Penser et ses gradations

Croyances et mirage de la conviction acquise

Une croyance est une allégation non vérifiée : elle peut être vraie ou fausse, nous n'avons pas les moyens de tout vérifier ni de tout savoir. Au cours de notre éducation, nous avons admis une grande quantité de faits, donc de croyances ; nous avons pu vérifier quelques éléments comme le calcul, des expériences de physique, de chimie, ou d'anatomie. Les adultes savent, puis les autorités savent, puis les experts savent. Nous découvrons parfois que les savants ne savent pas, cherchent ou ignorent encore : ce sont les véritables chercheurs. Nous découvrons parfois que certains parlent fort et ne savent pas ou même mentent. Donc à qui se fier ?

En ce début de 21ème siècle, la confusion intellectuelle grandit, car tout est remis en question, il y a toujours quelqu'un pour dire que les produits sont toxiques, que certains intérêts sont cachés, ou que simplement les produits ne sont pas valables à 100 % mais à 90%, avec des effets secondaires, etc. Cette confusion nous renvoie à nous-mêmes, et aussi à un choix basique de la gestion de connaissance : dois-je acquérir la connaissance ou me fier à une source externe ? Quel effort dépenser pour m'assurer de ma compréhension ? Ou inversement, comment économiser la recherche pour conforter ma vision du monde ?

La tentation est grande alors de ne retenir que les faits ou arguments qui vont dans le sens déjà acquis. Je n'ai plus d'effort à penser. C'est donc pour une question d'économie de pensée et de confort émotionnel qu'il est facile de s'en tenir au pli des choix déjà effectués, de la vision déjà construite, de ma conception du monde. Une remise en cause est pénible et coûteuse. Faut-il réinventer le monde chaque matin ? Faut-il repenser ? C'est vivre, mais s'en tenir à ce que je sais est tellement reposant.

Par paresse mentale, par confort émotionnel, une tendance est donc de s'en tenir au cocon des arguments bien connus. Ce confort soutient un mécanisme affectif qui déforme la réalité et empêche de voir les faits gênants : c'est un mirage, on peut le nommer mirage de la conviction acquise. Un mirage est connu parce qu'il déforme la vision, mais fait voir des choses qui n'existent pas ; il entretient le confort de l'égo : un mirage a toujours un bénéfice affectif.

Les croyances sont alors maintenues contre vents et marées ; des arguments surgissent pour justifier ma position ou bien je les emprunte à d'autres, sans chercher à vérifier la compétence ou validité de leur auteur. La psychanalyse a appelé ces justifications des rationalisations : un raisonnement décore alors une position choisie pour un motif affectif, bref la pensée sert le désir.

Il est donc utile et important d'étudier la pensée et le mental. La pensée, telle que nous l'entendons ici, est générale et impersonnelle, elle exprime une loi (généralité) qui vient avec l'âge de raison. Il ne s'agit plus de parler dans des circonstances particulières, encore moins personnelles, mais d'avoir une vision d'ensemble, de prendre du recul en dehors de tout intérêt particulier. Si une pensée est générale, elle doit s'appliquer dans tous les cas ou bien il faut expliquer pourquoi cette exception se produit.

Le mental est la faculté de compréhension, de trouver le sens de ce qui se passe, donc d'expliquer le phénomène (ce qui apparaît) et non seulement de le reproduire ou le simuler. Comprendre prendre avec soi, lire en lui ou *intelligere* : lire dans ce mouvement.

Mental concret : étoile à 6 branches

Le mental concret désigne le mental avec ses contenus, donc les pensées en tant que formes et leur auteur : celui qui façonne ces pensées. Nous verrons que le mental a aussi une partie dite abstraite ou sans forme. La tradition théosophique illustre le mental concret par une étoile à 6 branches [CF:400 et LMO:6, CF:396, MB:553, R1:262], comment comprendre cela ?

Une étoile à 6 branches est composée de 2 triangles entrelacés, l'un pointe en haut, l'autre pointe en bas. Le triangle pointe en bas aboutit à un résultat concret qui exprime la dualité au-dessus ; ce point inférieur ancre, concrétise et dirige l'action en résultat de la réflexion. Le triangle pointe en haut indique l'abstraction qui unifie la paire d'opposés,

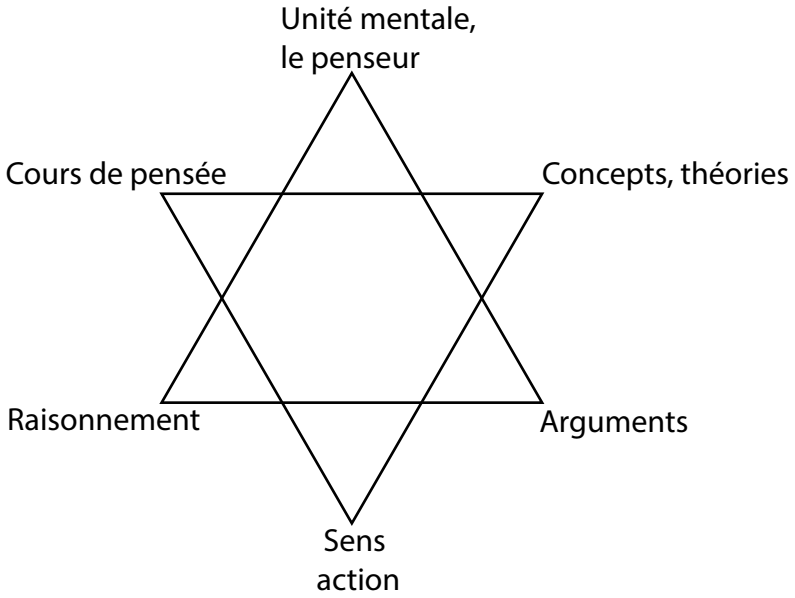
c’est le facteur commun, peut-être l’origine de ces deux facteurs plus denses. Étudions donc ces 6 points.

Le triangle pointe en haut a pour sommet l’unité mentale, l’adulte, le penseur dans sa conscience de veille, celui qui décide. C’est le sujet de l’attention, ce qui dirige la personnalité, elle inclut l’affectif et le sensoriel avec leurs actions correspondantes. Cette unité manie la dualité entre dynamique et statique, soit entre le raisonnement et les arguments ou notions.

Le triangle pointe en bas repose sur le sens, car celui-ci est la base du mental. Ce sens suppose le mouvement, il est lié à une action, qu’elle soit physique ou intellectuelle. Les deux sommets de ce triangle représentent les polarités dynamique / statique, l’une est proche de celle du sujet, l’autre de l’objet. Le pôle dynamique peut être appelé le cours de pensée, pensée discursive ou les tourbillons de pensée, citta-vritti selon Patanjali, et le pôle statique représente les concepts, croyances ou théories. Le cours de pensée est ce qui se déroule dans la conscience du penseur, avec des aperçus ou idées, des raisonnements qui sont des fils conducteurs, des conclusions.

Le cours de pensée n’est pas lié à l’unité active sur l’étoile, ce qui signifie que, bien souvent, le dit penseur assiste au cours de pensée, il ne l’a pas voulu ni construit : ce cours se développe indépendamment de lui, car la substance mentale est active par elle-même et agite les formes qui émergent en son sein. Ce cours de pensée peut être motivé par un sentiment, un souvenir ou un élément intellectuel ; ce cours peut alors ruminer, ressasser, décanter ce souvenir ou affiner l’élément intellectuel.

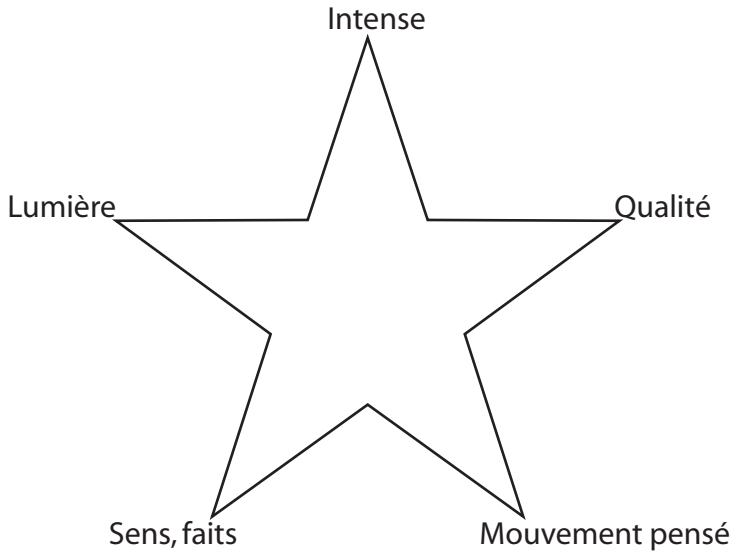
Pourtant l’effort à fournir par le penseur sera de diriger son attention, d’orienter ce cours et de choisir, c’est-à-dire accepter ou rejeter les idées ou faits qui se présentent à lui. Jung décrit le processus d’individuation, qui consiste à se libérer des conditionnements sociaux, éducatifs et familiaux. Ici il s’agit, dans le temps présent et, non dans le cycle individuel, de s’individualiser, de revenir à celui qui pense, qui observe et décide ; il s’agit donc d’aller vers le penseur, le soi, personnalité et pas encore de découvrir le Soi, foyer de la psyché qui englobe, guide et anime le petit soi.



Penser : l'ensemble de la substance mentale

Première approche

Le mental est l'instrument de compréhension, mais l'on peut aussi considérer qu'il s'agit d'une substance à laquelle nous participons activement ou que nous subissons parfois quand nous la laissons s'agiter en nous. Patanjali a étudié en profondeur le mental et ses stances ont beau être concises, elles témoignent d'une grande pénétration d'esprit. La tradition yogique, cabalistique et théosophique associe le chiffre 5 à l'Homme, Humain – Manas, au Penseur. L'étoile à 5 branches représente l'homme, les pieds écartés dans la dualité, les bras étendus – ouverture et la tête dans l'unité au sommet.



Sur le schéma ci-dessus, aux pieds de l'étoile à 5 branches se trouve la dualité : tel concept s'oppose à tel autre, le statique ou le sens s'oppose au dynamique soit le mouvement pensé. À un niveau plus fin, la conscience d'être soi, un individu, s'efface pour laisser place à ce rayonnement, qui passe à travers nous. Jung, Assagioli, Rudhyar parlaient du Soi transpersonnel, ce qui passe à travers la personne - *persona* signifiant masque. Le rayonnement s'inscrit dans la branche horizontale de l'étoile à 5 branches, l'autre extrémité étant la qualité, soit la qualité émise par soi, soit la qualité captée chez les autres ; il n'est alors plus question des personnes. Au sommet, la tension d'être nourrit l'at-tention ou tension vers le monde : l'intensité du jet d'attention en provient.

L'ensemble de la substance mentale comprend des niveaux formels avec des contenus, comme nous l'avons vu, et des niveaux sans forme, lumineux et inclusifs. À tous ses niveaux, la substance est réceptive, support en mouvement mais elle inclut aussi l'action et l'acteur en son sein. Cet acteur émet l'attention, perçoit le frémissement de la pensée ; on pourrait le comparer à un nageur dans l'océan : agissant au sein d'un élément beaucoup plus vaste.

Niveaux et fonctions dans la pensée

On peut repérer plusieurs niveaux ; le plus bas est le sens, la base de toute activité mentale. Le fait de nommer les choses, de leur affecter un nom, et donc de repérer des notions (terme qui nous semble le plus approprié) constitue le socle ; ces notions sont les éléments de base telles des pierres dans la pensée.

Un niveau plus fin et plus fluide est le raisonnement qui part d'une hypothèse de départ pour arriver à une conclusion : déduction, comparaison, etc.

Un niveau déjà plus abstrait concerne les nœuds de signification que l'on peut appeler concepts. Les raisonnements autour de ces nœuds constituent un réseau ; souvent une théorie est nommée selon ce concept, telle la théorie de la relativité ou de la gravitation universelle, le mythe d'Œdipe, l'ADN pour la génétique, …

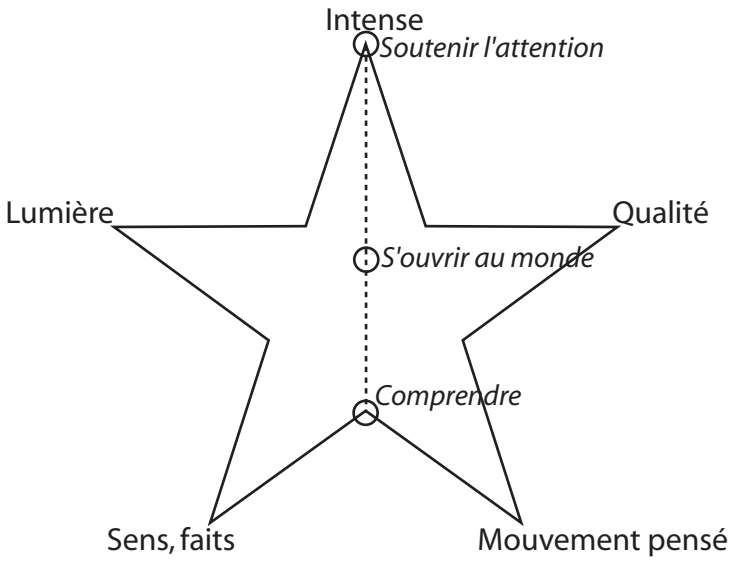
L'unité mentale, le je qui perçoit au présent, le centre de la conscience de veille se situe à un niveau plus fin et plus pénétrant, elle reste séparée des autres, fondant l'identité du sujet, certaine d'elle-même dans le jet qui la traverse. Et pourtant elle est déjà réceptive à des valeurs ou idées impersonnelles.

Ces 4 niveaux correspondent relativement aux 4 niveaux que repère l'étoile à 6 branches du mental concret.

Comme l'a dit Héraclite "Le logos dont l'oracle est à Delphes, ne dit ni ne dissimule, il indique." Le langage évoque, mais reste un voile.

Le mental concret, le penseur dans sa conscience de veille comprend, manie la pensée, la suit et discerne, il œuvre dans la dualité, entre divers concepts, idées, notions : son raisonnement va de l'une à l'autre. À ce niveau, il s'absorbe dans sa réflexion, il prend à lui ce flux de pensée. Penser, suivre le cours de pensée et en changer comme l'on change d'images ou de films, de chaines de TV, c'est se situer à la rencontre des 2 points à la base de l'étoile.

Le je qui observe, simplement présent, l'unité mentale, le décideur, qui assume ses choix et oriente l'action, est proche de la branche horizontale, la conscience s'est déjà élevée, elle s'ouvre au monde, c'est l'éveil, la conscience de veille ; la conscience s'éclaircit, entre dans une certaine clarté, même si la lumière n'est pas encore pleinement perçue, contactée ni émise. "Je comprends" indique l'auteur qui prend à lui le concept, l'assimile mais le dépasse ; le penseur réalise qu'il comprend, il supervise la perception du sens et la prend à soi ; cette pulsation entre le penseur et le sens, entre l'individu pensant et la compréhension produit la lumière de la compréhension, la lumière que l'on voit briller dans les yeux, traduisant la joie éprouvée à ce moment. Ainsi en lisant un livre, je comprends le texte (je le suis), mais la lumière s'éclaire lorsque je saisis l'idée d'une phrase ou d'un paragraphe.



Derrière ce jet d'attention qui nous rend présent, se trouve une source d'attention qui enregistre aussi la perception, source de conscience à la fois émettrice et réceptrice. L'observateur pouvait observer sa pensée, se voir pensant ; ici à la source, il soutient cette activité, l'alimente et fournit l'énergie. Le penseur se sait alors la source de lumière consciente au centre de son être.

En ce centre, la tension d'être jaillit en attention ; elle stimule finement, élargit, illumine la conscience de veille. L'image de la lumière dans la tête lorsque jaillit une idée exprime une réalité, on peut s'exercer à ce contact et il devient une présence qui subsiste à l'arrière-plan quelles que soient les activités.

Dans une perspective plus vaste que l'instant présent, le sujet (sous le jet) se reconnaît le Penseur de l'incarnation, ce qui décide d'entrer dans ce cycle, dans ce monde, s'accorde à la tension d'être, qui nourrit l'attention.

Puis le point de conscience s'installe au centre de l'étoile unifiant les 3 niveaux, intégrant toute l'étoile, rayonnant son éclat. La compréhension s'établit, dans la sphère cognitive. Il s'agit bien d'aligner ces 3 fonctions, en effet le Penseur du cycle ou tension d'être s'il ne manie pas la pensée n'a pas de moyen ; l'observateur reste ouvert à tout sans moyen d'action, sans discernement s'il ne saisit pas une conception. Il s'agit donc d'unir les 3 niveaux, alors le Penseur devient opérant, il vient au monde, s'ouvre et oriente l'attention.

Élargissement à 7 niveaux

Selon la tradition théosophique, tout niveau de substance se subdivise en 7.

Notions ou nommer les choses constituent la base, niveau 7 du mental ; raisonnement, cette activité fluide établissant un chemin entre hypothèse et conclusion constitue le niveau 6. Le concept, du latin *concepi* pris avec soi, est la pensée prise à soi, un nœud du réseau de significations ; à ce stade c'est manier la pensée, comprendre, 5ème niveau.

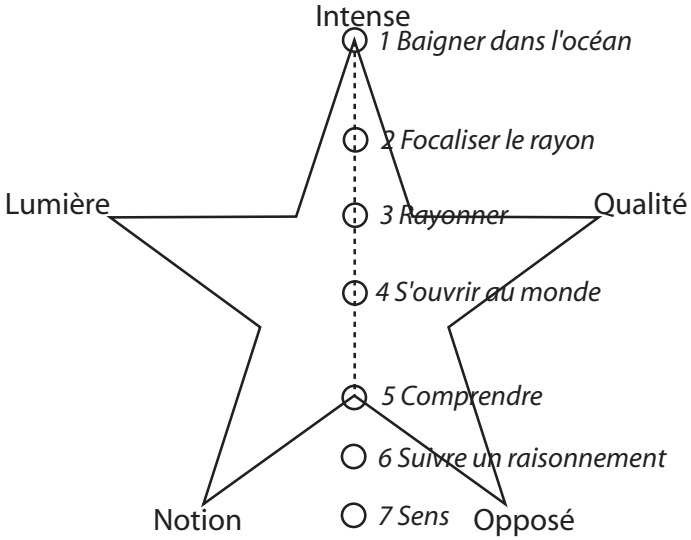
L'unité mentale, le je présent simplement observant, s'ouvrir au monde, se situe au niveau 4, intermédiaire entre les niveaux formels dotés de contenus et les niveaux sans forme, plus abstraits, plus fins, plus lumineux.

La source de conscience qui soutient l'attention rayonne la lumière telle un soleil et l'on retrouve ici l'image de la lumière dans la tête lorsque l'on comprend enfin, mais cette lumière est alors plus vive. C'est le 3ème niveau sans forme, sans opposition, car différents soleils peuvent rayonner sans se gêner.

Mais ce soleil diffuse une lumière incohérente, désordonnée en direction comme en phase. Il existe donc un niveau plus fin, plus intense (le 2ème), de lumière cohérente analogue au rayon laser. Pour rendre cette lumière cohérente, synchronisée en fréquence, phase comme en direction, il faut intensifier cette émission ; cette tension est perçue comme volonté. Ce n'est bien sûr ni une volonté musculaire, ni la détermination, mais un facteur surgissant du centre de l'être et soutenant l'attention.

Enfin le rayonnement se propage dans l'espace, il y a donc une impression de distance du point d'émission à l'horizon. Mais l'espace sous-tend tout ce rayonnement, et le premier niveau est celui de l'espace mental : des courants de pensée peuvent se propager, l'être est un relais, un récepteur ; alors au lieu de penser, de rayonner dans l'espace, c'est plutôt l'espace qui pense en nous ; tel un nageur dans l'océan, nous évoluons au sein de cette pensée universelle sans sujet précis, nous sommes transportés dans ces courants et pourtant l'individu peut focaliser, puis exprimer et formuler ce qui lui vient à l'esprit ; il ne se perd ni ne se noie, toujours conscient et responsable de ses actes, il capte l'inspiration puis transmet sa compréhension.

Au début, le je, l'unité mentale, perçoit une lumière qu'il situe au sommet, dans l'unité. Avec l'entrainement, le contact devient régulier, et une intensité plus grande se fait jour. La source de conscience apparaît comme rayonnante, au niveau de l'extension, puis l'intensité se dévoile encore plus grande. Les niveaux dans l'étoile prennent une autre position relative.

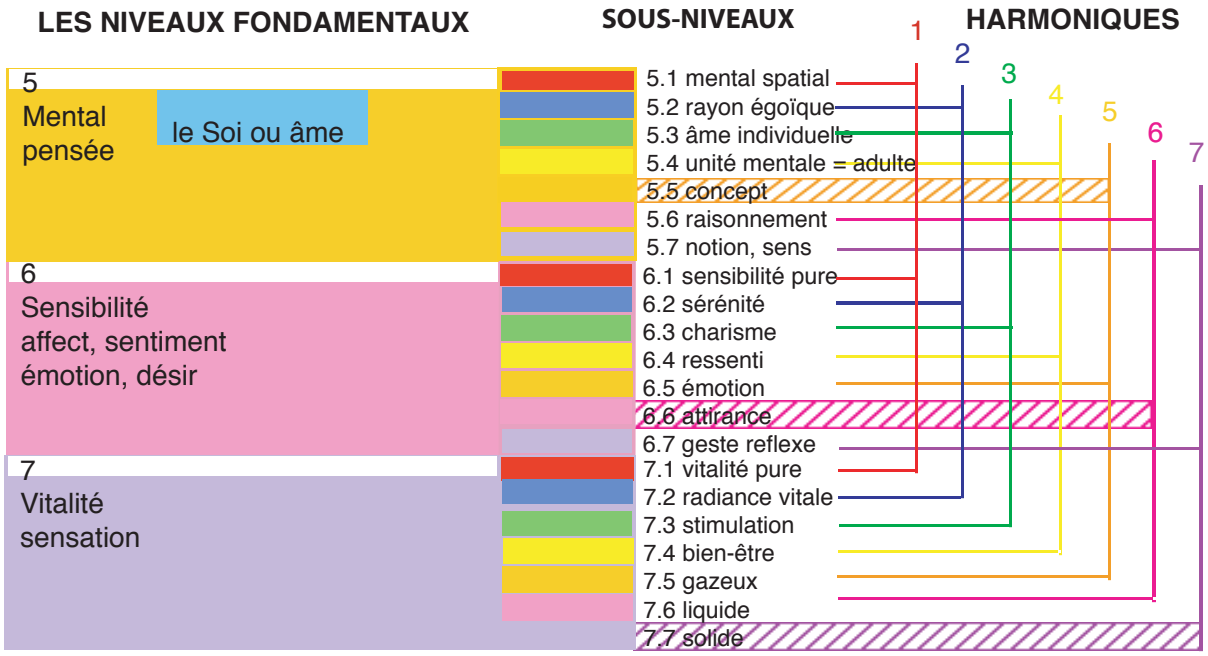


Utilité des harmoniques

Puisqu'un niveau de la substance vivante se subdivise en 7, on peut repérer une correspondance entre chacun des sous-niveaux. Les niveaux de pensée peuvent être confirmés par la sensation de vitalité et par l'état affectif. Nous l'avons vu, le 4ème niveau marque un équilibre entre les 3 du haut, plus fins et intenses, et les 3 du bas, plus grossiers et lourds. Le je simplement présent, "en pleine conscience" selon le terme à la mode, est dans un état émotionnel, calme, équilibré, et son corps est relaxé en détente. L'individu absorbé dans sa pensée a une respiration plus lourde, plus restreinte et le sentiment d'être rempli par cette préoccupation ; inversement il peut être envahi par une émotion ou chargé par un sentiment dont il peut parfois, percevoir le poids, la pensée se fait lourde, elle ne décolle pas ; ceci correspond au 5ème niveau.

Au 3ème niveau, au contact de la lumière intérieure, la fatigue disparaît, une fraîcheur revigorante se fait sentir et la joie pousse à aller vers les autres.

On peut donc partir de l'état de la conscience mentale, pensée, pour observer vitalité et ressenti ou partir du ressenti et de la sensation pour repérer le niveau de la pensée.



En quoi l'inspiration diffère d'un cours de pensée ?

Par cours de pensée, nous entendons ici des contenus - pensées ou images – qui défilent dans la tête. L'inspiration jaillit dans le conscience tel un nouveau courant qui va se préciser et se formuler par la suite. Tous deux viennent de l'extérieur de la conscience, mais l'un a un contenu, l'autre demeure abstrait. L'un a une forme, l'illumination est une lumière, l'inspiration un souffle.

Cours de pensée	forme en mouvement
Concept ou théorie	contenu
Unité mentale	décideur, celui qui se sait individu
Illumination	rayonne la lumière
Inspiration	idée directrice qui suscite une recherche

Une illustration marine peut aider à clarifier ces points :

- L'inspiration est un souffle qui pousse le bateau
- L'illumination éclaire la mer calme
- L'unité mentale est à la barre
- Le cours de pensée est un courant qui entraine, fait dériver l'esquif
- Le concept est un ilot rocheux ou une balise.

Ces concepts peuvent être des archétypes culturels (anglo-saxon, latin, celte, arabe, asiatique), nationaux, sociaux ou familiaux.

Ces cours de pensée constituent des courants, tourbillons ou ressacs qui secouent le bateau ; ils ne font pas penser ; ils s'imposent. Ils peuvent revenir en ritournelle, comme un mantra maintes fois répété ou une neuvaine avec 108 'Je vous salue Marie' ; c'est du passé.

Donc remarquons ce qui apparaît en conscience, comment se forment nos opinions et nos paroles. Présupposés, croyances sont inévitables, mais collectifs et dangereux. Cherchons à penser.

Conclusion

La gestion des connaissances a abordé le contenu intellectuel et son évolution. Ce document présente une stratification des niveaux de conscience – dans le mental. Il reste beaucoup à explorer, étudier, assimiler à ces niveaux. C'est dans la lumière que peut se faire toute avancée, toujours plus vive, plus consciente, plus stimulante. Tout l'aspect dynamique de progression via des méthodes, protocoles, expériences reste à développer, même si ces strates de mental reposent et suggèrent implicitement une expérience. Utilisons donc nos capacités pour avancer dans la lumière, pour comprendre ce qui se passe dans l'acte de penser.

Références

En voici quelques-unes.
Bailey Alice, Lettres sur la méditation occulte, LMO
Traité sur le Feu cosmique, CF
Traité sur les 7 rayons, R1
Blavatsky Hélène, La doctrine Secrète
Bouchart d'Orval Jean, Patanjali et les yogas sutras
Chaumette Yves, La paix est action
Jung Carl Gustav, Types psychologiques
Yoganusasanam, Les Yoga sutras de Patanjali, Courrier du Livre,