

# À la RECHERCHE du SOI

UN COURS POUR RECEVOIR LES ENSEIGNEMENTS DE LA MÉDITATION SIDDHA YOGA

VOLUME 1  
LEÇON 26

Cher ami,

J'espère que cette leçon vous trouve dans de bonnes dispositions, prenant plaisir au jeu de votre vie et goûtant à la joie intérieure. Une des raisons de faire des pratiques spirituelles, c'est de nous sentir mieux et de profiter davantage de la vie. La plupart des gens ne comprennent pas vraiment cette vérité. Quand nous nous sentons bien, quand nous trouvons que tout va bien dans notre vie, c'est que nous faisons notre sadhana comme il faut. Quand nous nous sentons mal, sec et vide à l'intérieur, quand nous avons l'impression que rien de bon n'arrive dans notre vie, c'est que quelque chose ne va pas dans notre sadhana.

Peut-être certains vous diront-ils de faire délibérément et à dessein ce qui vous fait souffrir, car c'est là votre " tapasya ", car cela est essentiel pour votre développement spirituel, et que vous *chuterez* si vous ne le faites pas. Si vous les écoutez, vous êtes un imbécile. Il faut être idiot pour dire une chose pareille, et plus idiot encore pour y prêter l'oreille.

Le principe vital de l'univers se sent toujours parfaitement bien. Du point de vue de l'Être infini, rien ne va jamais mal. Le seul *endroit* où quelque chose puisse aller mal, c'est dans la conscience de l'être humain ignorant. Quand nous pensons que quelque chose ne va pas ailleurs, dans le monde extérieur, ou dans la vie des *autres*, c'est parce que nous avons une vue partielle de la réalité, nous ne l'appréhendons pas dans sa totalité. Nous projetons simplement notre propre sens de l'erreur sur le monde et sur les autres.

Quelquefois, nous écoutons les autres à tort et nous nous retrouvons empêtrés dans des sentiments négatifs qui en fait n'ont rien à voir avec nous. Ecouter quelqu'un à tort veut simplement dire accepter tout ce qu'il dit comme vrai, sans y réfléchir vraiment ou en avoir confirmation par soi-même.

Aussi bizarre que cela puisse paraître, presque tout ce que nous entendons chaque jour est faux. Non pas que l'on nous mente délibérément. Beaucoup de gens croient dire la vérité ; mais, tout simplement, ils ne la connaissent pas. La plupart des gens ne font que répéter les affirmations erronées qu'ils ont lues ou entendues ailleurs. Nous avons la mauvaise habitude de prendre pour argent comptant ces opinions et commentaires péremptoires.

©Edition originale en anglais : 1986 SYDA Foundation®

©Edition en français : 1987 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

Il nous faut apprendre une autre écoute. Il ne s'agit pas de devenir méfiant ou paranoïaque. Il ne s'agit pas de soupçonner les autres de mentir, bien qu'il soit réellement très difficile de trouver quelqu'un qui ne dise que la vérité tout le temps. Simplement, nous devons comprendre que dans un certain sens, la plupart des gens ne savent pas de quoi ils parlent. Nous devons les écouter pratiquement comme nous écouterions des enfants.

Quand on écoute de la bonne façon, les paroles ne sont plus que des sons creux. Rien n'est automatiquement accepté comme conforme à la Vérité. Ce qui est vrai éveillera un sentiment de Vérité en nous-même. Tout le reste n'est qu'un son qui résonne dans l'éther. Toutes les paroles qui ne correspondent pas à la Vérité devraient rester sans aucun effet sur nous. Il ne faut jamais permettre aux paroles d'autrui de provoquer en nous des sentiments désagréables.

Le monde extérieur est invariablement dans l'erreur parce que la Vérité ne réside pas dans l'environnement objectif. Le monde extérieur est le miroir du domaine subjectif qui se situe en nous. La Vérité est *toujours* à l'intérieur, dans la Conscience subjective. Le monde objectif est comme un terrain de jeu. Celui qui connaît cette vérité peut apprécier le jeu, tandis que l'ignorant peut avoir l'impression de vivre en enfer. Le monde extérieur objectif n'est pas plus réel que vos rêves la nuit. Le monde objectif semble avoir une continuité dans le *temps*, il reprend le jour suivant, après un rêve, là où on l'avait laissé la veille. Ceci n'est qu'une qualité ou une caractéristique du monde objectif, mais non une *preuve* de sa réalité. Qui dit que la réalité est continue, ou qu'elle est liée à une séquence de *temps* ?

Le fait que le monde semble continuer d'un moment à un autre, d'un jour à un autre, d'une année à une autre n'est qu'une pirouette psychologique. Et elle est étroitement liée à notre conditionnement culturel. Jetez votre pendule et votre calendrier, vivez chaque moment et chaque jour comme il vient, et votre expérience sera bien différente. C'est notre vie sociale qui nous amène à savoir exactement quel jour nous sommes et à peu près quelle heure il est à chaque instant de notre vie. Les relations avec la société sont indéniablement facilitées lorsqu'on est au courant de ces points.

C'est très bien de savoir quelle heure il est, et quel jour nous sommes ; le problème réside dans le fait que ces choses nous *lient*. Par exemple, ces lignes sont écrites en ce moment, à 3 heures de l'après-midi, à South Fallsburg, au début du mois de juin 1986. D'une façon ou d'une autre, ces mots sont rentrés dans votre temps et votre vie, où que vous soyez maintenant.

Prenez vos propres repères... notez mentalement l'endroit où vous êtes, regardez votre montre, rappelez-vous la date. Vous lisez ceci à un moment, à une date, et à un endroit particuliers. Maintenant, vous considérez-vous comme indépendant de ces événements ou non ?

Réfléchissez à la personne qui existe en ce moment, à cet endroit. Quand vous considérez l'endroit où vous êtes, la date et l'heure, surgit, inhérente à ces choses, la notion de la personne à laquelle elles se réfèrent.

Prenons encore une fois l'exemple de l'auteur de ce cours. Il est maintenant 15 h 05 ; je suis dans mon bureau, à ma table de travail, je tape à la machine. De mon point de vue, qui fait cette chose bien précise, à cet endroit et à ce moment particulier ? La conscience objective répond : " *Moi* ". La Conscience subjective répond : " *'Je' suis là*". Ce 'Je' est exactement le même 'Je' que partage chacun à tout moment et en tous lieux.

Si l'on citait un endroit différent, quelque part en Indiana ou peut-être en Nouvelle Zélande, je ne me serais pas identifié. J'aurais su que ce n'était pas *moi*. Si quelqu'un est assis dans son bureau, tapant à la machine à 15 heures à Indianapolis, je suis absolument certain que ce n'est pas moi. Même chose si la date était différente, bien que l'endroit soit identique. Par exemple : quelqu'un, à South Fallsburg travaille à ce cours par correspondance à trois heures de l'après-midi en 2062. J'aurais pu croire que c'était moi jusqu'à ce que nous arrivions au chiffre de l'année. Je suis absolument sûr que je ne travaillerai pas sur le Cours en 2062 ( 'Je' y travaillera peut-être mais ça ne sera pas ' moi '). Donc ce doit être *quelqu'un d'autre*.

Vous voyez à quel point nous sommes identifiés à un moment et à un endroit particulier ? Nous n'en sommes que rarement conscients, mais c'est vraiment un élément de notre identité fondamentale. Et cette date et cet endroit sont des aspects du monde objectif que nous projetons à l'extérieur en tant que réalité apparente. Nous croyons à leur réalité.

Par exemple, cette page est écrite à South Fallsburg, début juin 1986, cependant, elle est lue à d'autres moments, d'autres endroits, d'autres années, par d'autres personnes. Et pourtant, la conscience qui voit et comprend ces mots est la même. La Conscience du rédacteur qui voit et comprend ces mots est la même que celle du lecteur qui voit et comprend les mêmes mots.

La conscience est toujours identique à elle-même. Elle ne change jamais. Elle ne connaît pas de divisions ni dans l'espace ni dans le temps. Le temps, l'espace, et tous ces corps différents ne sont qu'un élément de son propre jeu. La Conscience reste la même en tous lieux, en tous temps, dans tous les corps et tous les êtres. Elle ne change jamais, ne fluctue jamais, ne devient jamais plus d'une. Quand nous nous percevons nous-même comme étant la Conscience : "*Je suis la Conscience*", nous ne sommes plus liés par le temps, l'espace, ou les circonstances extérieures. Nous devenons le spectateur détaché de ce jeu, prenant plaisir au délice secret de la Vérité.

La Conscience existe simultanément en tous temps et en tous lieux. Elle pénètre absolument tout et cette totalité inclut beaucoup plus que ce dont nous sommes conscients. Aucun lieu, aucun moment, ne peuvent exister en dehors de la Conscience ; tout ce qui arrive ou semble arriver se produit au sein de cette Conscience. Cette Conscience réside en nous en tant que notre propre Conscience d'Etre.

Celui qui connaît la Vérité se délecte en secret, parce qu'il sait que tout est son propre jeu. Il sait que la même Conscience, qui est son propre Soi, est aussi dans tous les êtres et toutes les choses, et que toutes les expériences, ne sont que la danse de cette Conscience. Il sait que quoiqu'il semble arriver dans ce monde, tout est toujours un.

Il sait que la Conscience n'est jamais affectée par ce qui semble se produire dans le monde. Savoir que le même Etre existe dans tous les autres comme en soi-même fait naître un sourire intérieur. Quand on reconnaît la même Conscience dans tout, *comme* tout, on n'est plus jamais affecté par les mots ou les apparences. On voit le même jeu, la même danse, en tout.

Si le lecteur et l'auteur sont les mêmes, si nous ne faisons que jouer avec les mêmes mots, tandis que la même Conscience voit et comprend ces mots tant au travers de l'auteur qu'au travers du lecteur, alors chacun, en tous lieux et en tous temps doit être aussi le même. Et on cesse de se croire telle personne et non telle autre. Cette séparation, cette dualité n'existe plus. Il n'y a plus que l'unique, se contemplant dans le miroir cosmique, avec ses myriades de manifestations de lui-

même.

Si nous percevons toujours l'unique, si nous en gardons toujours conscience, nous sommes au-delà de la déception, au-delà des apparences de maya et du semblant de réalité de ce temps, de cet endroit, de cette personne. Si nous nous laissons prendre aux multiples formes, aux différences, à la diversité, à l'apparente réalité des situations et des personnes, nous sommes trompés, dupés par la farce cosmique de maya.

En 1986, le jour de la fête des mères, Gurumayi a dit à Manhattan : " *Les sages, les saints et les grands êtres ont toujours célébré l'aspect mère de Dieu. Ils appellent mère la Shakti, la force divine inhérente à chaque être. Chacun se meut grâce à ce pouvoir. C'est cet esprit à l'intérieur qui fait fonctionner tous les sens. Et cette même Shakti, cette même mère, est appelée l'amour. Sous la forme de l'amour, ce pouvoir, cet esprit est partout.*

*Un sage a dit : ' Je te salue, O Mère Shakti, Tu existes sous la forme de l'intellect, tu existes en tant qu'esprit. Tu es le sommeil, tu es la faim, tu es l'abri, tu es la soif, tu es la patience, la modestie, la paix, tu es la foi, le rayonnement et la beauté, tu es la richesse, tu es toutes les tendances. Tu es la mémoire, la compassion, la satisfaction, tu prends aussi la forme de la confusion. '*

*Les sages possédaient l'œil intérieur, l'œil divin, pour voir la même Mère Shakti dans tout. Nous, nous pensons à l'aspect mère de Dieu quand nous nous sentons d'humeur tendre, quand nous avons la sensation d'être aimés, quand des larmes jaillissent de nos yeux. Mais les sages voyaient le même pouvoir divin, la Mère Shakti, même dans la dureté, même chez quelqu'un de rude. Ils la voyaient dans tous et dans tout. Et c'est là la véritable connaissance de la Mère Shakti, de ce divin pouvoir, de ce souffle qui nous meut de l'intérieur.*

*Si nous n'attribuons ce divin pouvoir qu'à une seule chose, nous pouvons attendre longtemps. Mais si nous pouvons embrasser toute chose et toute personne, alors nous pouvons vivre dans l'amour, et pas seulement dans son attente.*

*Un grand saint a dit : ' Laissez s'élever en vous les sentiments d'amour et de pouvoir divin. Ne soyez qu'amour, que divinité. Laissez le monde dire ce qu'il veut. Prenez appui très fort sur le pouvoir de l'amour. Si vous entendez des compliments ou des critiques, prenez un bâton, menacez ceux qui les ont proférés et dites leur de s'en aller. Et de cette façon, dépassez la conscience limitée de ce qui est à vous, et ce qui est aux autres. Parce qu'il y a une chose qui appartient à tous, c'est l'amour de Dieu, l'amour du Soi. Rendez vous divin.*

*Ne cherchez plus à recueillir les fruits de vos actions. Tant de tendances vous viennent à l'esprit. Débarrassez-vous en avec le pouvoir de l'amour. Si vous ne le faites pas, sachez que la vieillesse vous guette. A chaque instant, elle peut fondre sur vous. Devenez divin avant que votre corps et votre âme ne vous quittent.*

*La meilleure façon de renforcer en soi ce sentiment, c'est de rendre grâces, de glorifier le pouvoir lui-même, la Shakti elle-même. Lui offrir sans cesse ses salutations est encore une autre façon de devenir humble et de faire l'expérience de l'amour.*

*Permettez-moi de vous dire une chose : sans humilité, il n'y a pas d'amour. C'est la vérité. Si vous voulez faire l'expérience de l'amour, il vous faut devenir humble, qu'il s'agisse de tomber amoureux d'un être humain, d'un chien, d'un arbre, ou de Dieu. Dans tous les cas, l'humilité est nécessaire. Quand nous offrons nos salutations, cela éveille en nous de l'humilité, qui permet à cet amour de s'élever. S'il n'y a pas d'humilité du tout, c'est comme si nous avions avalé un bout de bois mort. "*

Quelqu'un a écrit pour poser cette question : "*Quand Gurumayi parle d'abandonner attachements et aversions, que veut-elle dire ? Il m'est difficile d'envisager d'abandonner mon attachement à mon mari et à mes enfants. Est-ce que la seule façon de devenir un Siddha est d'abandonner la vie dans le monde et d'aller vivre dans un ashram ? "*

Quand on aborde la voie spirituelle, on fait, au début, une énorme distinction entre le *spirituel* et le *profane*. On se sent coupable d'aller au cinéma plutôt que de méditer. On a honte de préférer un match de football au satsang. Après un certain temps de sadhana, on commence à voir que tout est plus ou moins la même chose. Alors, ce qui fait avancer la sadhana n'est plus *ce* qu'on fait, mais *comment* on le fait.

La sadhana, c'est simplement une certaine façon de vivre notre vie quotidienne. Cela ne veut pas dire que nous en changions. La sadhana ne peut être séparée de votre vie réelle. Qu'est-ce que vous voulez donc *faire* ? Voyons un peu ce que vous appelez *faire de la sadhana*. Allez-y, prenez quelques minutes et pratiquez votre Siddha Yoga. Qu'allez-vous faire ?

Impossible de laisser toute votre vie quotidienne. D'ailleurs elle s'est imposée à vous sans que vous ne l'ayez jamais demandé. Elle est venue à vous parce que c'est votre karma. Toutes les situations et les circonstances de votre vie ne sont que du karma. Croyez-vous que vous pouvez y échapper ? Essayez-le. Vous serez étonné de voir avec quelle ténacité votre karma vous suit, où que vous alliez.

Nous avons toutes ces idées sur la vie en ashram qui serait plus *spirituelle* que la vie dans le monde. L'ashram est juste un endroit approprié pour faire une sadhana intense. Il n'y a rien de plus spirituel à vivre là qu'ailleurs. Les gens qui y résident sont comme tous les autres ; ils se sont simplement plus ou moins engagés à mettre l'accent, dans leur vie, sur la sadhana, plutôt que sur les détails de la vie profane.

On ne devient pas un Siddha en abandonnant sa propre vie pour aller vivre dans un ashram. On devient un Siddha en s'immergeant dans la conscience du Soi, alors même que l'on vit dans ce monde. Ce qu'on fait n'a pas grande importance. Ce qui est complètement *non spirituel*, c'est de penser que certaines choses sont *spirituelles*, et que d'autres ne le sont pas. L'enseignement dit que *tout* est une manifestation *égale* de la même conscience divine.

On peut méditer et chanter en ayant toutes sortes de pensées profanes, et on peut agir dans le monde en pensant au Soi. Qu'est-ce qui est le plus spirituel ? Ce n'est pas l'action en elle-même. C'est notre propre projection que de penser qu'il est merveilleux de faire certaines choses et horrible d'en faire d'autres. La question importante, c'est : quel est notre état ? Quelle est notre attitude et notre sentiment intérieur ? Ceux-ci sont plus importants que n'importe quelle action extérieure.

Baba a dit une fois : " *Un Siddha est totalement satisfait, en son for intérieur. Il ne considère rien comme étant différent de lui. Il n'accepte d'autre connaissance que la connaissance du Soi. Il n'a pas d'autre lieu de pèlerinage que son Soi. Pour lui, rien n'est séparé de son Soi. Ainsi, un Siddha est celui qui a atteint une totale liberté dans tous les sens.*

*Pour un Siddha, la distinction entre la vie profane et la vie spirituelle est fausse. Les deux ne sont qu'un pour lui. Il ne voit que le Soi en tous lieux. Un Siddha est si fermement établi dans le Soi que rien ne peut l'ébranler. Sa conviction intérieure est si absolue, son absorption dans son propre Soi intérieur est si immuable qu'aucun discours ne peut le distraire, qu'aucun raisonnement, aucune discussion, aucune philosophie ne peuvent perturber son état intérieur. Un Siddha vit toujours dans un état d'unité avec lui-même. Un Siddha a une vision constante de la Vérité ultime à l'intérieur de lui-même. "*

Les *attachements* et *aversions* dont le Guru nous libère sont ceux qui nous entravent. L'auteur de la lettre citée plus haut disait qu'elle ne pouvait renoncer à son attachement à son mari et à ses enfants, et elle semblait craindre que cela ne freine ses progrès spirituels. Sans doute confond-elle *l'attachement* avec l'amour. Bien sûr qu'elle doit aimer son mari et ses enfants. Elle n'a pas à renoncer à cet amour. Il n'y a aucune raison de se détacher de l'amour. L'amour est la sensation du Soi ; c'est un élément de notre véritable nature. Il n'y a jamais à s'en débarrasser. Au contraire, pour atteindre l'état le plus élevé, nous n'avons qu'à nous immerger complètement dans l'amour, et à lui donner tout le temps la plus grande priorité.

Donc nous pouvons parfaitement vivre notre vie de famille de façon naturelle et sentir tout cet amour pour nos proches. Etre détaché, ce n'est pas cultiver la froideur, la distance, l'indifférence. Ce n'est pas fuir ceux que nous aimons. Ce n'est pas laisser tomber tout ce que nous apprécions dans ce monde. Etre détaché, c'est simplement refuser de laisser quoi que ce soit perturber notre état et notre harmonie intérieurs.

En ce qui concerne votre mari et vos enfants, regardez si, de quelque façon, ils troublent votre état intérieur. Est-ce que vos enfants font des choses qui vous font " grimper aux rideaux " ? Alors c'est sur cela qu'il vous faut travailler pour vous en détacher. Est-ce que votre mari a toutes sortes d'habitudes ou de tendances qui troublent votre joie intérieure ? C'est de ça qu'il faut vous détacher. Vous devez en arriver au point où tout ce qui se passe autour de vous en liaison avec d'autres personnes ne vous ennuie plus, où vous êtes toujours complètement heureux en vous-même. Voilà le détachement.

Du fait de notre conditionnement, nous nous enlisons facilement dans des jugements mesquins et dans le sentiment d'avoir toujours raison. Nous pensons qu'une personne devrait être comme ceci, que les choses devraient être faites comme cela, que nous devrions être traités d'une certaine façon, et nous critiquons et condamnons tout ce qui s'écarte de nos concepts limités. Nous allons même jusqu'à être *blessés* et à en faire toute une affaire, parce que quelqu'un d'autre fait, ou ne fait pas, quelque chose. Tels sont les attachements qui nous retiennent.

Les parents répriment le tempérament de leur enfant du fait de leurs propres désirs et attentes. Le mari étouffe sa femme, et la femme son mari, à cause de leur idée de ce que l'autre devrait être, et de toutes leurs attentes stéréotypées l'un envers l'autre. Puis ils se demandent pourquoi leur mariage devient si ennuyeux, pourquoi il n'y a plus de spontanéité, pourquoi ils ne rient plus et ne s'amusent plus comme avant. Les parents se demandent pourquoi leur enfant

devient silencieux et renfermé ou au contraire révolté.

C'est, semble-t-il, une des choses les plus difficiles au monde que de laisser les autres être ce qu'ils sont, en particulier nos proches. Qu'il est rare, mais d'autant plus beau, de voir des parents encourager pleinement leur enfant à être simplement ce qu'il est véritablement. Qu'il est rare, mais d'autant plus merveilleux, de voir un mari ou une femme qui n'essaie pas de faire cadrer l'autre avec l'idéal qu'il en a. Que le monde serait merveilleux et harmonieux si nous pouvions simplement accepter chacun tel qu'il est. Comme nos relations seraient aimantes et joyeuses si, non seulement nous *permettions* à nos proches d'être toujours en accord avec leur propre nature, mais si nous les y encourageons.

Le Soi intérieur est complètement indifférent à tout. De toute façon, tout est son propre jeu, alors pourquoi devrait-il avoir des sentiments de quelque nature que ce soit ? Tous les sentiments qui s'élèvent dans l'individu font partie du jeu du Soi. Pour le Soi, toute chose est égale, comme nos doigts ou nos orteils sont égaux. Combien avez-vous de *bons* orteils ou de *mauvais* ? Avez-vous vos orteils préférés ? Combien d'orteils souhaiteriez-vous améliorer ou corriger ? Après tout, ce ne sont jamais que des orteils, n'est-ce pas ? C'est un peu comme ça que le Soi voit tout. Toute chose est simplement ce qu'elle est et fait également partie de lui-même.

Combien de fois une mère, après avoir disputé son enfant, sourit-elle en son for intérieur, le trouvant *adorable* ! N'est-ce pas une comédie ? Elle n'a aucune aversion pour ce que son enfant fait, simplement elle fait son devoir de mère. Ce regard de mère sur les actions du petit enfant est un des plus purs exemples de l'égalité de conscience. Elle n'est pas là à juger chaque mouvement qu'il fait. Elle ressent simplement de l'amour pour son enfant, quoi qu'il fasse.

C'est à peu près de cette façon que l'on voit chacun, lorsqu'on commence à comprendre qu'il y a toujours le même Soi dans tous ces corps, que c'est la même Shakti qui fait toujours tout. C'est ce qu'on nomme l'égalité de conscience, qui est au-delà de l'attachement et de l'aversion. Avec cette vision, tout le monde, à sa façon, devient *adorable*. La partie de nous qui était irritée par les actions des autres n'en est plus que gentiment amusée. Nous sommes simplement spectateurs de cette pièce dans laquelle tous les personnages ne font que jouer leur rôle.

Les attachements et les aversions n'ont rien à voir avec les " choses ", ou les gens qui en sont l'objet. C'est l'attachement et l'aversion *eux-mêmes* qui nous contractent. On ne se débarrasse pas de l'attachement en se débarrassant de ce à quoi nous sommes attachés, ni de l'aversion en se débarrassant de ce contre quoi nous avons de l'aversion. Tout peut, à l'extérieur, rester tel quel. De toutes façons, tout cela est un jeu.

Méditez ces paroles de Baba : " *Il y a deux choses qui mènent un chercheur à l'enfer. La première, c'est le sens de sa propre importance et la seconde c'est son désir qu'autrui ait une bonne opinion de lui. Ces deux faiblesses vont, à coup sûr, le faire plonger dans l'enfer le plus abominable et il faut toujours s'en garder.*

*J'aimais beaucoup Zipruanna. Je lui rendais souvent visite. Il parlait très peu mais émettait les vérités les plus profondes. Une fois, il a même fait beaucoup de chemin pour me voir, et j'en ai été très touché. Pendant que nous marchions ensemble, il m'a dit tout à coup : ' Ne dis pas de paroles aimables ou gentilles à quiconque. Ne dis pas aux gens les mots qui les attirent ou qui t'en feront des amis. ' J'ai réfléchi et compris la sagesse de ces paroles. "*

Si vous méditez les deux paragraphes ci-dessus, vous aussi vous en comprendrez la sagesse. Parfois la compréhension d'une petite chose subtile à laquelle nous n'avions jamais pensé auparavant peut bouleverser complètement notre vie. Nous ne savons jamais vraiment ce que nous avons besoin de savoir et d'entendre. Par la grâce, par la Shakti, cela surgit brusquement, et tout est différent.

En 1986 à South Fallsburg, Gurumayi a dit : *" La seule chose qu'un vrai chercheur veut perdre, c'est son attachement erroné à ce monde. Le faux attachement au monde ne veut pas dire le monde en tant que tel : les montagnes, les rivières, l'océan, les arbres, les gens. Le faux attachement au monde, c'est la façon dont nous regardons toute chose. Bien souvent, quelle que soit notre stupidité, nous pensons que nous sommes très intelligents. C'est ce genre d'attachement qu'il faut abandonner.*

*Quand vous faites l'expérience de la Vérité à l'intérieur, la peur disparaît. Et une fois la peur disparue, il n'y a plus rien à craindre. C'est la peur qui est à l'origine de toutes sortes de créations mentales. C'est pour justifier notre peur que nous trouvons des fautes, des défauts chez les autres. Jnana Giri a dit : ' Quand vous faites l'expérience de Dieu à l'intérieur, le monde cesse d'exister '.*

*Une fois que vous savez cela, tous les doutes, tous les soucis s'évanouissent. Quand la peur cesse d'exister, il n'y a plus de doute, il n'y a plus de souci. Si vous allez voir une personne ignorante, vous en recevez l'ignorance. Si vous allez voir un homme de connaissance, vous en recevez la connaissance. Chacun vous donnera ce qu'il a. Si vous cherchez le réconfort auprès de ceux qui ne détiennent pas la connaissance, vous aurez encore plus de choses à brûler. Si vous en recevez de ceux qui ont la connaissance, vous vous élevez au-dessus de tout.*

*C'est quelque chose qu'il nous faut apprendre au cours de notre vie dans ce monde. Nous écoutons toutes sortes de choses. Nous écoutons sans cesse notre esprit qui nous dit ceci et cela. Et nous agissons en conséquence, nous laissons notre esprit nous dicter notre vie. Pourquoi ne nous vient-il jamais à l'idée de faire une pause, pour comprendre si ces ordres viennent de l'esprit qui a acquis la connaissance ou de l'esprit qui est encore plein d'ignorance ?*

*Une fois que vous avez la réponse, il n'y a plus de peur. L'esprit n'a alors plus d'obstacle à traverser. Tout ce qui s'élève en lui n'est que la Vérité. Comme le dit le Shivaïsme : ' Quand quelqu'un fait l'expérience de la fusion, peu importe ce qui joue dans l'esprit d'un tel être, ce n'est jamais que le jeu de la Conscience '.*

*Une fois que la notion de dualité a disparu, vous pouvez voir le jeu de la conscience, le même Dieu sous de multiples formes. Il n'y a alors plus de raison de fuir ce monde. Car vous êtes capable de percevoir la Vérité dans toute chose ".*

Veillez revoir les leçons 13 et 15.

*avec amour*