

[Extrait de la revue « Message du Vedanta »]

Lors d'une émission à la télévision, consacrée à Sigmund Freud, les présentateurs ont donné des précisions quant à sa contribution dans le domaine de la maladie mentale. Il y a eu une époque où les malades n'étaient pas reconnus en tant que tels. Ils ont été les victimes de l'ignorance concernant le mental, surtout pour ce qui touche à la Conscience. De ce fait beaucoup de malades, qui auraient pu être soulagés grâce à des soins appropriés, ont subi des mauvais traitements, voire des tortures, de la part de gens qui croyaient que les causes des troubles du comportement résident en dehors des individus, lesquels étaient les victimes de séjours abusifs des mauvais esprits qui s'emparent de leur corps ou bien des envoûtements etc. On frappait les malades pour faire partir les mauvais esprits comme on tape sur une couverture pour faire tomber la poussière.

L'idée de les soigner comme des malades était quasiment inexistante, elle persiste encore aujourd'hui. Moi-même j'ai été victime d'un paranoïaque. Lorsque je m'apprêtais à porter plainte contre mon agresseur, en vue de faire examiner son état de santé, j'ai rencontré une vive résistance de la part d'une personne de mon entourage, qui en a été indignée et selon laquelle la maladie mentale en soi n'existe pas, l'individu est troublé par des causes extérieures. Pour m'en dissuader, il m'a proposé, au lieu de porter plainte, une cérémonie rituelle pour chasser les mauvais esprits habitant dans le corps de mon agresseur.

Tenant compte de cette situation chaotique, la contribution de Sigmund Freud a été énorme. Selon ses précisions concernant l'origine des troubles du comportement, les individus ont été considérés comme des malades à part entière portant la racine de leur maladie en eux-mêmes et bénéficiant de thérapies appropriées.

Une présentatrice, à la fin de cette émission, a fait quelques remarques qui méritent de retenir notre attention et qui doivent être approfondies. Elle a dit, d'une part, que les maladies disparues reviennent sous un autre aspect. Après la disparition, par exemple, de la syphilis, c'est le sida qui est venu à sa place. À mon avis cela est valable également pour les troubles mentaux. D'autre part, elle a dit : l'homme est une conscience, mais pour en prendre conscience, il faut être déjà une conscience.

Les maladies se produisent dans une condition psycho-biologique donnée. Une pathologie, même guérie, peut revenir dans la même condition que celle dans laquelle elle s'est produite. Une bronchite même bien soignée peut se reproduire dans la même condition d'affaiblissement des défenses immunitaires. Telle est la loi de la vie. Mais la question est de savoir pourquoi on accepterait des disciplines de toutes sortes pour éviter des maladies. On est venu dans ce monde pour avoir du plaisir. Rester bien portant, au prix d'être privé de bien des plaisirs, n'a aucun sens, dans cette condition la vie ne mérite pas d'être vécue. Telle est la réflexion de beaucoup de candidats résignés à accepter des maladies inévitables.

Interrogé par un journaliste, un monsieur qui fréquentait des prostituées répondit à ses questions : Pour éviter le sida, pourquoi n'utilisez-vous pas des préservatifs ? Réponse : pourquoi faire ? Journaliste : Vous savez bien ce que vous risquez ! Réponse : bien sûr, mais on ne peut pas manger des bonbons avec leur emballage !

On met dans la balance le fait d'être privé de beaucoup de jouissances et de vivre seulement comme un être bien portant. La première option paraît plus lourde à supporter, même absurde, car on ne sait pas à quoi il sert de vivre seulement en tant qu'individu bien portant.

Voilà la grande question dont beaucoup de gens ignorent l'existence-même, ils en cherchent encore moins la réponse, car derrière cette question se cachent beaucoup d'autres questions, plus importantes encore, en face desquelles on pratique la politique de l'autruche. Une fois, lors de ma visite dans un hôpital, j'ai vu un homme âgé, couché sur un brancard, entouré des membres de sa famille, crier très fort : " Je veux mourir, je veux mourir ! " Il y a là un malentendu : en effet, il ne voulait pas mourir, mais souhaitait plutôt ne pas vivre en souffrance, il aspirait à vivre dans la joie. De quelle joie s'agit-il ? D'une joie qui n'est surtout pas fugitive. Si l'on avait pu le soigner et lui rendre sa capacité de vivre normalement, il aurait repris son rôle de bon vivant, sans prêter attention à des questions qui auraient pu troubler son esprit tranquille.

Les questions fondamentales que tout homme est censé se poser pour mieux comprendre la raison de vivre sont les suivantes : Quelle est la réalité de l'homme qui veut vivre dans la joie et qui devient assujéti à la souffrance par voie de conséquence ? Quel est le but réel de la vie ? Pourquoi l'homme est-il entré dans le processus d'incarnation ?... La maladie et la souffrance sont les conséquences de l'absence d'approfondissement de ces questions. Une condition psycho-biologique donnée est considérée comme une maladie lorsqu'elle cause des souffrances à la conscience, la notion de 'Je', est affectée et l'individu cherche à s'en débarrasser. En ce sens une pathologie mentale, une fois soulagée, revient sous une autre forme si l'on n'y a pas remédié à la base.

Une prévention absolue n'est pas réalisable et nous n'avons pas non plus la maîtrise totale sur tous les événements pouvant provoquer des maladies. Mais la maîtrise des maladies, en tant que conséquence de notre philosophie de vie, est à notre portée. Le malade est celui qui souffre et qui cherche à se débarrasser de sa souffrance. C'est la conscience individualisée, la notion de 'Je' qui souffre et cherche à détruire la souffrance. C'est la Conscience qui est l'objet principal de notre investigation. C'est cela qui a été souligné par la présentatrice de l'émission lorsqu'elle a dit : " L'homme est une conscience, mais pour en prendre conscience, il faut être déjà une conscience. "

Une maladie, par définition, est un malaise auquel l'individu ne veut pas s'identifier. Dans ce sens les pathologies mentales sont aussi des maladies. Certains malaises mentaux, pour lesquels on a trouvé un soulagement, continuent à exister sous une autre forme. Un sentiment de privation aigu est une des causes de la pathologie mentale entraînant des troubles du comportement, la perte de la joie de vivre... Pendant longtemps les gens ont souffert de privations dans le domaine de la sexualité, à cause des interdits, des " qu'en dira-t-on ", des menaces de punition... À l'âge de la puberté, si un individu faible reste privé de relations sexuelles pendant longtemps, cela peut entraîner un déséquilibre mental.

Aujourd'hui les tabous sont tombés, les menaces n'existent plus, la liberté sexuelle est acquise. N'importe qui peut avoir des relations sexuelles avec n'importe qui par consentement mutuel, en bref, un lourd fardeau a disparu, la voie de la joie de vivre est ouverte, même les octogénaires peuvent très bien ne pas être privés de ces jouissances, grâce aux traitements médicaux et aux produits pharmaceutiques appropriés...

Et, pourtant, le malaise, l'angoisse persistent, même chez les gens munis des moyens de jouir. La possibilité d'être frustré a disparu grâce à la liberté acquise, socialement parlant, mais l'angoisse continue à exister dans le subconscient. Aujourd'hui, un individu âgé peut jouir comme un jeune homme grâce à la capacité acquise artificiellement au moyen de produits pharmaceutiques, récemment découverts, mais l'angoisse causée par la perspective de l'arrêt définitif de la jouissance, un jour, ne le quitte jamais. Dans son subconscient, il entretient cette angoisse au moment même de sa jouissance. *

Un jour, une jeune femme de vingt-huit ans, jolie, bien mariée, mère d'un enfant, m'a fait la confession suivante : " Swami, je ne peux pas accepter que ce qu'on fait aujourd'hui, la sexualité, tout ça on ne pourra plus le faire quand on aura quatre-vingt ans. " Cette jeune femme ne profitait même pas pleinement de sa joie de vivre dans le présent. Ce malaise se manifeste aussi bien pendant la frustration qu'après la liberté sexuelle acquise, sous forme d'angoisse, de perte définitive de la capacité de jouir un jour.

Ce phénomène trouve une explication. Quel que soit l'état de l'ego, la frustration, la joie de vivre et l'angoisse relative à la peur de perdre un jour sa capacité de jouir, tous ces états ont une base commune, l'identité de l'individu. L'individu qui s'identifie exclusivement à son corps et à son mental vit sur cette base. Tous les états de l'ego sont la suite logique du maintien de cette identité. La joie de vivre réalisée sur la base de cette identité a pour complément les deux autres états.

Une maladie, par définition, est une anomalie. Si une chose, qui doit fonctionner d'une certaine façon, ne remplit pas sa fonction normale, elle est considérée comme malade. Si le poumon, par exemple, ne fonctionne pas normalement et cause de la souffrance, c'est parce qu'il est malade. De la même manière, la Conscience est censée exister dans la joie, par sa nature même. Si elle n'apparaît pas dans l'incarnation en tant que telle, c'est que l'incarnation est une maladie en soi.** C'est la raison pour laquelle la réalité de la Conscience doit être approfondie en vue de déceler la vraie condition dans laquelle la Conscience n'apparaît plus comme une joie imperturbable.

Lorsque la présentatrice a affirmé que " l'homme est une conscience ", cette dernière, la notion de 'Je', de toute évidence, est entachée d'une caractéristique matérielle, à cause de son changement et de sa perceptibilité. Il s'agit de son mental. Tous les états du mental changent par leur nature même et ces changements sont perceptibles sous forme de joies, de souffrances, de stress... L'identité de l'homme non avisé se borne presque à son mental. Notre recherche de la cause des troubles du comportement s'arrête à ce niveau d'identité.

Cette situation peut être illustrée par l'exemple suivant : Lorsqu'un forgeron donne l'aspect d'un bâton à un fer incandescent, le feu prend l'aspect du bâton à cause de son association avec le fer. De la même manière, c'est le mental qui se transforme en sentiments reconnus comme ceux d'un individu équilibré et ces mêmes sentiments prennent l'aspect pathologique lorsqu'il y a excès. Tout individu porte en lui la racine d'un état pathologique.

La pathologie mentale concerne l'individu qui s'identifie exclusivement à l'état d'auteur et celui d'expérimentateur, sans prendre conscience qu'il a une autre réalité, la Conscience Pure, voilée illusoirement par son identité empirique, basée sur le milieu mental.

C'est au sein de ce dernier que résident tous les sentiments : toutes les ambitions, l'exaltation en cas d'accomplissement, l'effondrement en cas d'échec, la violence contre les autres en cas de contrariété... Tous ces sentiments sont des modifications du mental et constituent la base potentielle de la pathologie du comportement, donc de la souffrance qui est une maladie en soi, du fait qu'elle est la "contre nature" de la Conscience.

Cette dernière se manifeste dans le cas de l'Ignorance concernant l'identité de l'individu. Cette Ignorance porte préjudice à la psychothérapie. Cette dernière doit comporter une compréhension globale de l'individu, y compris de la réalité de la Conscience Pure, confondue avec le mental dont certaines transformations sont considérées comme pathologiques et classées dans telle ou telle catégorie, selon le degré de trouble du comportement, schizophrénie, paranoïa etc. En l'absence de la connaissance suprême de l'être humain, en cas de crise, l'individu ne pourra recourir à aucune réalité de lui-même qui se situe au-dessus de la zone du trouble mental.

Lors de ma visite à l'hôpital psychiatrique de Ranci, en Inde, interrogé par moi, le directeur m'a affirmé brièvement que les troubles mentaux peuvent être provoqués par trois sortes de causes : Sentiment de privation, sentiment de frustration et sentiment de culpabilité. Ces sentiments, qui sont tout ce qu'il y a de plus banal, font partie de notre vie quotidienne sans que nous nous rendions compte que leur excès nous fait sortir de la réalité, entraînant ainsi une grande souffrance dans la vie.

On constate que beaucoup de gens considérés comme sains d'esprit se comportent à un moment donné comme des aliénés. Des germes d'aliénation sont-ils inhérents au mental d'un être humain ? Lorsqu'un individu sort de son état dit " équilibré " et attire l'attention des autres à cause de son trouble du comportement, c'est déjà trop tard, les soins médicaux deviennent inévitables. C'est comme le cancer qui est détecté toujours trop tard, alors que détecté à temps, il aurait pu être soigné.

Quels sont les signes précurseurs du futur état d'aliénation ? Il n'y en a pas, car les porteurs de ces signes sont des individus considérés dans la société comme des êtres équilibrés. Un peu de frustration par ci, un peu de colère par là, un peu de violence sans importance... Qui se méfie d'un individu manifestant ces signes ? La vie deviendrait invivable. Tout ceci est normal, mais ce qui est préjudiciable c'est d'ignorer le garde fou.

En l'absence de la connaissance globale de l'individu et de la Paix vécue quotidiennement, l'homme ne sera pas en mesure de détecter le début qui passe quasiment inaperçu, de sa déviation mentale vers l'irréalité. Dans cette condition, l'individu se trouvera dans l'incapacité de gérer ses pensées et ses comportements conformément à la réalité suprême de la Conscience en l'absence de référence de cette dernière. L'éducation habituelle de l'individu ne lui permet pas de constater que la Conscience a un niveau où elle ne perdra jamais la joie en tant que sa nature propre.

La souffrance est une maladie en soi si l'on tient compte de la nature réelle de la Conscience Pure. La souffrance ne peut pas être classée en deux catégories : la souffrance propre aux gens équilibrés, humaine, naturelle et celle des malades mentaux, car la souffrance est une conséquence de la pathologie de l'identité. L'individu, qu'il soit équilibré ou un malade mental, s'identifie à un corps et à un mental. On a constaté que les souffrances considérées comme étant celles des aliénés sont toutes en relation avec une vive contrariété dans le domaine du plaisir corporel et mental.

Lorsque la souffrance d'un individu perturbera sa propre vie et celle des personnes de son entourage, c'est alors seulement que les autres s'occuperont de lui, analyseront son cas sur le plan médical, le soigneront avec des neuroleptiques etc. L'individu n'est pas en mesure de détecter le début du glissement de sa pensée vers l'irréalité, par conséquent il ne peut pas non plus se ressaisir pour éviter des souffrances, car on se ressaisit seulement lorsqu'on s'appuie sur une réalité supérieure de Soi, un Soi qui se trouve en dehors du champ des conflits causés par son identité avec un corps et un mental, à savoir la Conscience Pure.

Or, l'individu non avisé ou matérialiste n'a pas préalablement cette Connaissance de Soi. Il se trouve au pied du mur, ses pensées deviennent stériles en cas de crise causée par ses ambitions non réalisables. Il fait une dépense excessive de son énergie pour entretenir ses pensées qui ne trouveront pas de solution à ses crises par la réalité. Par conséquent, à cause de son énergie réduite, il ne peut plus gérer en harmonie ses éléments positifs, son sens critique, ses relations avec les autres...

À quel moment dans la vie doit-on acquérir cette haute connaissance de Soi qui est le garde fou par excellence contre tout glissement vers la souffrance mentale incontrôlable ? Est-ce lorsque le mal est déjà arrivé ? Il est difficile de l'envisager, car pour l'acquérir il lui faut un minimum de sérénité. L'emploi de neuroleptiques sera immédiatement nécessaire pour éviter des dégâts.

La connaissance de Soi n'est pas comparable à un remède ponctuel auquel on a recours uniquement lorsqu'on est souffrant, à l'instar de l'aspirine qu'on consomme seulement lorsqu'on a mal à la tête et dont on arrête la consommation une fois que le mal de tête a disparu. La connaissance de Soi protège l'individu contre la souffrance qui cherche à franchir le seuil de sa sérénité, à cause de son inattention, mais à condition que cette connaissance juste de Soi fasse partie de sa vie quotidienne, de sa connaissance principale.

La Connaissance Suprême de Soi met quotidiennement toutes les joies sensorielles que l'individu vit spontanément et instinctivement à leur juste place. Grâce à cette Connaissance, vécue parallèlement à la joie de vivre de tous les jours, l'individu ne perd jamais de vue la réalité fondamentale de la Conscience, à savoir que la joie, comme la nature de cette dernière, est indépendante de tous les éléments extérieurs. Lorsque ces derniers cessent d'exister, la joie de la Conscience Pure continue à exister.

L'homme non avisé, passionné par la joie de vivre, qui est prêt à payer n'importe quel prix, bien matériel, santé, injustice envers les autres, serait contrarié. Il dirait plutôt : " Cette haute Connaissance de Soi va gâcher tout notre plaisir de bien vivre, ce n'est pas elle qui va résoudre tous les problèmes qui m'accablent chaque jour, cette joie naturelle de la Conscience est l'ennemie de mes ambitions... " La pratique de la politique de l'autruche devient très spontanée. Mais la loi de cause et effet du mental ne change pas de feuille de route pour autant.

Pour expliquer la violence gratuite envers les autres, certains psychiatres reconnaissent aujourd'hui la pathologie de la relation, mais la reconnaissance de la pathologie de l'identité n'est pas encore à l'ordre du jour. Or, toute autre forme de pathologie dérive de cette pathologie de base.

C'est la raison pour laquelle les sages des Upanisad ont vivement conseillé de vivre selon la Réalité de la Conscience Pure, car la souffrance est une pathologie et cette dernière est une déviation de la réalité de la Conscience.

Observation

* Dans la condition habituelle l'individu fait la distinction entre les sentiments de joie et de souffrance. Au moment de son expérience le sentiment de joie n'est pas reconnu en tant que souffrance, mais en réalité la joie contient aussi des éléments de souffrance si on l'approfondit. Le sage qui cherche à connaître la cause réelle de l'incarnation découvre dans le silence mental les aspects de la souffrance du sentiment éprouvé en tant que joie. Ces aspects sont décrits dans les Yoga Sutra de Patanjali. La joie est considérée comme une souffrance pour les raisons suivantes :

- La Joie se transforme en souffrance à un autre moment et dans une autre circonstance.
- Lorsqu'on obtient de la joie en infligeant de la souffrance aux autres, cela crée dans le subconscient un malaise, une mauvaise conscience malgré l'apparence d'être en joie. L'individu n'arrivera pas à vivre parfaitement en Paix.
- Une expérience de joie crée des empreintes et pousse l'homme à la renouveler continuellement, mais il n'est pas sûr de pouvoir réaliser toujours toutes les joies auxquelles il est attaché. En cas de non accomplissement, il sera frustré et en souffrira.
- Un objet qui donne de la joie à un individu à un moment donné deviendra la source de sa souffrance à cause du combat perpétuel entre les éléments composant son mental (voir Samkhya Karika).

** L'incarnation est en soi une maladie, en ce sens que toutes les expériences faites par le corps et les sens sont entachées de dualité et de souffrance. Ces expériences sont contre-nature par rapport à la Conscience Pure, la réalité fondamentale de l'individu qui est la Paix.