

À la RECHERCHE du SOI

UN COURS POUR RECEVOIR LES ENSEIGNEMENTS DE LA MÉDITATION SIDDHA YOGA

VOLUME 1
LEÇON 37

Cher ami,

Une correspondante nous a récemment demandé comment il fallait expliquer le Siddha Yoga aux autres.

Elle était triste de voir que les gens se montraient hostiles quand elle leur disait qu'elle avait un Guru.

Eh bien, moi aussi, j'aurais cette réaction si quelqu'un me disait qu'il avait un Guru. En fait, c'est bien la dernière des choses que je dirais. Qui veut se laisser entraîner ? Qui aurait l'idée de *suivre* un Guru puisqu'on sait à peine ce que c'est dans notre monde ?

J'ai pleinement répondu à sa lettre dans les Nouvelles du Siddha Yoga de l'époque, peut-être les avez-vous reçues ? En tout cas, si vous suivez le Cours depuis sa parution, n'allez surtout pas raconter autour de vous que vous *suivez* un Guru ! Ce serait faire preuve de mauvaise compréhension car vous ne *suivez* personne.

Ce qui m'a réellement frappé, c'est qu'elle prenait le Cours depuis plus de 2 ans, elle n'était donc pas une simple débutante qui se posait encore des questions. Au bout de 2 ans, elle n'avait toujours pas compris pourquoi elle faisait ce qu'elle faisait. Qui diable lui a dit qu'elle *suivait* quelqu'un ? Où a-t-elle pu le lire ou l'entendre ? Si nous ne comprenons pas nous-mêmes pourquoi nous faisons ce que nous faisons, comment pourrions-nous l'expliquer aux autres ?

Pourquoi pratiquons-nous le Siddha Yoga ? A la base, nous le pratiquons pour connaître le Soi. *Siddha Yoga*, c'est le nom donné à ce processus qui consiste à prendre conscience de notre Soi intérieur, comprenons du moins cela.

Nous pratiquons le Siddha Yoga dans le but de connaître le Soi.

Tous les grands maîtres, les Saints et les Sages de tous les temps, de toutes cultures et traditions ont enseigné le même Soi. On lui a donné de nombreux noms, on s'y est référé de nombreuses manières, mais c'est toujours le même Soi, toujours la même conscience.

Le mot Siddha Yoga n'est qu'un terme moderne et pratique pour désigner ce processus conduisant à la découverte consciente du Soi. Ce n'est pas une découverte de Baba ou Gurumayi. Baba a décidé d'utiliser ce terme pour des raisons pratiques, mais son contenu n'est pas nouveau.

©Edition originale en anglais : 1984 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

C'est un processus d'évolution qui nous concerne depuis très longtemps, que nous en soyons conscients ou non.

Par ailleurs, il est inutile d'essayer de l'expliquer aux autres. Depuis un certain nombre d'années, mon Séva consiste à l'expliquer à ceux qui le pratiquent déjà et, croyez-moi, ce n'est pas facile, cela nécessite bien du temps et de la patience. Il faut répéter constamment certaines choses de mille façons différentes, simplement pour qu'on puisse en saisir une parcelle. Il y a tant d'aspects subtils que quelques années de sadhana sont nécessaires pour comprendre comment aborder une sadhana. Ce n'est déjà pas facile de l'expliquer à des gens qui désirent réellement comprendre, imaginez alors la difficulté de l'expliquer à quelqu'un qui s'en moque éperdument.

Le Siddha Yoga n'est pas le genre de chose que l'on crie à tous les coins de rue, il n'essaie pas d'attirer des fidèles, il est destiné à ceux qui veulent connaître le Soi. Pourquoi essayer d'en parler ou de l'expliquer à ceux que le Soi n'intéresse pas ? Le Siddha Yoga ne recherche personne, mais on le recherche.

Bien sûr, l'idée du Soi ou de la Conscience omniprésente est un peu subtile, et la plupart de ceux qui sont ouverts au Siddha Yoga ne saisiront pas immédiatement ce que l'on entend par le *Soi* qui restera un vain mot jusqu'au moment où on commencera à en faire l'expérience. Donc, si quelqu'un montre de l'intérêt pour ce que vous faites et semble ouvert aux enseignements supérieurs, il y a toujours une manière de lui parler du Siddha Yoga sans paraître trop abstrait.

Dites par exemple que le Soi est la source, l'origine du bonheur, dites que vous pratiquez le Siddha Yoga pour être heureux. Bien sûr, il y a des gens qui croient que nous ne sommes pas faits pour être heureux dans cette vie, et ils ne sont pas prêts pour le Siddha Yoga. Il est inutile de l'expliquer à ces personnes-là, mais si par contre ils pensent qu'il est possible d'être heureux en cette vie, alors ils sont mûrs pour le Siddha Yoga.

Pratiquons le Siddha Yoga pour nous mettre en harmonie avec la Shakti, l'énergie créatrice de l'univers. Il s'agit là d'un niveau de compréhension, qui pourrait sembler étrange à celui qui ne comprend pas très bien le concept de l'Energie universelle, créant, maintenant et *faisant* tout. Mais il existe des façons plus concrètes de communiquer la même idée.

S'accorder avec la Shakti, c'est être en harmonie avec tout ce qui se passe autour de nous, c'est dans ce but que nous pratiquons le Siddha Yoga. Il nous rend forts, efficaces, compétents, courageux, indépendants et libres. De telles qualités conduisent au succès dans tous les domaines de la vie, qu'ils soient matériels ou spirituels, et elles nous aident à maîtriser notre propre vie. Ne pensez-vous pas que c'est là une idée plus intéressante que celle de "*suivre quelqu'un*" ?

Baba a dit un jour : "*Nous pratiquons le Siddha Yoga pour atteindre la joie et la paix, et pour éliminer la peine et la souffrance*". C'est si simple ! Baba ne nous a jamais demandé de *suivre* qui que ce soit. Le Siddha Yoga est centré sur notre propre Soi intérieur, c'est un Yoga personnel, le Yoga qui consiste à honorer et aimer votre propre Soi, qui fera de vous un Siddha.

Baba a dit un jour : " *Etre Siddha signifie être centré sur le Soi intérieur. Un Siddha n'est l'esclave de personne, il est totalement, suprêmement libre. Il ne médite que sur son Soi, n'adore que son Soi. Voilà pourquoi je ne cesse de vous exhorter à méditer sur votre Soi, à adorer votre Soi, à honorer votre Soi. Devenez votre propre Seigneur. Un Siddha est son propre Seigneur, il est son propre Dieu. Un Siddha ne voit rien d'autre que son propre Soi. Pour lui, rien n'est plus grand que son Soi omniprésent qui sature tout l'univers. Pour lui rien d'autre n'existe que le Soi.*

L'état de Siddha, la perfection, réside en chacun. La Shakti intérieure est présente en vous dans toute sa plénitude, l'état du Soi est présent en vous dans toute sa gloire, l'état de Siddha est présent en vous dans toute sa puissance. Prenez conscience de votre perfection intérieure, de votre gloire spirituelle et de votre Soi parfait, et ne l'oubliez jamais. Soyez pleinement conscient de votre propre valeur. Par dessus tout, ne vous diminuez pas, ne vous sentez petit en aucune façon, cessez de vous sentir inférieur. Au lieu d'adorer les autres, apprenez à adorer votre propre Soi que rien n'affecte, ni la vertu, ni le péché. Restez conscient de votre perfection immuable, de votre propre Soi. C'est là la vraie religion, l'essence de toutes les religions, c'est la religion la plus élevée qui soit. "

Comprenez donc pourquoi vous faites ce que vous faites, comprenez la direction dans laquelle ce processus vous conduit. Voyez ce qui vous est arrivé, réfléchissez au changement intervenu en vous au cours de ces derniers mois. Ne comprenez-vous pas mieux les choses ? Ne percevez-vous pas mieux la réalité des situations et des relations ? N'êtes-vous pas plus léger, plus libre, plus joyeux ? N'êtes-vous pas plus heureux ? N'êtes-vous pas mieux en harmonie avec la vie ? Que pensiez-vous qu'il vous arriverait quand vous avez commencé votre sadhana ? Que vous est-il réellement arrivé ? De cette façon vous saurez ce qui se passe vraiment.

Bien sûr il y a des cycles, des hauts et des bas. Vous ne pouvez pas juger de vos progrès en vous basant sur une journée ou une semaine. Il y a tant de kriyas qui remontent, et nous ne pouvons rien voir avec une perspective juste au milieu d'un kriya. Ainsi nous ne pouvons pas dire : " *Je me sens si mal aujourd'hui, qu'est ce que ma sadhana m'a apporté ces derniers temps ?* " Il y a toujours des jours où tout semble très difficile, où une dépression ou quelqu'autre émotion remonte de l'inconscient.

Ne pensez pas que tout va mal uniquement parce que vous traversez un moment difficile. Prenez les cycles pour ce qu'ils sont : un jour vous vous sentirez clair et léger, le lendemain vous l'oublierez, vous bouderez, en proie à la morosité. Cela arrive plus ou moins à tout le monde. Vous ne pouvez mesurer vos progrès au jour le jour à cause des cycles, mais si vous vous basez sur toute l'année écoulée, vous avez une claire idée de ce qui se passe et de la direction que vous prenez. Vous pouvez voir vos progrès d'année en année, c'est une indication assez fidèle.

Bien sûr le progrès en sadhana est un paradoxe, mais nous verrons cela plus tard. Certaines personnes ont des idées bien étranges sur la sadhana. Elles se disent : " *Oh, je ne répète pas le mantra régulièrement, je ne médite pas chaque jour, je ne fais aucun progrès spirituel, je suis si terre à terre !* " Oui, elle font de la spiritualité une chose bien étrange.

La sadhana doit être pratique et appartenir à ce monde. Elle n'a rien d'un fantasme qui vous transporte vers des sphères étranges. C'est une façon de vivre chaque instant avec une conscience et une liberté totales. La légèreté est une des caractéristiques principales du Soi. Celui qui le connaît ne se prend plus au sérieux intérieurement (bien qu'il puisse, quand la situation extérieure l'exige, faire preuve de tout le sérieux requis). Il est suprêmement gai et possède un grand sens de l'humour, il voit l'humour dans toutes les situations que les autres prennent très au sérieux. Quel que soit son âge, il a la candeur de l'enfance, mais son niveau de conscience est supérieur.

Nous décrivons beaucoup les caractéristiques de celui qui connaît le Soi, cela nous donne quelque idée de la direction que nous prenons. Bien sûr, tous les grands êtres se manifestent extérieurement de manières très diverses. Ils ont tous leur personnalité et leur mode de vie, mais ils ont en commun certaines caractéristiques, apparentes ou non. Ces qualités nous permettent de reconnaître un grand être, elles nous permettent aussi de mesurer notre propre progrès.

Donc si les premières qualités des grands êtres sont la gaîté et la légèreté, plus nous sommes gais et légers, plus nous sommes près de la connaissance du Soi. Sommes-nous plus gais que nous ne l'étions il y a un an ? Avons-nous un sens de l'humour plus grand, plus vrai ? Prenons-nous les choses, y compris nous-mêmes, moins au sérieux ? Quand vous voyez combien vous avez changé, vous avez une idée du niveau de votre sadhana.

Baba a dit un jour : *" Apprenez à rire, et si vous voulez rire, adorez Dieu ! Il est le seul qui sache vous faire rire, tous les autres vous feront pleurer, Dieu vous fera rire. "*

La plupart des gens ont peur de s'abandonner à la légèreté, au bonheur et à la liberté, ils n'en ont pas l'habitude, cela les rend mal à l'aise. Ainsi, le paysan se sent peu à l'aise dans des habits cousus d'or. Il doit d'abord changer sa perception de lui-même pour pouvoir s'adapter à ses nouveaux vêtements, il doit réaliser qu'il n'est plus un paysan.

De la même façon, nous avons une idée bien lourde de nous-même. Le sérieux est l'une des caractéristiques principales de l'ego. Vous pouvez être sûr que vous nagez en plein milieu de votre ego quand votre voix devient grave et que vous parlez sérieusement. L'ego est lourd, c'est lui qui nous alourdit et nous rend malheureux.

La plupart des gens ont une piètre idée d'eux-mêmes. L'homme se prend pour un grand pécheur et se reproche tant de choses, tant de mauvaises pensées, de désirs et d'habitudes ! L'homme (très sérieusement) se croit malheureux et indigne. Même s'il est aimé, respecté et honoré, il se dit : *" S'ils savaient ce que je suis réellement, s'ils savaient comment je suis à l'intérieur, ils me haïraient vraiment. "* Alors il fait bonne figure pour que personne ne sache à quel point il se sent mal.

Finalement, par compassion divine, son Soi intérieur le guide vers une voie pour entamer une sadhana, et il commence les pratiques pour clarifier son esprit et purifier ses instruments psychiques. Il médite, il répète le mantra, il chante, il participe avec d'autres disciples à des programmes conçus pour l'aider dans sa sadhana. Son esprit s'affine et se stabilise. Alors il reçoit ce message : *" Sois heureux, sois léger, sois gai, fais rayonner la joie et l'amour. "*

De plus, il y a ce grand combat intérieur, souvenez-vous du paysan avec ses habits cousus d'or : au début il est mal à l'aise d'être heureux et gai, car il voit que ce n'est pas sa nature. L'ego ne pense jamais qu'il est heureux ou gai, il se vit triste et mélancolique. Donc pour que la joie lui semble naturelle, il doit changer la vision qu'il a de lui-même et prendre conscience que sa tristesse et son sérieux ne sont que l'ego. Sa vraie nature est pure Conscience d'où jaillissent naturellement et spontanément l'amour et la joie.

Ainsi un certain aspect de la sadhana consiste à *lâcher prise*. Nous sommes trop inhibés et réservés. En effet, nous pensons qu'il faut nous contrôler et que la sadhana nous permettra de mieux le faire. Mais nous avons tendance à réprimer l'expression libre et spontanée du Soi pour lui substituer une fausse personnalité, une personnalité qui plaise mieux aux autres. En fait, nous n'en sommes que plus pesants.

Le désir de liberté est à la base de la pratique du Siddha Yoga. La connaissance du Soi était la cause première de cette pratique, mais maintenant disons que c'est la liberté. L'intellectuel borné trouvera des *contradictions* dans une telle affirmation. Il nous reprochera de dire d'abord une chose et ensuite une autre, et pourtant connaître le Soi et être libre sont synonymes et vont de pair.

Quand l'homme connaît le Soi et sait que c'est *toujours et uniquement* le Soi qui s'exprime à travers lui, il devient totalement libre. Baba a dit que la caractéristique principale d'un être libre était la spontanéité. Un tel être permet au Soi de s'exprimer spontanément à travers lui à chaque instant et considère ses paroles et ses actions comme le jeu du Soi. Il ne juge plus rien, toutes les inhibitions et toutes les hésitations le quittent naturellement.

Celui qui ne connaît pas le Soi et qui le confond avec sa propre *personnalité*, ses *samskaras* ou son *ego* sera contracté et s'exposera à toutes ces choses. Croire à l'existence de l'ego n'est pas différent de l'ego lui-même, l'homme qui n'a plus d'ego ne partage pas cette croyance, bien sûr.

De toutes façons c'est là un sujet très subtil qui ne peut se traiter en une seule leçon. Il s'agit surtout de notre propre conscience. Au fur et à mesure que notre conscience s'éveille, elle nous révélera ce qui est au-delà des mots. Ce n'est pas quelque chose que l'on peut saisir facilement à la première lecture.

Ce que je veux dire par là, c'est que le Soi intérieur s'exprimera naturellement et spontanément de l'intérieur en tant que nous, dès que nous le lui permettrons. Il n'est pas endormi en nous, il est parfaitement réveillé, parfaitement vivant, parfaitement conscient de ce qui se passe. C'est votre propre Conscience intérieure, votre Sentiment intérieur, votre propre Conscience d'Etre.

Quand vous vous sentez séparé du Soi, c'est à dire animé d'une conscience très personnelle, vous êtes dans l'ego. L'ego n'est pas *mauvais* en soi. Dieu l'a créé (comme toute chose) pour nous permettre de mieux faire l'expérience de ce jeu. L'ego est cette sensation d'être un individu bien précis, séparé de la conscience universelle et différent de tous les autres.

Donc une des façons d'appréhender le Siddha Yoga est de le considérer comme un processus qui nous permet de nous libérer de l'ego qui nous limite. Toutes les limitations relèvent de l'ego.

Il n'y a pas de limitation pour le Soi. Nous commençons donc avec l'idée limitée que nous sommes un individu qui possède un Soi intérieur, puis nous comprenons petit à petit que nous sommes le Soi s'exprimant en tant qu'individu bien précis.

Comprenant cela, on peut librement jouer le jeu de l'individu. Se libérer de l'ego ne signifie pas qu'il faut tout arrêter. Vous ne quittez pas votre emploi ou votre famille, vous ne quittez pas l'école, vous continuez à faire ce que vous faites, vous participez allègrement à votre karma, et vous suivez votre dharma, l'action juste qui vous incombe.

En vérité vous commencez à apprécier le jeu de l'individualité ; vous prenez du plaisir à jouer ce rôle que le Soi a créé. Vous n'avez rien à changer pour connaître le Soi, vous n'avez pas à abandonner votre vie pour vous libérer de l'ego. Plus vous serez libre, plus vous apprécierez toutes choses. La connaissance du Soi vous permet de mieux apprécier tous les plaisirs, elle n'enlève rien, n'exclut rien. Etre libre de l'ego signifie ne plus se prendre au sérieux.

Ne mésestimez pas le Siddha Yoga, ne le limitez pas au fait d'adopter un Guru, de chanter, de méditer, de répéter un mantra, ne le limitez pas aux ashrams, aux centres et aux programmes. Si telle est votre conception, vous vous faites bien des idées ! Réfléchissez un moment. Oui, le Siddha Yoga est une voie formidable. Si vous ne savez pas à quel point il est grand, c'est que vous ne le pratiquez pas vraiment.

Pratiquer le Siddha Yoga, c'est reconnaître votre propre grandeur intérieure, c'est voir la beauté de votre Soi, c'est vous aimer tel que vous êtes, c'est vivre en constante communion avec votre amour intérieur, c'est faire l'expérience de la joie sans borne qui pétille sans cesse, c'est vous réjouir du jeu de l'univers, de la comédie de la vie, c'est voir la Conscience divine en chaque chose et en chacun, c'est s'accueillir les uns les autres avec amour, se regarder avec amour et chaleur, c'est vivre libre et naturel, c'est être sincère envers son Soi, c'est vivre comme un véritable être humain, c'est vivre comme un Siddha.

Si telle n'est pas votre conception du Siddha Yoga, c'est que vous *n'y êtes pas*. Ne pensez pas que vous pratiquez le Yoga si vous ne reconnaissez pas Dieu en vous. Si vous ne voyez pas les autres comme des expressions de ce même Soi, c'est que votre pratique est pure farce et que votre sadhana n'a pas encore débuté.

Reconnaissez votre Soi, connaissez-le, il n'est pas loin. Il n'est pas endormi, il est cette part de vous qui comprend ces mots et tout ce dont on traite ici. C'est la partie de vous-même la plus fondamentale. Vous ressentiez ce même Soi quand vous étiez enfant, quand vous étiez adolescent, et vous ressentez ce même Soi aujourd'hui. Votre personnalité extérieure subit de nombreux changements et traverse de nombreux cycles, mais le Soi intérieur reste le même. Il n'a jamais varié un tant soit peu, il est extrêmement familier, extrêmement intime. Vous le connaissez déjà fort bien. Si tout le reste disparaissait, seul le Soi demeurerait. Vous auriez l'impression de sortir d'un rêve.

Comprenez votre Soi. Ne le définissez pas, ne le décrivez pas, ne le jugez pas. Voyez-le simplement tel qu'il est, tel que vous êtes. Il est temps d'être libre, et léger, de rire, de goûter à la gaieté naturelle. Devenez un rayon de lumière ! La Shakti intérieure s'exprimera à travers vos paroles et vos actes. Ce n'est qu'en connaissant son Soi que l'homme participe pleinement à ce

monde. Tant qu'il vivra dans son imagination, tous ses efforts seront vains. Mais la lumière de la connaissance du Soi rayonne même au sein des activités ordinaires. Celui qui connaît le Soi est un soleil qui brille dans les ténèbres. Toute sa vie est une aide à l'humanité, tout le reste passe en temps voulu.

Connaissez le Soi, voyez le même Soi en chacun, cela ne dépend pas *d'eux* mais de *vous* ! Il s'agit de votre propre vision. Le Soi s'est manifesté en tant que personnages parfois très étranges. Cependant il réside à l'intérieur de toutes ces manifestations bizarres. Quand notre vision est pure, nous réalisons que le même Soi est devenu chacun et chaque chose.

Quand nous ne voyons que le Soi, partout, nous reconnaissons sa véritable gloire et nous comprenons la grandeur de Dieu. Nous reconnaissons cette gloire et cette grandeur en nous, en tant que notre propre Soi. Cette reconnaissance nous comble de joie, et nous accorde la paix suprême. C'est cela la connaissance du Soi, et c'est cela le Siddha Yoga.

En 1986, Gurumayi a dit : *" Nous voulons donner un certain cours à notre vie ; si nous réussissons, nous disons : ' Il y a tant de grâce dans ma vie ! ' Mais si elle ne se déroule pas comme nous le voulons, nous nous écrions : ' Il n'y a aucune grâce dans ma vie ! ' "*

Nous ne pensons jamais à la façon dont nos karmas s'épuisent, nous ne comprenons jamais que le but de notre vie en ce monde est de subir les conséquences de toutes nos actions. Les bonnes actions entraîneront des expériences en conséquence et, inversement, les mauvaises actions entraîneront les pires conséquences. Vous n'aurez que ce que vous méritez. Voilà pourquoi les sages nous exhortent à rechercher la vérité. Faites bon usage de votre corps, ménagez-le, c'est ce véhicule qui VOUS permettra d'y arriver.

Les Yogas Sutras disent : ' Quand le feu de la Connaissance brûle, il détruit les péchés, les caprices de l'esprit et l'ignorance. ' C'est ce qui doit se produire. La pure Connaissance doit naître en nous, pour que nos questions trouvent une réponse, pour que nos doutes s'évanouissent et que nos négativités soient détruites. La pure Connaissance doit jaillir, sans elle nous gaspillons notre vie et nous vivons dans maya, dans l'ignorance, l'instabilité de l'esprit, sans elle, notre vie n'est qu'une succession de drames.

Quand vous faites votre sadhana, vous devez vous soumettre de maintes façons. Quand l'homme doit se plier, il oppose toutes sortes de résistances, et c'est naturel. Vos résistances entraînent des souffrances, mais lorsque vous n'en opposez plus, tout se passe dans l'harmonie. De toutes façons, la sadhana doit se faire, les pratiques doivent être respectées. Il s'agit de polir le miroir du Soi pour que le Soi puisse se refléchir avec éclat dans son propre miroir.

Baba répétait toujours : ' La vérité est en vous. ' Il ne disait pas : ' Je suis le seul à détenir la Vérité, venez à moi seul. ' Il disait : ' Recevez la grâce, la vérité est en vous '. Si seulement vous fermez les yeux pour aller à l'intérieur, vous verriez ce que vous êtes réellement, c'est à dire l'Atman, la Vérité.

La purification commence lorsque vous recevez la grâce. C'est notre devoir, au travers de notre sadhana, au travers de notre tapasya, au travers de notre pratique de rester constamment en contact avec cette grâce, de façon à être dans la droite ligne. Quand nous nous en écartons un tant soit peu, nous nous retrouvons dans des situations conflictuelles et confuses, sans aucune

expérience. Restons toujours en contact avec l'expérience de la grâce ! Notre sadhana, notre tapasya, nos pratiques, devraient être chargées de la puissance de la grâce à chaque instant.

Qu'est-ce que la grâce ? Une grande sainte dans son chant a dit : ' Quand la grâce se manifeste, la terre se transforme en or, la pierre commune est chargée du pouvoir d'alchimie. Regarde ! La béatitude que j'ai cherchée pendant des années m'éblouit à l'instant. Là, dans un temple né de la terre, j'ai vu un rubis et là, j'ai abandonné mon passé derrière moi pour toujours, Oh Seigneur ! Quand se manifeste la grâce, la terre se change en or. ' Et notre corps est fait de la terre. Oui, quand se manifeste la grâce, ce corps brille de la lumière de Dieu.

Nous ne sommes personne, mais quand la grâce est là, nous devenons la Vérité. Nous ne sommes personne, mais quand la grâce est là, nous nous immergeons dans la Vérité.

Quand nous regardons les gens, nous considérons leur profession, leur niveau de vie, leur façon de parler, leur façon de penser, nous observons leur comportement, et c'est là-dessus que nous les jugeons. Cependant la grâce va au-delà de toutes ces barrières que nous avons érigées au cours de notre vie. La grâce détruit toutes ces choses et octroie l'expérience de la Vérité, l'expérience du Tout-Puissant.

Et son chant continue : ' Inimaginable est la lumière dans l'oeil, indescriptible est le son dans l'oreille, incomparable est le goût sur la langue. Partout vous le trouverez, dans la plus petite particule de poussière, dans le bois massif, dans le tendre brin d'herbe. Il est partout, le subtil, l'impérissable, le Seigneur immuable ! ' Ainsi quand la grâce VOUS touche, vous voyez partout la lumière de Dieu, la lumière de la Vérité. Vous entendez partout le son de la Vérité. C'est le chant de Dieu. Tout ce que vous goûtez est nectar, que ce soit la nourriture la plus sèche ou la nourriture la plus délectable... tout n'est que nectar.

Vivre dans ce corps devient un miracle toujours plus grand. La sainte dit que vous le voyez partout, non seulement dans les endroits magnifiques, mais encore dans la plus fine particule de poussière. Dans le bois massif, dans un tendre brin d'herbe, vous voyez la lumière de Dieu en tout et en chacun. C'est pour cette grâce que nous faisons notre sadhana, nos pratiques, notre tapasya. Il est dur de se plier, mais une fois que c'est fait, c'est un fabuleux voyage qui commence, c'est une grande sadhana, et la fusion est incroyable !

Lorsque vous êtes touché par la grâce, tout devient miracle, tout devient joie. L'amour et la grâce se déploient sous vos yeux. L'homme de science dit : ' Il y a une raison scientifique derrière tout ', le yogi dit : ' c'est le jeu de l'esprit ', le disciple dit : ' c'est la volonté de Dieu ', et le méditant dit : ' c'est le jeu de la conscience '. Pourquoi disent-ils tout cela ? Parce que c'est leur expérience, c'est ce qui leur est échu.

Nous devons nous perdre dans la vérité pour que ce monde entier soit notre expérience, qu'il soit boue ou diamant, arbre ou buisson sauvage, torrent ou pluie, beauté ou laid, lieu superbe ou sinistre. Faites l'expérience de la grâce pour voir le monde dans sa totalité sans en avoir peur, sans avoir peur de vous-même, sans avoir peur de la vie. C'est dans le seul but de nous perdre dans la Vérité et de devenir la Vérité que nous méditons, que nous poursuivons une sadhana et faisons nos pratiques. "

avec amour