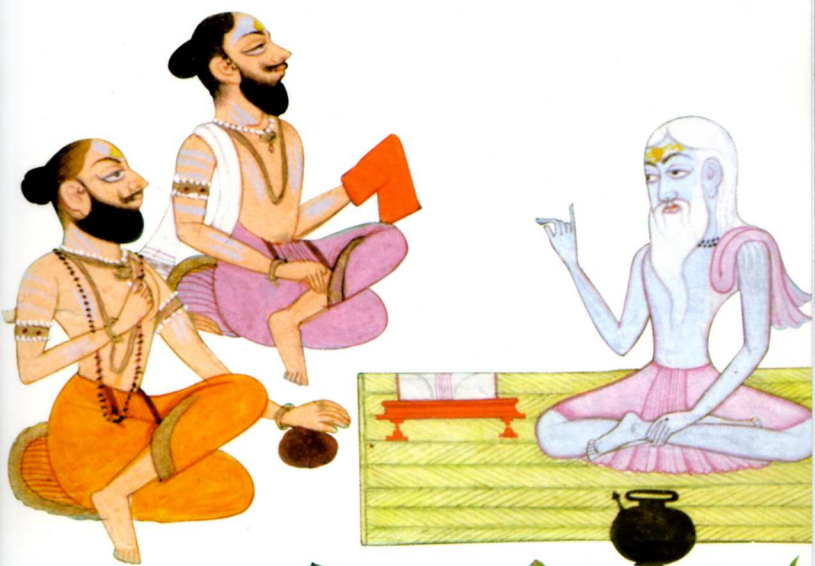


LE GUIDE DU YOGA

SHRÎ AUROBINDO



Spiritualités vivantes

Albin Michel

LE GUIDE DU YOGA

« Spiritualités vivantes »

SHRI AUROBINDO

Le guide du Yoga

Préfaces par

JEAN HERBERT et N. K. GUPTA

Albin Michel

Albin Michel
■ Spiritualités ■

*Collection « Spiritualités vivantes » dirigée
par Jean Mouttapa et Marc de Smedt*

© *Par l'âshram de Shri Aurobindo, 1951.*

© *Éditions Albin Michel, 1970 et 2007.*

Préface

Du fond de sa retraite, dans son Ashram de Pondichéry, Shrî Aurobindo, l'homme en qui Romain Rolland a salué « le plus grand penseur de l'Inde d'aujourd'hui », dirigeait un grand nombre de disciples de toutes races, de toutes religions, de tous âges, se consacrant entièrement au développement spirituel tel que le concevait le Maître. Aux questions nombreuses et infiniment variées posées constamment par tous ces disciples, Shrî Aurobindo répondait toujours par des explications et des instructions précises, envoyées dans des lettres personnelles. Bien que toutes ces indications fussent données spécifiquement pour le disciple qui les demandait à titre individuel, beaucoup d'entre elles ont cependant une portée suffisamment générale pour qu'on ait jugé utile de les publier. C'est ainsi que quatre récents volumes de Shrî Aurobindo : « The Riddle of the World » (1933), « Lights on Yoga » (1935), « Bases of Yoga » (1936) et « More Lights on Yoga » (1948) sont des recueils d'extraits de ces lettres aux disciples. Dans chaque cas, les extraits ont été choisis et groupés par l'auteur de manière à former un ensemble.

Dans « The Bases of Yoga », dont nous donnons une traduction complète faite par La Mère et approuvée par l'auteur, sont traités plus particulièrement certains problèmes immédiats devant lesquels se trouvent un jour ou l'autre tous ceux qui veulent pratiquer un vrai yoga.

Dans « *Lights on Yoga* », dont nous donnons ci-après une traduction complète par Lizelle Reymond et Jean Herbert (revue et approuvée par l'auteur lui-même), Shri Aurobindo expose les principes fondamentaux, métaphysiques et psychologiques, du but que l'on propose et du chemin que l'on suit dans son Yoga.

« *More Lights on Yoga* », dont la traduction a été faite par Jean Herbert, vient compléter « *Lights on Yoga* ».

Il faut rapprocher du présent recueil les trois volumes de « *Lettres* » de Shri Aurobindo récemment publiés¹.

Nous avons mis en tête de ce volume l'étude de Sj. Nolini Kanta Gupta qui servait d'introduction aux premières éditions françaises de « *Les Bases du Yoga* ». Cette étude, revue et approuvée par Shri Aurobindo, a été traduite en français par Suryakumari.

Comme dans l'original anglais, nous avons été obligés de conserver dans le texte un certain nombre de termes sanskrits parce qu'ils n'ont pas d'équivalents dans les langues européennes. Le lecteur se familiarisera sans doute facilement avec ceux qui reviennent le plus souvent, sâdhanâ et sâdhak, ânanda, prakriti et purusha, gunas.

Les deux glossaires de « *Lights on Yoga* » et de « *The Bases of Yoga* » ont été fondus en un seul. Les termes figurant dans « *More Lights on Yoga* » y ont été ajoutés.

Jean HERBERT.

(1) Traduction par Jean Herbert. Paris, Adyar.

Étude sur le Yoga de Shrî Aurobindo

I

On parle souvent de la conquête de la Nature. On dit même que là est la raison d'être de l'être humain. Qu'entendons-nous donc par ce terme ?

La science moderne européenne conquiert la nature d'une certaine manière. Elle a atteint quelque espèce et quelque capacité de contrôle et de conquête, et même dans certains domaines une grande capacité ; mais si grande ou frappante qu'elle puisse être sur son propre terrain, elle ne touche pas à l'homme dans sa plus profonde réalité et ne lui apporte pas de changement vrai dans sa destinée ou dans son être, car la partie la plus vitale de la nature est la région des forces de vie, les pouvoirs de maladie, de l'âge et de la mort, de lutte, d'avidité, de convoitise, tous les instincts de la brute dans l'homme, toutes les forces sombres et primitives, les forces de l'ignorance qui forment le vrai fondement de la nature et du monde et de l'homme. Ensuite, lorsque nous nous élevons dans le monde du mental, nous trouvons une région claire-obscur où le mensonge se masque en vérité, où les préjugés circulent comme des réalités, où de simples notions gouvernent comme autant d'idéals.

Telle est la nature actuelle de l'homme, avec son triple noyau du mental, de la vie et du corps, qui est

là pour être combattu et conquis. C'est la nature inférieure, dont parlent les anciens, qui maintient l'homme en bas, inexorablement dans un *dharma* inférieur, un mode de vie imparfait, la vie qui est et a été l'ordre humain ordinaire jusqu'à aujourd'hui. Aucune action humaine, qu'elle soit intéressée ou désintéressée, ne peut mouvoir cette roue de la nature, même de l'épaisseur d'un cheveu, hors du sentier qui a été tracé jadis. La nature et la société humaines ont été construites et sont gouvernées par les forces de cette nature inférieure, et quels que soient les maniements et remaniements que nous puissions faire dans ces facteurs et ces éléments apparents, le schéma général et la forme fondamentale de la vie jamais ne changent. Pour déplacer la terre (et conquérir la nature ne signifie rien moins que cela) et lui donner une autre orbite, on doit trouver un point d'appui en dehors de la terre.

Shrî Aurobindo ne prêche pas la fuite de la vie et une retraite dans l'infini passif et silencieux, comme certains activistes dans l'Inde l'en accusent ; le but de la vie n'est pas, selon lui, l'extinction de la vie. Il ne se contente pas non plus d'admettre, pour cette même raison, qu'il vaut mieux vivre la vie dans la ronde ordinaire de son *dharma* non régénéré. Si la première solution est une impasse, la seconde est un cercle vicieux ; ni l'une ni l'autre ne mène nulle part.

La *sâdhanâ* de Shrî Aurobindo part de la perception d'un pouvoir qui est au-delà de la nature ordinaire et pourtant son maître inévitable, un point d'appui, ainsi que nous l'avons dit, en dehors de la terre. Car ce qui est requis d'abord est la découverte et la manifestation dans l'homme d'une nouvelle conscience qui accomplira par la pression même et l'accomplissement de sa loi un renversement absolu de la nature de l'homme. Ce sont les asuras qui, en ce moment, sont maîtres de l'humanité, car il y a bien longtemps que l'homme se laisse créer à l'image de l'asura ; pour déloger les asuras, les dieux, dans leur souveraine puissance, doivent être forgés dans l'être humain et entrer dans le jeu. C'est une tâche prodigieuse, quelques-

uns diraient impossible ; mais elle est fort éloignée du quiétisme ou du passivisme. Shrî Aurobindo est dans la retraite, mais c'est une retraite seulement du champ extérieur des activités physiques présentes et de leurs actualités apparentes, non pas des forces et des actions vraies de la vie. C'est la retraite nécessaire à celui qui doit rentrer en lui-même pour conquérir un plan nouveau de pouvoir créateur, pour assurer une entrée directe dans le monde des forces de base, ou des réalités fondamentales, dans le cœur flamboyant des choses où toutes les actualités sont nées et prennent leur première forme, c'est la découverte d'une dynamo d'énergie prodigieuse et des moyens de la mettre au service de la vie terrestre.

II

Quand Shrî Aurobindo déclara : « Notre yoga n'est pas pour nous-même, mais pour l'humanité », un grand nombre de nos compatriotes — modernisés et occidentalisés — poussèrent un soupir de soulagement et pensèrent que la grande âme n'était pas, après tout, entièrement perdue pour le monde, et que son nom n'était pas un nom de plus à ajouter à la longue liste des sannyâsins que l'Inde a produits au cours des siècles. On comprit que son yoga était un yoga moderne, dédié au service de l'humanité. Et si ce service n'était pas toute la somme, toute la substance de sa spiritualité, c'en était tout au moins la fin profitable et la consommation. Son yoga était une sorte d'art destiné à explorer, à harnacher certains pouvoirs invisibles afin de rendre la vie humaine meilleure par un moyen qui réussirait mieux que ne peuvent espérer le faire les simples méthodes rationnelles et scientifiques.

Shrî Aurobindo vit que le cœur même de son enseignement était faussé par cette interprétation ordinaire de ses paroles. Aussi changea-t-il sa formule et dit-il : « Notre yoga n'est pas pour l'humanité, mais pour le Divin. » Je crains que ce changement de front,

cette volte-face apparente, ne soit pas bien accueilli dans certains milieux qui croient devoir abandonner tout espoir de le voir revenir travailler pour le pays ou pour le monde et en viennent à le considérer de nouveau, irrévocablement, comme un métaphysicien rêveur, éloigné des choses physiques, et même aussi stérile que l'Absolu (Brahman) Immuable.

Afin de mieux nous approcher de l'idéal pour lequel travaille Shri Aurobindo, nous pouvons réunir avec avantage les deux formules qu'il nous a données, et dire que sa mission est de trouver et d'exprimer le Divin dans l'humanité. Le service qu'il veut rendre à l'humanité, c'est de faire que le Divin s'y manifeste et s'y incarne. Son but n'est pas seulement une amélioration, mais un changement total, une transformation complète : la divinisation de la vie humaine.

Ici aussi l'on doit se garder de certains malentendus possibles. La transformation de la vie humaine ne signifie pas nécessairement que l'humanité entière sera changée en une race de dieux ou d'êtres divins ; cela veut dire l'évolution ou l'apparition sur terre d'un type supérieur d'humanité — de même que l'homme a évolué hors de l'animalité en un type supérieur d'animalité, sans que pour cela le règne animal tout entier ne soit transformé en humanité.

En ce qui concerne la possibilité d'une telle consommation — et Shri Aurobindo dit qu'elle n'est pas seulement possible, mais inévitable, — on doit se souvenir que la force qui accomplira ce résultat, et qui est déjà au travail, n'est pas un pouvoir humain individuel, si grand qu'il puisse être, mais le Divin lui-même ; c'est la propre Shakti du Divin qui travaille pour le but prédéterminé.

C'est là le cœur véritable du mystère, la clé maîtresse du problème. La venue de la race supra-humaine ou divine — si prodigieux ou miraculeux que puisse paraître le phénomène — peut devenir une chose d'actualité pratique, précisément parce que ce n'est pas l'instrument humain qui l'a entreprise, mais le Divin lui-même dans sa Puissance, sa Sagesse et son Amour

suprêmes. La descente du Divin dans la nature humaine ordinaire afin de la purifier, de la transformer et de s'y loger est tout le secret de la *sâdhanâ* dans le yoga de Shri Aurobindo. Le *sâdhak* doit seulement rester tranquille et silencieux, plein d'une aspiration calme, ouvert, consentant, réceptif à la force unique ; il n'a pas besoin, et il ne doit pas essayer, de faire des choses par un effort indépendant et personnel, mais les faire faire ou les laisser faire dans la conscience consacrée, par le Divin Maître ou Guide. Tous les autres yogas ou disciplines spirituelles dans le passé envisageaient une ascension de la conscience, sa sublimation dans la conscience de l'Esprit, sa fusion et sa dissolution finales en lui. Si même on y envisageait la descente de la Conscience divine, pour préparer sa demeure définitive dans la nature humaine dynamique et pragmatique, ce n'était pas le thème principal des efforts et des réalisations. De plus, la descente dont il est parlé ici est la descente, non pas d'une conscience divine, car il y a beaucoup de variétés de consciences divines, mais de la conscience même du Divin, du Divin lui-même, avec sa Shakti, car c'est elle qui œuvre directement pour la transformation évolutive de notre époque.

Je n'ai pas dessein ici d'entrer dans les détails quant au sens exact de la descente, à son processus, aux lignes d'activité employées et aux résultats obtenus. Car il se produit vraiment une descente réelle : la Lumière divine pénètre d'abord dans le mental et commence là son travail de purification, bien que ce soit toujours le cœur intérieur qui reconnaisse le premier l'essence divine et donne son assentiment à l'action divine. Le mental, c'est-à-dire le mental supérieur, est en effet le sommet de la conscience humaine ordinaire et reçoit plus facilement et promptement les radiations qui descendent. Du mental, la Lumière filtre dans les régions plus denses des émotions et des désirs, de l'activité de la vie et du dynamisme vital — finalement elle descend dans la matière grossière elle-même, dans le roc dur et obscur du corps physique, qui lui aussi