

Toute naissance est migration d'un niveau de conscience à un autre. « *La conscience de ce qui naît, voilà la liberté* ». Ainsi le dernier sutra du chapitre III qui passe la main au chapitre IV, intitulé Kayivalya, *la libération*



*YS III de 48 à 55 Alors, suprématie de l'esprit source, la fulgurance, l'éclair improbable (vikatrana) (48). La conscience de ce qui naît (sattva purusha) évite la confusion et produit la connaissance en toute chose (49). Une fois la graine de la confusion détruite, voilà la Libération, (50). Elle découle de la non-appropriation. Elle disconvient de tout orgueil ou importance personnelle (51). La connaissance issue du Samyam ne confond pas l'instant naissant de l'instant temporel (52). Du coup, elle distingue entre des objets pourtant identiques dans leurs genre, leur caractéristique et leur localisation (53). Telle est la connaissance suprême : jaillissante, universelle, libre des circonstances et sans attente (54). La conscience de ce qui naît, là est l'intelligence non-duelle, la liberté (55).*

### Commentaires

Le chemin ? L'évolution, la migration, le mouvement, le changement. Il n'est jamais à venir. Il est toujours là, émergeant à chaque pas, naissant à chaque pas. A chaque sombre, il est là. Chaque nuit, il attend au pied du lit. Il surprend comme l'aurore. Ainsi l'éveil : transhumance, migration, évolution. Par nature, la **conscience de ce qui naît** est sans histoire, elle n'a pas de passé. Elle est inévitable. Silencieuse, elle ne demande rien. Et pourtant elle donne tout.

L'éveil est jaillissement, migration. D'un monde à un autre. D'une énergie à une autre. D'un niveau de conscience à un autre. Le changement/mouvement/migration est inévitable. Le dénie en est souffrance. J'ai vu des libres penseurs tourner en rond. J'ai vu des penseurs ficelés à leurs convictions. Camper définitivement sur leur position. J'ai vu des impatients courir pour la paix. J'ai même vu des pacifistes déclarer la guerre la guerre.

### Pratiques

Postures, pranayama, assise. Invitation à observer le jaillissement, la naissance. Sans modèle, sans note. Sans guide, sans professeur ni intervention extérieure. Invitation à pratiquer sans commentaire ni appréciation. « Je » ne sait pas quelle posture va émerger, quel chant se lève, quelle danse va se déployer. « Je » ne sait rien d'une respiration labellisée yoga. Ne rien savoir, ni de ce qui vient ni de ce qui convient. Ne rien prédire du silence. Laisser aller, accueillir la pratique divine.

### Citations

Tant qu'il y a identification au personnage, tant que l'on est persuadé que l'on est une personne séparée, le travail de « nettoyage » va à l'encontre de ce que l'on cherche puisque cela ne fait que renforcer le sentiment d'être une personne séparée qui essaie d'effacer quelque chose d'elle-même. Elle cherche à l'extérieur, veut découvrir le *purusha*, commettant l'erreur de transformer le sujet en objet. **François Lorin**-*Rencontres nationales bisannuelles de l'IFY - Saint-Raphaël - mai 2015.*