

# *L'art de mourir dans l'hindouïsme*

*par Vigyânânand (Dr Jacques Vigne)*

*asatoma sat gamaya  
tamasoma jyotir gamaya  
mrityorma amritamgamaya*

Mène-nous du non-être à l'être  
mène-nous des ténèbres à la lumière  
mène-nous de la mort à l'immortalité

Il y a plusieurs types de mort. Nos cellules par exemple sont régulièrement amenées à mourir pour le renouvellement des tissus. Nos sensations naissent, se développent et meurent et il en va de même pour nos émotions, que nous le voulions ou non. Il y a bien sûr la mort du corps et cette petite mort qu'est la méditation profonde avec l'union à l'absolu qu'elle entraîne, même si elle reste incomplète et temporaire. Celle-là est comme un traitement homéopathique, elle permet de nous libérer de la peur à propos de la fin de notre corps physique.

Certains sages considéraient la mort comme une éventualité risible. Par ailleurs, dans la physiologie traditionnelle de l'Inde, on dit d'habitude que l'énergie rentre à l'intérieur, monte au sommet de la tête et sort par là au moment de la mort. Cependant, pour un sage déjà réalisé, sa conscience est omniprésente, elle n'a plus besoin de monter au moment de la mort, on dit dans une Upanishad : *na utkramati*, "elle n'opère pas d'ascension."

Le mot samâdhi désigne à la fois le processus intériorisation complète, le retrait total de la conscience au-dedans, et la mort d'un sage, ainsi que par extension son tombeau.

Une part des pratiques classiques des ascètes consiste à méditer sur l'impermanence du corps : il y a moins de trois mois, j'étais en retraite dans un petit monastère bouddhiste théravada dans la jungle de Ceylan, je logeais dans un bâtiment d'une dizaine de chambres avec des moines en formation, dont toutes les portes s'ouvraient sur une véranda. À une extrémité de celle-ci, y avait un bouddha doré et à l'autre, un vrai squelette pendu à un gibet comme dans une salle d'anatomie. A chaque fois qu'on devait aller aux toilettes, on frôlait en tournant à l'extrémité de la véranda le squelette, qui vous saluait en vous souriant de toutes ses dents... Il faut se souvenir que la psychologie cognitive insiste beaucoup sur le recadrage de nos petits problèmes intimes afin de les voir dans leur dimensions réelles. La méditation sur la mort est le recadrage le plus fondamental, à côté de laquelle la poussière des soucis de la vie mondaine apparaît pour ce qu'elle est. Les jeunes moines qui passaient tous les jours devant le squelette étaient joyeux, mais leur bonheur intérieur n'était pas associé à de l'excitation superficielle, il avait de la profondeur.

Non seulement le Yoga, mais aussi le bouddhisme et l'ensemble de l'Orient ne croient pas à la résurrection de la chair; en fait, personne dans ces religions n'y accordent de l'importance. Cela est dû à plusieurs raisons :

- Cette croyance ne correspond-elle pas déjà à un matérialisme spirituel, qui tente de renouer avec ses attachements et ses plaisirs liés à un corps donné en le retrouvant tels quels?

- La croyance en la résurrection est directement liée au passage à l'acte du martyr, et celui-ci est facilement récupéré politiquement. L'actualité récente est pleine de ce genre d'événements, et on peut voir facilement quelles séries de violences, quelles épidémies de psychoses paranoïaques en découlent.

-. Du point de vue psychologique, on peut critiquer la croyance en la résurrection comme un "délire dans le domaine de son désir". Certains pourraient dire que la loi du karma est aussi critiquable, cependant, on peut facilement vérifier l'enchaînement des causes et des conséquences dans la vie quotidienne et dans le monde des sciences, alors qu'on n'a pas d'exemple de résurrection de la chair, à part celui d'un fils de charpentier de Galilée dont la vie est perdue dans la brume des légendes. Swami Ramatirtha, un grand yogi de l'Himalaya qui a été aussi scientifique et professeur de mathématiques à l'université exprimait clairement qu'il trouvait étonnant que l'Occident ait suspendu toute sa foi à ce qui a dû être au mieux un exploit chamanique, s'il a jamais existé.<sup>1</sup>

- Du point de vue de védanta, il y a trois attachements qui sont destinés à partir en même temps : celui au corps, au maître spirituel et au Dieu personnel. Ce n'est qu'à ce moment-là que la libération complète sera atteinte.

- Si l'Orient croit en une résurrection, c'est à la manière des gnostiques en celle de l'homme intérieur, d'expérience en expérience et même d'instant en instant.

Que l'Orient ne manifeste pas d'intérêts dans l'idée de résurrection de la chair ne veut pas dire pour autant qu'il en tombe dans le nihilisme. Pour ses sages et ses philosophes, cette fascination pour le néant apparaît déjà comme une affirmation illogique : si l'on affirme "je pense que tout est néant", cela signifie obligatoirement qu'il y a un "je" qui existe. C'est donc une contradiction de départ.

- du point de vue psychologique, le nihilisme peut trop facilement déboucher sur un hédonisme vide, et en fait masquer une dépression. Ceux qui noircissent des milliers de pages pour parler de leur désespoir métaphysique peuvent aussi être soupçonnés d'hystérie : ils attirent l'attention du reste de l'humanité sur une souffrance qu'ils ont en fait eux-mêmes fabriquée, et veulent recevoir une reconnaissance affective et des bénéfices secondaires grâce à cela. En réalité, même parmi les écoles de philosophie occidentales, la plupart des penseurs reconnaissent par inférence logique l'existence d'un absolu avec bien sûr des variations à son propos d'un philosophe à l'autre.

En introduisant les stades de vie en couple dans la forêt (vânaprastha) et celui de renoncement complet (sannyâsa), la pensée religieuse de l'Inde a préparé naturellement les sujets au grand détachement de la mort. Elle dit que c'est la nature du dernier désir qui projette comme un tremplin l'âme dans un nouveau corps donné, c'est pour cela qu'elle prépare ce dernier moment en habituant la conscience à la libération des liens, et à ne s'attacher qu'au Un sans attachement.

*Vigyânânand (Jacques Vigne)*

*Bénarès, le 4 février 2005, Vasant Panchami (la fête du printemps)*

*Pour la revue Infos Yoga*

---

<sup>1</sup> *Le soleil du Soi - Vie et oeuvre de Swâmî Râmâtîrtha* éditions Accarias, 2005

