez de plus en plus consciencieux. Et pour devenir plus consciencieux, vous devez faire que le *karma siddhanta* ait une influence sur votre esprit. Si vous en vous en souciez pas, vous n'obtiendrez pas cette conscience. Le *karma siddhanta* cultive l'esprit. Fondamentalement, il vous dit pourquoi vous vous trouvez dans la condition qui est la vôtre et si vous désirez une autre condition dans le futur, il vous dit ce que vous devez faire dans le présent.