

Le Pratyabhijnahridayam

Traduit par **DIDIER JORAND**

N° 1 – La suprême *CHITTI*, dans son indépendance et sa liberté absolue est la cause des pouvoirs de l'univers.

N° 2 – Par le pouvoir de son être propre, elle déploie l'univers sur son propre écran.

N° 3 – L'univers est manifesté (et expérimenté) à cause de la différenciation et l'adaptation réciproque entre les sujets et les objets.

N° 4 – Quand *Chitti* se contracte, elle devient le *JIVA* (sujet individuel) et a pour forme l'univers.

N° 5 – *Chitti*, elle-même, descend de l'état de conscience cosmique pour devenir le mental qui se contracte lui-même en fonction des objets qu'il perçoit.

N° 6 – L'illusion du connaisseur est la nature de *Chitta*.

N° 7 – Et bien qu'elle soit une, *Chitti* devient double, triple, quadruple et de la nature des sept constituants.

N° 8 – Les différentes positions des systèmes de philosophie sont uniquement les différents rôles qu'assume le SOI.

N° 9 – C'est parce que la *Shakti* suprême se limite, que le Soi qui est toute conscience devient un individu limité enchaîné à la roue du devenir.

N° 10 – Même à l'état individuel, le Soi accomplit ses cinq grandes fonctions.

N° 11 – Ce sont : l'émanation, le maintient, la grâce, l'absorption et la dissolution.

N° 12 – Être un transmigrant signifie que l'on est tenu en illusion par le propre pouvoir du Soi, à cause de l'ignorance que l'on est l'acteur des cinq grandes fonctions.

N° 13 – En ayant conscience de cela (que le Soi est l'acteur des cinq actions) *Chitta* par un mouvement d'involution redevient *Chitti* en s'élevant au niveau de la Conscience infinie.

N° 14 – Le feu de *Chitti*, quand il descend au stade inférieur, bien que couvert (par le voile de *maya*), brûle partiellement le combustible du connu.

N° 15 – En acquérant le pouvoir inhérent à *Chitti*, le chercheur assimile l'univers à lui-même.

N° 16 – Quand la béatitude de *Chit* est atteinte, la conscience et la pure lumière du Soi fusionnent pendant que le corps est vécu. Cet état est celui du *Jivanmukta*.

N° 17 – Par le déploiement de la *Kundalini* dans la *Sushumna*, on obtient la béatitude de *Chit*.

N° 18 – Les moyens de libérer la *Kundalini* sont : la dissolution de la dualité, la contraction et le déploiement de l'énergie, la maîtrise d'*Ida* et *Pingala*, la méditation sur les extrémités, etc..

N° 19 – En *Vyutthana* qui est plein à la suite du *Samadhi*, il y a la réalisation d'un *samadhi* permanent en identifiant notre complexe psycho-somatique au Soi.

N° 20 – [Quand cela est réalisé] Il en résulte l'absorption dans le pur JE dont l'essence est toute faite de Lumière et d'Amour et qui possède le pouvoir du grand *mantra*. Là, se réalise aussi la maîtrise sur le groupe des Déités de la conscience responsable des émanations et des résorptions de l'univers.

Telle est la nature de Shiva.

Centre de Yoga Intégral

27, rue de gerland

39300 Cize

Tél.: 03 84 52 17 2