

À la RECHERCHE du SOI

UN COURS POUR RECEVOIR LES ENSEIGNEMENTS DE LA MÉDITATION SIDDHA YOGA

VOLUME 1
LEÇON 41

Cher ami,

Dans sa version de 1981, cette leçon comportait un long exposé sur les *Yoga Sutras* de Patanjali. C'était une leçon qui permettait de bien comprendre l'esprit, mais assez intellectuelle et ardue toutefois.

Les leçons contiennent tout ce que chacun souhaite y trouver. Il en est sur l'amour pour les bhakti yogis, sur le séva pour les karma yogis, sur la philosophie pour les jnani yogis, enfin sur la méditation et autres techniques mentales pour les raja yogis.

Quelle que soit la voie suivie, restons centrés sur l'essence commune à tous les yogas. Bien entendu, le Siddha Yoga est tel qu'il les englobe tous, et qu'il englobe également toutes les façons de pratiquer la spiritualité, mais son fondement reste toujours le même.

Fondamentalement, la spiritualité considère que tout est le jeu de la Conscience. Chacun est, au même titre que les autres, une expression de cette Conscience divine qui a la saveur de l'amour. Celui qui est centré sur l'amour est centré sur le Soi. Ce n'est pas une démarche intellectuelle, car tout se passe au niveau du cœur. Bien que l'enseignement du Cours s'adresse à l'esprit, c'est le cœur qui s'ouvre progressivement à un niveau plus profond.

Il est important de comprendre l'esprit, et ce Cours nous en donne tous les moyens. L'esprit n'est pas différent de l'individu. Nous sommes ce que nous croyons être ; l'expérience de l'individu n'est que le reflet de l'esprit, nous ne pouvons pas penser une chose et en vivre une autre.

Si on ne comprend pas l'esprit, il est difficile de comprendre pourquoi sa vie se déroule comme elle le fait. L'esprit est à la racine de tout karma ; la plupart des gens ne réalisent pas que les choses arrivent parce qu'ils ne cessent d'y *penser*. Rare est celui qui comprend que ce qui l'affecte vient de ce qu'il pense et non de la situation elle-même.

Il existe quelque chose au-delà de l'esprit lui-même ; l'individu n'est que le reflet de son esprit, aussi, aller au-delà de l'esprit, c'est aller dépasser l'individu, mais nous avons tendance à penser que cela nous mène au-delà de la conscience, comme si le fait de passer à un état transcendant allait nous faire entrer en transe ou nous égarer !

©Edition originale en anglais : 1985, 1990 SYDA Foundation®

©Edition en français : 1987, 1992 SYDA Foundation®. Tous droits réservés

Toute reproduction intégrale ou partielle de ce document ne peut être faite sans autorisation écrite préalable.

(Swami) MUKTANANDA. (Swami) CHIDVILASANANDA, GURUMAYI, SIDDHA YOGA, MÉDITATION SIDDHA, PERLE BLEUE et DARSHAN sont des marques déposées de SYDA Foundation®.

Imprimé et diffusé par SARASWATI, 24 rue Ste Croix de la Bretonnerie. 75004 Paris. Tel.: 01 40 29 09 80

La Conscience universelle demeure bien sûr toujours en nous, elle n'est pas endormie ; seule l'attention que nous lui portons peut l'être, comme si, en lisant à la lueur d'une lampe en plein jour, nous pouvions oublier la lumière du soleil. La lampe peut nous aider à mieux lire, mais elle n'ajoute rien à la lumière du jour.

De même, l'esprit ou la conscience individuelle nous permettent d'agir en ce monde mais n'ajoutent rien à la Conscience universelle. La Conscience intérieure est consciente de l'esprit ; elle connaît les pensées mais n'en est pas affectée. Seul l'ego est touché par ce que pense l'esprit.

Ainsi, un aspect de la sadhana consiste à nous appréhender nous-mêmes en tant que cette Conscience universelle (qui est au-delà de l'esprit et nullement affectée par lui), et non en tant qu'individus limités, tributaires de toutes les pensées de l'esprit. Plus le coeur s'ouvre, plus le mental est en porte-à-faux. Alors que notre sentiment intérieur grandit, nos pensées perdent progressivement leur attrait. Tant que nous sommes sous l'emprise de l'esprit, nous demeurons prisonniers de nos samskaras. Quand nous nous libérons de l'esprit, la conscience du véritable Soi se révèle alors spontanément, libérant la voie obstruée par l'ego dont nous nous libérons. Gurumayi a dit : *" Tout ce qui nous sépare de Dieu s'appelle l'ego "*.

Aller au-delà de l'ego, c'est simplement aller au-delà de l'identification à ce personnage que nous sommes. C'est une façon différente de vivre sa vie, de percevoir et d'expérimenter les choses. Nous pensons que les autres voient le monde comme nous, mais celui qui est conscient des plans intérieurs voit des choses que nous n'avons pas coutume de voir.

Vous vous souvenez peut-être de cette citation du *Vivekachudamani*, où Shankaracharya disait : *" Celui qui connaît l'Atman est un être affranchi. Rempli de gloire, il est le plus grand parmi les grands. Les choses que perçoivent ses sens ne lui causent ni plaisir, ni douleur : il n'y est pas attaché, mais il ne les fuit pas. Il ne s'identifie pas à son corps, mais il demeure en lui, s'en servant comme d'un véhicule. Si les gens lui prodiguent confort et luxe, il en jouit comme un enfant.*

Il ne porte aucune marque extérieure de sainteté. Parfois il a l'air d'un fou, parfois d'un sage. Parfois son éclat est celui d'un roi, parfois il passe pour un simple d'esprit. Parfois il est calme et silencieux, parfois il attire à lui les foules. Parfois les gens le vénèrent et parfois ils l'insultent ou l'ignorent. C'est ainsi que vit une âme illuminée.

Il agit sans être lié par ses actes. Il recueille les fruits de ses actions antérieures sans en être affecté. Il a l'air d'un individu, pourtant, il est présent en tout et partout. Il reste indifférent au plaisir comme à la souffrance, au bien comme au mal. Son corps se déplace parmi les objets extérieurs ; il donne l'impression de jouir ou de souffrir du résultat de ses actions antérieures, tout comme l'ignorant, et pourtant il demeure dans ce corps en tant que témoin calme et détaché. De même que l'acteur qui joue son rôle reste lui-même, celui qui connaît Brahman reste toujours Brahman et rien d'autre ".

Cette citation vous paraîtra peut-être simple ou étrange, mais chacune de ses phrases a une grande portée. A mesure que nous progresserons dans le Cours, elle prendra de plus en plus de sens pour nous. Il est très difficile de comprendre ce que peut être un état de Conscience plus développé avant de l'avoir expérimenté. C'est comme si un enfant voulait comprendre l'état

d'adulte : il ne ferait que projeter ses idées d'enfant. De même, lorsque nous essayons d'imaginer ce que pourrait être un état de plus grande conscience, nous faisons une projection à partir de notre état actuel.

Seul celui qui est déjà dans cet état peut nous aider. Ainsi, en lisant des paroles comme celles de Shankaracharya, nous pouvons avoir un aperçu de l'état d'un être pleinement conscient. Il décrit les choses comme elles sont, et le fait qu'elles aient été prononcées il y a quelques siècles ne change rien à leur portée. La société peut progresser sur le plan technologique, nous donnant l'illusion d'être plus *civilisés*, mais les grands êtres ne changent pas. Intérieurement, ils se ressemblent tous, mais ils ont souvent des comportements différents et peuvent même n'avoir aucun point commun en apparence. Leur personnalité, leur style, leur *bhava* peuvent être différents. Baba n'était-il pas différent de Bhagavan Nityananda ? Et Gurumayi n'est-elle pas différente de Baba et de Bhagavan Nityananda ? Ainsi, les manifestations extérieures des grands êtres sont aussi variées que celles de toute autre personne, mais leur état intérieur est le même.

La question suivante revient toujours : Comment savoir si l'on connaît le Soi ? Depuis des années, on a beaucoup écrit à ce sujet ; par exemple : le Guru est-il le seul dans le Siddha Yoga à connaître le Soi ? Est-il le seul Siddha ? Quelqu'un d'autre peut-il être Siddha ? Y-a-t-il d'autres êtres illuminés ? Si le Siddha Yoga est efficace, d'autres ne devraient-ils pas enfin connaître le Soi ? Vous avez peut-être aussi des questions à ce sujet.

Quand quelqu'un connaît le Soi, il n'en fait pas étalage. Il ne reçoit ni certificat, ni diplôme, il ne se promène pas dans l'ashram avec une étiquette spéciale. Il ne passe pas le premier dans la file des repas, ne s'assied pas au premier rang lors des satsangs. Ni le Guru, ni les autres ne l'encensent. Il se comporte comme tout un chacun et fait son séva comme tout le monde. Il n'affiche pas un air de sagesse, ne déclame pas les Ecritures. Il ne va pas répondre à nos questions, ni résoudre nos problèmes ; il ne sera pas entouré d'une auréole. Il peut nous sembler étrange ou bizarre, il peut faire un séva insignifiant, ou même donner l'impression d'être entré dans l'ashram par hasard. Il peut ne pas connaître tous les chants ni s'empresse d'aller méditer tôt le matin. C'est peut être votre compagnon de chambre qui se couche tard et qui trouve peut-être la sadhana assommante !

Comment reconnaître alors un grand être s'il nous arrive d'en croiser un sur le chemin ? Aurions-nous reconnu tous les êtres singuliers dont les portraits tapissent les murs de la salle de méditation ? Aurions-nous dit : " *Voilà un saint !*", et nous serions-nous précipités pour avoir son darshan ? En vérité, certains avaient des personnalités étranges. Ils n'essayaient pas d'impressionner les gens ni d'avoir leur approbation, et ne cherchaient pas à se faire aimer ou respecter.

A moins d'être Guru et d'avoir le destin de guider les autres, celui qui connaît le Soi n'est pas plus avancé si les autres sont au courant de sa réalisation. Celui dont l'authentique réalisation n'est pas connue mène une vie plus paisible et peut travailler plus efficacement. Mais le Guru doit faire en sorte que son état véritable soit reconnu, et même alors, il n'en fera pas étalage. Voilà pourquoi il est souvent difficile de reconnaître un vrai Guru. Celui qui tente de vous convaincre de son état de Guru ne peut être qu'un imposteur.

Mais celui qui n'est pas Guru continue à se comporter comme à l'accoutumée, après sa réalisation. Ses amis ou ses parents n'y voient aucun changement car les transformations qui s'opèrent à l'intérieur ne sont pas perçues. Il n'est donc pas possible de reconnaître celui qui connaît le Soi. Seul un fou pourrait dire : "*Que ceux qui connaissent le Soi veuillent bien lever la main !*"

Alors, comment le savoir ? Tout d'abord, nous n'avons pas besoin de savoir. Il se peut même que tout les autres le connaissent et qu'ils attendent patiemment que " cela leur arrive aussi ", et si certains s'aperçoivent qu'une personne a réalisé le Soi, ils ne vont pas annoncer publiquement : "*Untel y est enfin parvenu ! Il est officiellement Siddha.*"

Cela ne servirait absolument à rien ! Il est important de demeurer centré ; c'est une pratique nécessaire si nous voulons que le Siddha Yoga agisse dans notre vie. Si nous apprenions que quelqu'un était Siddha, nous serions tentés de l'approcher et de lui poser des questions, car nous aurions l'impression qu'il peut beaucoup nous apprendre.

Lorsqu'une personne réalise le Soi et devient Siddha, elle peut vraiment nous apporter quelque chose, mais cela se passe tout naturellement, sans que nous ayons à la rechercher ou à la harceler. Nous n'avons pas besoin de savoir qu'elle est Siddha et chercher à bénéficier de sa réalisation. Les choses se passent sur le plan intérieur, et le simple fait de pratiquer le Yoga nous fait bénéficier de la bénédiction de tous les Siddhas de la lignée.

Il n'en reste pas moins que le Guru demeure le personnage central. Le Siddha Yoga en tant que voie serait totalement inefficace s'il devait y avoir trente ou quarante Siddhas Gurus. Ainsi, le Siddha garde sa réalisation secrète, et les rumeurs à ce sujet sont bien vite étouffées. Même s'il doit, pour une certaine raison, se faire remarquer ou ridiculiser en public, il se passera toujours quelque chose qui fera dévier l'attention loin de lui et qui lui permettra de retomber dans l'anonymat. Seul le Guru peut être publiquement reconnu comme Siddha.

Pour autant que nous sachions, le Guru est le seul Siddha dans le Siddha Yoga. S'il y en avait d'autres, comment le saurions-nous ? Il pourrait y en avoir quelques centaines parmi les gens que nous connaissons, mais comment les reconnaitrions-nous ? Il n'y a qu'un moyen : par l'expérience que nous ferions en leur présence ou à leur contact. Nous pouvons tout à coup tomber spontanément en méditation ; notre esprit peut soudain se calmer totalement. Nous pouvons sentir en nous un flot d'amour, de joie ou de bonheur auprès d'eux, sans raison apparente et indépendamment de ce qu'ils disent ou font. Nous pouvons nous sentir transportés à un autre niveau de conscience, ou ressentir une véritable ivresse.

Il y a tant de façons de sentir l'état d'un grand être. Parfois, notre vie se met à changer de façon subtile, et une transformation imperceptible s'opère en nous, sans que nous ayons à l'attribuer à cette personne dont l'état intérieur nous affecte pourtant. La seule façon d'identifier un tel être est d'en faire personnellement l'expérience. Si nous nous attachons aux signes extérieurs, nous nous tromperons à coup sûr. Un grand être peut avoir n'importe quel âge, n'importe quelle couleur de peau ou mode de vie, il peut faire des choses que tout le monde fait, ou au contraire, celles que personne d'autre ne fait

Nous ne pouvons nous fier qu'à notre propre expérience. Si pour une raison quelconque nous sentons notre niveau de conscience s'élever, ou si nous ressentons de façon inattendue un grand flot d'amour ou de Shakti auprès d'un être, nous pouvons présumer que l'état dans lequel il vit est plus élevé qu'il ne le laisse paraître. Même alors, nous pouvons jouer le jeu et avoir avec lui la relation adéquate. Donc, ne soyons pas surpris de découvrir quelques Siddhas au sein du Siddha Yoga. Après tout, c'est le propre de cette voie que de nous transformer ainsi !

Pour tirer parti du Siddha Yoga ou de tout autre voie, il faut être persévérant. Dans les Yoga Sutras, Patanjali affirme que le succès sur le chemin spirituel n'est possible qu'au prix d'un effort soutenu ou abhyasa. Nous devons continuer à avancer. Patanjali définit ainsi l'effort juste : tout d'abord, les pratiques doivent être observées pendant une longue période, ensuite, elles ne doivent pas être interrompues, enfin, elles doivent être poursuivies avec dévotion et respect ; c'est alors qu'elles porteront leurs fruits.

Il est donc important que notre sadhana se poursuive sans interruption. Si nous *faisons une pause* épisodique, nos progrès seront considérablement ralentis. Le point critique est justement le moment où nous pourrions franchir une étape, et c'est là qu'il ne faut pas se relâcher.

Pour beaucoup, un des aspects essentiels du Cours est qu'il permet une certaine continuité à la sadhana. Même si l'on fait une courte pause, la nouvelle leçon arrive toujours à point. Certains peuvent éprouver le désir d'une interruption pour réorganiser leur vie ou revoir certaines leçons, mais il est préférable de continuer sans prendre de retard, afin de ne pas interrompre le processus.

Si vous êtes à jour, vous êtes " pris " dans le processus. Les leçons passées sont sans effet, à moins qu'elles ne soient des révisions spécifiquement prescrites. Si vous les revoyez rigoureusement, vous recevrez tout ce que vous n'avez pas pu assimiler lors de leur première lecture.

La nature humaine est ce qu'elle est. Si vous avez bien lu et relu chaque leçon, et si vous avez assimilé tout ce qu'elles peuvent offrir, vous êtes vraiment exceptionnel. Si vous ne les avez appréhendées que superficiellement, vous êtes dans la moyenne ; rien n'est encore perdu. Absorberez-vous dès maintenant dans votre leçon actuelle, et faites les révisions suggérées ; il n'est pas trop tard pour recevoir du Cours tout ce qu'il a à vous offrir.

Ne savez-vous pas encore que la grandeur est en vous ? Ce n'est certainement pas un principe nouveau. Vous en doutez peut-être, mais n'en avez-vous jamais eu un aperçu ? Tous ceux qui suivent ce Cours ont dû faire, de façon fugitive, l'expérience de leur propre grandeur. En général, cela se produit surtout pendant l'adolescence : nous entrevoyons notre grandeur et sommes persuadés que nous sommes ici bas pour atteindre un but élevé ; nous sommes ensuite pris par le monde et par la maya, nous oublions cet idéal, et nous nous trouvons alors complètement dépassés.

Les Ecritures disent : "*Réveille-toi !*" Presque toutes les traditions reprennent cette injonction. Nous pensons que cette vie que nous menons est réelle, que nous sommes vraiment cette incarnation, mais nous sommes la grandeur intérieure, le Soi de tous. Il existe un Etre Unique et Infini. Baba était cet Etre Infini, Gurumayi est cet Etre Infini, vous êtes cet Etre Infini,

je suis cet Etre Infini, il n'existe que cet Etre Infini, il n'y a qu'un seul Etre Infini. C'est à cette conscience que nous devons nous " réveiller ".

Détournez votre attention de ce monde de karma et vivez au plus profond de votre coeur. Pourquoi s'investir dans ce spectacle passager ? Pourquoi se sentir à ce point concerné ? Tout est pour le mieux. Pourquoi s'impliquer dans la maya et les préoccupations de ce monde, alors que le monde intérieur rayonne de beauté et de splendeur ? C'est le royaume de l'amour, de la joie, de la paix éternelle ; il est *toujours* en nous, constamment en éveil, toujours sans répit. Nous avons le choix de vivre soit dans le monde objectif extérieur, qui n'est que confusion et ignorance, soit dans le royaume subjectif intérieur, qui est la lumière éternelle de l'âme.

Quoi qu'il en soit, une grandeur indescriptible réside en nous. Cette même grandeur intérieure est en chacun de nous. La seule différence entre les gens est leur degré de reconnaissance de cette grandeur qui nous habite tous ; certains en sont plus conscients que d'autres, mais cette grandeur, elle, se trouve au même titre en nous tous.

Quand on commence à voir cette grandeur partout, en soi et chez les autres, le Soi est réalisé, et sa splendeur est reconnue en chaque chose. Rien n'est *mal*, il n'y a plus de regrets, plus de culpabilité, et les " bonnes actions " ne génèrent plus l'orgueil et la suffisance. Lorsque le Soi est reconnu partout, un sentiment d'équilibre et d'équanimité s'installe en nous.

Cette équanimité est un des plus grands buts à atteindre ; elle est essentielle dans le Yoga ou la spiritualité. Tant que nous avons des hauts et des bas, tant que nous sommes affectés par le blâme ou la louange, tant que nous nous sentons bien quand les choses vont comme nous le voulons et malheureux quand tout va mal, nous restons faibles et vulnérables, à la merci de ce qui se passe à l'extérieur et de ce que font ou disent les autres.

Il nous semble tout à fait normal que nos sentiments soient régis par les circonstances et par les autres. Nous acceptons cela sans prendre de recul et sans nous poser de questions. Le vrai sentiment intérieur est le sentiment du Soi qui existe en chacun simultanément et de façon identique. Ce sentiment n'est jamais affecté par quoi que ce soit, il ne fluctue jamais, il ne change jamais, il est éternellement stable.

Quelque chose d'autre est affecté par les circonstances extérieures : c'est l'ego. L'ego est affecté par tout ce qui se passe autour de nous et dans notre vie, par la façon dont les gens nous traitent et par ce qu'ils nous disent. Si quelqu'un trouve notre travail excellent, nous sommes ravis, mais si on le trouve lamentable, nous sommes au plus bas. Qu'est-ce qui se sent tantôt bien, tantôt mal, si ce n'est l'ego ? Le Soi ne se sent pas mieux quand on le complimente, ni plus mal quand on l'insulte.

Vous pensez peut-être que cela ne s'applique ni à vous, ni à votre sadhana, mais tôt ou tard, chacun en mesurera la portée. Quelle que soit la voie du Yoga qui vous attire le plus, il faut finalement atteindre cet état d'équanimité. Il importe peu que nous méditions bien, que nous chantions bien, que nous nous levions tôt le matin, ou que nous connaissions parfaitement les Ecritures, si en dépit de tout cela, nous sommes encore désarçonnés par les circonstances, les situations et les autres. Qu'avons-nous alors atteint ?

Un grand être ne se sent pas plus mal quand les choses deviennent difficiles, ni mieux quand elles s'améliorent. Son état, son sentiment intérieur, demeurent inchangés en toute circonstance ; il comprend les cycles de la vie. Ne croyez pas que la vie d'un grand être est facile tandis que celle d'un être ordinaire est difficile. Un grand être vient avec un bagage beaucoup plus lourd, et le monde extérieur est souvent un obstacle à sa mission. Malgré tout, son état intérieur ne fait qu'un avec le Soi, et le Soi est immuable.

Nous devons vraiment pratiquer cela afin de nous familiariser avec ce point de vue, l'intégrer à notre vie, et finalement le maîtriser. Cessons de le considérer comme une théorie intéressante et certainement juste, que nous assimilerons peut-être un de ces jours ! Ce point de vue est un aspect essentiel du processus. Le but final ne sera atteint que lorsque nous serons bien ancrés dans l'état équanime, d'où son importance pour nous tous.

Dépassez les pensées et les émotions ; elles poursuivront leur danse sans que vous ayez à y prendre part. Les tendances provenant de vos nombreuses habitudes continueront à surgir, mais quand jaillit une de ces vieilles pensées qui vous limitent, ne lui permettez pas de vous affecter. Quand naît une de ces émotions négatives bien familières, ne lui permettez pas de troubler votre état intérieur. Votre état intérieur se trouve à un niveau beaucoup plus profond, et le sentiment intérieur du Soi est loin d'être une simple émotion parmi tant d'autres.

Observez donc vos émotions quand elles surgissent, et ne les laissez pas vous influencer. Si vous restez indifférent, elles continueront leur danse et s'évanouiront, sans troubler quoi que ce soit. Mais si vous pensez que cela recommence, que vous n'avez rien atteint, que vous avez encore ces stupides pensées et ces sentiments négatifs, vous ne faites qu'ajouter de l'huile sur le feu, et vous continuez à générer d'autres pensées et sentiments qui vous limitent.

L'espace mental est le royaume des pensées, l'espace émotionnel, celui des émotions. Elles sont ce qu'elles sont et font ce qu'elles doivent faire, avec ou sans nous. Ne croyez pas que nous devons ériger un système de pensées et d'émotions qui soit parfait à tous égards, avant d'atteindre quoi que ce soit. Toutes les pensées et toutes les émotions sont toujours là, même chez l'être illuminé, la seule différence étant qu'il n'en est pas affecté.

Nous n'avons donc pas à créer pour notre bien-être un assemblage parfait de pensées et d'émotions, et nous n'avons pas à les éliminer complètement. Elles seront toujours ce qu'elles sont, et n'ont en fait rien à voir avec nous. Seul l'ego se les attribue. Dès que nous dépassons cet ego importun, les pensées ne sont plus *nos* pensées, et les émotions ne sont plus *nos* émotions. S'identifier à elles reviendrait à nous identifier au temps qu'il fait et à nous dire : "*Je suis ensoleillé en ce moment. Tiens, je suis nuageux. Maintenant je suis pluvieux. Je serai heureux quand je serai à nouveau ensoleillé !*" L'analogie peut vous paraître ridicule, elle donne pourtant une idée de ce que nous faisons avec les pensées et les émotions. Établissons-nous dans ce splendide sentiment du Soi, toujours présent en nous et pleinement conscient. Tout le reste n'est qu'une danse temporaire, un jeu de cette même Conscience.

Dans un discours d'Intensive, Gurumayi, citant la *Bhagavad Gita*, a dit : *Celui qui trouve en lui son bonheur, sa joie et aussi sa lumière, devient divin ; ce yogi atteint la béatitude de Dieu en faisant l'expérience de cette joie, qui ne dépend d'aucun moment, d'aucun lien, d'aucune personne ! Notre joie est limitée : si nous voyons notre ami, nous sommes heureux, si nous ne le*

voyons pas, nous sommes malheureux ; si nous avons ce que nous voulons, nous sommes au comble du bonheur, et si nous ne l'avons pas, nous nous enfermons dans notre chambre.

Notre joie est donc tributaire d'un endroit, d'un moment, d'une personne. Mais l'être établi dans le Soi, dans l'Âme suprême, dans cette Réalité suprême, est toujours joyeux, toujours bienheureux. Cette joie est là quoi qu'il arrive. Les circonstances extérieures iront toujours dans le même sens. Nous ne pouvons pas supprimer la misère à l'aide de notre esprit logique et rationnel ; cet aspect de la vie sera toujours là, mais notre attitude doit changer.

Jnaneshwar Maharaj dit : ' Je veux toujours voir cette forme devant moi. Je veux la servir avec ma parole, mes yeux, mes oreilles. Où que cette Réalité aille, je veux la suivre. Je suis le seuil de cette Vérité. Où que je me repose, la Vérité est là. '

Voilà une façon de se consacrer à cette Réalité et de la servir. On y parvient en changeant notre conscience intérieure et en nous abandonnant complètement. Le plus merveilleux, dans cette relation, est que la Vérité réside à l'intérieur. Elle est en nous, à l'état de veille lorsque nos yeux sont grands ouverts, elle est en nous lorsque nous sommes plongés dans l'état de rêve, elle est en nous autant qu'à l'extérieur.

Ainsi, atteindre la perfection dans cette relation, c'est devenir cette relation elle-même. Alors, tout ce que vous voyez est Vérité, tout ce que vous entendez est Vérité, tout ce que vous touchez est Vérité. C'est Cela, uniquement Cela qui jaillira en tout lieu. La relation avec la Vérité, c'est devenir cette relation même. C'est là que réside le secret. "

Veillez revoir les leçons 16 et 18.

avec amour