

À la RECHERCHE du SOI

UN COURS POUR RECEVOIR LES ENSEIGNEMENTS DE LA MÉDITATION SIDDHA YOGA

VOLUME 2
LEÇON 12

Chers amis,

J'ai récemment reçu une lettre dans laquelle un lecteur me disait : *Vous dites toujours que la concentration sur le Soi est le lien avec le Guru intérieur. Vous expliquez comment nous recevons la grâce qui transforme nos vies et vous ajoutez d'autres belles choses. mais je me demande parfois en quoi cela me concerne et ce que je peux en tirer.*

A vrai dire, ma vie n'est pas très brillante, je ne suis pas très heureux et mes souffrances sont encore bien réelles. Il y a beaucoup de gens qui souffrent en ce monde et, quand je lis " Souvenez-vous du Soi, souvenez-vous du Guru ", je trouve que ces mots ne veulent pas dire grand-chose. Que faire lorsque la douleur est plus réelle que toutes ces belles paroles ?

La douleur est réelle et le Siddha Yoga ne la nie pas. Nous devons la subir pour nous purifier et venir à bout de certains karmas ; et si, parfois, allant au-delà du plaisir et de la douleur nous restons détachés et non affectés, cela n'est pas une négation de la douleur.

La douleur vient souvent de pensées ou d'émotions pénibles ; c'est alors le corps subtil qui souffre. La douleur physique, comme celle qui accompagne une jambe cassée, appartient au karma du corps ; dans ce cas-là ou lorsque nous sommes chez le dentiste, il est inutile de prétendre que nous n'avons pas mal !

Par contre, ce moment est idéal pour répéter le mantra ou prendre du recul par rapport à notre corps. L'identification au corps mène à l'identification au plaisir et à la douleur et vice-versa.

Quand je suis chez le dentiste, je m'entraîne à aller le plus loin possible en moi ; j'ai alors de très belles méditations. La douleur est toujours présente, sur le plan physique, mais il existe un niveau de conscience qui se situe au-delà de la douleur ; quand celle-ci se manifeste, elle peut nous servir de véhicule vers des niveaux plus profonds.

©Edition originale en anglais : 1985, 1992 SYDA Foundation®

©Edition en français : 1989, 1999 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.: (1) 40 29 09 80

Ce monde devient une partie de plaisir si nous connaissons le Soi et la vie est alors un jeu amusant qui n'a pas de conséquences graves. Mais une telle perspective n'est possible que si nous connaissons notre véritable nature. Dans le cas contraire, la vie peut ressembler à une histoire d'horreur. C'est pour cette raison que nous devons nous libérer de toute identification et de tout attachement.

Les gens parlent non seulement de leur propre souffrance mais également de tout ce qui ne va pas dans le monde. *Si tout est parfait et tel que Dieu le désire, pourquoi y a-t-il tant de terreur, de tragédies et de destruction ?* Le fait de connaître le Soi change totalement notre point de vue à ce sujet. En effet, aucune réponse ne sera satisfaisante si nous sommes attachés à notre vie personnelle et si nous continuons à nous identifier à notre corps. Nous devons donc découvrir ce qui existe au-delà de ce monde.

Nous avons surtout besoin de prendre les choses moins au sérieux et d'avoir une attitude moins grave si nous voulons voir la vie et le monde sous leur vrai jour. C'est lorsque la lourdeur et le sérieux s'installent que la vie paraît douloureuse et ennuyeuse. Nous devons changer d'attitude si nous voulons améliorer notre vie et notre expérience du monde. Essayer de changer le monde ou les autres revient à modifier le miroir pour nous rendre plus beaux.

En tous cas, la souffrance est inhérente à notre identification au corps et au monde. Le monde manifesté doit son existence aux polarités telles que la lumière et l'obscurité, la douleur et le plaisir. Vivre en ce monde signifie que le corps prend part à ce qui fait mal ou fait plaisir. Nous pouvons, bien sûr, nous adonner à certaines pratiques ascétiques pour aller au-delà, mais là n'est pas la démarche du Siddha Yoga. Au lieu de nier la souffrance, il faut aller au-delà de l'identification au corps qui la subit, s'identifier au Soi et affirmer : *Je suis le Soi, je suis la Conscience.*

Cela peut paraître difficile, mais le fait est que nous ne sommes pas le corps ; celui-ci ne sera plus que poussière dans un avenir relativement proche, aussi, cessons de nous identifier à lui, sinon, nous croirons que nous sommes bien morts lorsque nous aurons quitté ce monde. Mais puisque le Soi est immortel, nous ne mourrons jamais. Si nous sommes encore en vie après que le corps est devenu poussière, c'est que, de toute évidence, notre véritable nature est faite d'autre chose.

Imaginez que, revêtus d'une combinaison de plongée de deux cents kilos, vous soyez condamnés à vivre au plus profond de la mer. Vous auriez alors du mal à vous déplacer malgré tous vos efforts et penseriez peut-être : *Sur Terre, j'étais libre de courir, d'aller où bon me semblait, de faire ce que je voulais, mais à présent, je peux à peine bouger. Ici, je n'ai pas d'autre choix que celui de porter cet énorme poids.*

C'est quelque peu notre triste condition, encombrés que nous sommes de ce corps physique ; bien pire encore serait de nous identifier à notre scaphandre ! Sur le plan subtil, nous pourrions filer comme un éclair sans être limités par notre corps. Ici bas, tout est lourd et lent, tout met du temps à se manifester contrairement à ce qui se passe dans les mondes subtils où tout se fait à la vitesse de la pensée. Tant que nous nous cantonnons à ce corps encombrant et à la lourdeur du monde physique, nous ouvrons la porte aux difficultés et à la lourdeur.

Quand la douleur est là, que peut-on y faire ? Essayez donc de trouver quelqu'un qui n'ait jamais souffert, vous chercherez longtemps ! Ainsi vont ce bas monde et son karma. Comprenons bien qu'il est impossible de vivre sans souffrir. Essayons plutôt de voir comment fonctionne le syndrome du plaisir et de la douleur et ne nous y laissons pas prendre. Ne laissez donc pas votre esprit se fixer sur l'idée de la souffrance physique sinon cela deviendra un réflexe qui vous poursuivra jusqu'à la fin de cette incarnation et vraiment, cela n'en vaut pas la peine !

Vient ensuite la douleur émotionnelle, la souffrance du corps subtil. Ce que nous appelons " les émotions " sont des vibrations de ce corps-là. Un yogi apprend à les contrôler tandis que le commun des mortels est sensible à la moindre vibration, agréable ou désagréable. Nous ne réalisons pas que nous avons le choix dans ce domaine ; mais, puisque nous avons un corps subtil, pourquoi ne pas le contrôler ?

D'où vient la douleur émotionnelle ? Elle vient essentiellement du passé ; c'est ce que le sanskrit désigne par samskara, ces impressions qui prennent forme dans le corps subtil et que nous ressentons indéfiniment comme des habitudes ; nous y sommes attachés à notre insu. A vrai dire, rien ne semble les provoquer en nous, par conséquent, nous cherchons à les attribuer à une cause extérieure et de ce fait, à les justifier. Ces choses sont non seulement habituelles, mais encore, elles deviennent une véritable dépendance, même si la sensation qu'elles procurent est très désagréable. Qui le croirait ?

Une fois que nous sommes devenus dépendants, toutes les occasions sont bonnes pour réactiver telle ou telle émotion. Quelqu'un emboutit notre voiture, nos vêtements tout neufs sont éclaboussés de peinture, notre patron nous licencie, notre mari ou notre femme nous révèle qu'il y a quelqu'un d'autre dans sa vie, notre petit(e) ami(e) nous dit que c'est fini, notre maison brûle, on nous a volé nos bijoux, la bourse dégringole, notre ami nous déçoit et ainsi de suite. Toutes ces choses qui arrivent à chaque instant nous servent de prétexte pour intensifier les remous de notre corps émotionnel et, si nous ne trouvons aucune cause dans la réalité, nous inventons et imaginons mille excuses auxquelles nous croyons ; beaucoup sont dans la détresse à cause de cela.

Le monde extérieur est en perpétuel changement, chose que n'aime pas le corps subtil ; il en est tellement affecté qu'il adopte une attitude négative pour améliorer les choses ! Comme le corps subtil est sensible aux changements, tout ce qui est transitoire est une source potentielle de douleur : soit une chose est pénible tant qu'elle dure, soit elle est agréable mais cède la place à la souffrance dès qu'elle est terminée.

L'équanimité est une façon de combattre ce malaise. Lorsque nous sommes établis dans l'état d'égalité de conscience, la souffrance disparaît ; mais tant que nous espérons une chose et non une autre, tant que nous aurons des désirs, les émotions négatives seront là.

La souffrance émotionnelle est notre lot presque constant puisque des désirs qui ne sont pas en accord avec la Shakti s'élèvent sans cesse en nous. Que faire ? Tout d'abord, nous pouvons commencer à ne plus nous sentir *concernés* par ce qui arrive, mais attention ! cela ne signifie pas être indifférents à tout, comme peut l'être un clochard ! Il s'agit, ici, d'avoir du détachement ; nous pouvons certes être heureux et profiter pleinement de la vie tout en étant détachés.

Baba a dit : *Le plaisir et la douleur sont transitoires ; ils caractérisent les quatre instruments psychiques et constituent leur dharma. Tant que vous serez identifiés à votre corps, vous aurez toujours une maladie après l'autre, une douleur après l'autre ; si vous cessez de penser à votre corps pour vous identifier à votre Soi intérieur, vous trouverez le calme et la paix.*

Bien qu'un grand être ne fasse qu'un avec le Soi, sa destinée ou prarabdha n'est pas achevée ; il doit encore subir les conséquences de ses actions accomplies dans des vies antérieures, bonnes ou mauvaises. Même si un être est libéré dans cette vie, il devra subir le prarabdha lié à son corps.

Tant qu'il sera dans son corps et malgré sa grandeur, il devra subir les effets de ses karmas antérieurs. Voilà pourquoi les grands êtres ne se ressemblent pas et vivent chacun à sa manière. Ils n'échappent pas à leur prarabdha karma.

Le Seigneur Krishna a dit : " O Arjuna, un grand être ne connaît ni l'attachement ni l'aversion. Pour lui, les plaisirs des sens sont ressentis comme la félicité du Soi ; s'il rencontre la souffrance ou si celle-ci vient à lui, il la vit, sachant que cela fait partie de son destin.

O Arjuna, un grand être doit affronter le bien ou le mal, il n'en éprouve ni joie, ni chagrin et il ne les fuit pas en allant se réfugier au fond d'une grotte ou d'une forêt. Il reste là, s'établit dans la caverne de son propre cœur et demeure dans l'extase.

Seuls nos deux premiers corps sont sensibles au plaisir et à la douleur ; bien qu'il ait atteint l'état de perfection et qu'il soit uni au Soi, un grand être devra assumer son prarabdha tant qu'il sera dans son corps.

Si vous avez oublié cette notion de prarabdha karma dont Baba parle, il serait bon de revoir la leçon 23. En bref, le prarabdha karma est tout ce qui nous arrive dans cette vie ; c'est ce que notre corps subit. On peut, soit s'identifier à son corps, soit comprendre que c'est le karma du corps que de subir ce qui lui arrive. Comme le dit Baba, même un être illuminé a un prarabdha karma, c'est cela qui maintient son corps en vie ; sans cela, il quitterait son corps dès qu'il aurait réalisé le Soi. Le corps continue donc à vivre sa vie, mais il n'y a plus de phénomène d'identification ; voilà pourquoi un grand être peut nous accorder son darshan.

Nous devons donc aller jusqu'au bout de notre karma ; tout ne s'arrête pas parce que l'on a réalisé le Soi. C'est là que nous participons à la vie sans nous laisser entraîner ; c'est là que nous faisons comme si les choses comptaient alors que nous savons qu'elles ne comptent pas et c'est là que la vie devient un jeu qui n'a aucune conséquence sérieuse.

Il est important de comprendre que ce corps a son propre karma. La vie ne va pas se changer en un monde de rêve dès que nous aurons réalisé que nous avons toujours été Dieu. Le spectacle continuera, le corps vivra ce qu'il aura à vivre sans être dispensé des blessures, des maladies ou de la douleur. S'affranchir de ces choses, c'est les considérer comme faisant partie du monde et du corps, c'est aussi ne plus s'identifier à ce dernier.

De nombreux saints ont eu une vie difficile, beaucoup ont été persécutés, torturés, crucifiés. On ne peut pas croire que de tels enseignants de Vérité aient pu être dénoncés par des ignorants. Les sauveurs de ce monde sont souvent condamnés. Pensez-vous que le Christ serait mieux accueilli aujourd'hui s'il revenait parmi nous ? Il a subi cruauté et tortures pour avoir simplement enseigné l'amour. Sa vie en tant que grand être est loin d'avoir été facile, mais son état intérieur n'en a pas été affecté.

Le corps physique passe donc par toutes ces épreuves car le monde est ainsi fait. Toutes ces maladies, ces prétendus accidents, ces guerres et ces atrocités ne sont que le prarabdha karma. Mourir de vieillesse n'est pas nécessairement la meilleure façon de mourir, ce n'est qu'un moyen d'en finir quand nous avons trop longtemps erré ici-bas. Nous sommes bouleversés par la mort d'un être jeune, nous pensons qu'il est parti avant son heure, qu'il n'a pas eu la chance de vivre sa vie, mais ce point de vue est très limité car chacun demeure sur cette terre le temps qu'il doit y rester et part à l'heure fixée.

Ce n'est pas de la malchance que de ne subir que dix à vingt ans de karma. Ce n'est pas un grand malheur que de quitter ce monde prématurément. Les royaumes subtils supérieurs sont bien plus exquis, bien plus joyeux, bien plus beaux que nous ne pourrions l'imaginer. La beauté que nous percevons ici-bas n'est que le reflet de la véritable beauté, notre vie n'est que le reflet de la vraie vie. Respectons le temps que nous sommes destinés à passer sur terre, mais ne nous lamentons pas quand il faut quitter ce plan. Sans aucun doute, quelque chose de meilleur encore nous attend.

Mieux vaut vivre notre karma dans la joie. Ne regrettons pas d'avoir planifié cette incarnation, elle n'est pas ce qu'elle nous paraît être. Nous avons tendance à nous demander ce que nous avons bien pu atteindre après tant de vies. Nous pensons que nous sommes ces êtres étranges et misérables et que les situations de cette vie sont ce qu'il y a de mieux à vivre.

Le mental ne peut totalement comprendre le karma. Il est difficile de comprendre *pourquoi* nous vivons ce que nous sommes en train de vivre, parce que nous avons tendance à voir les événements de notre point de vue limité et non tels qu'ils sont, si bien que, lorsqu'un obstacle surgit, nous pensons que tout va mal, que tout est difficile et nous nous demandons pourquoi nous devons le subir. Nous ne comprenons pas que c'est peut-être une occasion d'approfondir notre foi, d'apprendre la patience et d'affermir notre force intérieure. Les temps difficiles sont bénéfiques ; pourquoi les voir comme une punition ? Considérons-les comme des camps d'entraînement pour l'âme.

En un sens, les épreuves que nous traversons sont là pour renforcer notre foi, notre patience et cultiver notre force intérieure. Nous apprenons à être moins égocentriques, à développer toujours plus de compassion et à comprendre les autres. Toutefois, lorsque nous traversons ces difficultés, nous ne pouvons nous empêcher de nous demander pourquoi c'est à nous que cela arrive, pourquoi notre karma est si mauvais, et nous perdons la vision juste des choses.

Il faut donc du temps et une compréhension affinée pour vraiment voir le karma tel qu'il est. Il s'agit d'un costume, d'un déguisement, d'un rôle que nous jouons. Nous ne sommes pas ce que nous croyons être et nous n'avons pas encore découvert notre Vérité intérieure.

Nous avons tendance à nous fonder sur les circonstances karmiques et la façon dont notre personnalité actuelle se manifeste. Nous nous chargeons de fautes et de défauts, ne saisissant pas que tout a été planifié pour nous faire progresser dans certains domaines. Ces circonstances de notre karma n'ont rien à voir avec notre véritable vie et notre personnalité présente n'est pas vraiment ce que nous sommes. Nous ne voyons pas la vitesse à laquelle tout change excepté, bien sûr, pendant les périodes où tout se bouscule.

Nous devons bien sûr faire une sadhana pour acquérir cette vision des choses. La compréhension intellectuelle ne nous permet pas de dépasser le niveau de l'intellect, mais, en faisant une sadhana de façon continue, nous y voyons progressivement *plus clair*. Nous réalisons que notre vie et notre manifestation personnelle ne correspondent pas du tout à ce qu'elles semblent être. Nous comprenons également que, de quelque manière que nous décrivions ou définissions notre vie présente, celle-ci est sujette au changement à tout instant.

Rien n'est stable si ce n'est le Soi qui imprègne tout. Seul le Soi est immuable, alors que tout le reste est en perpétuelle mutation. Si nous voyions vraiment la nature éphémère des choses, nous ne chercherions plus à nous plaindre, nous ne perdriions plus de temps à nous lamenter et nous regarderions le film de notre vie à mesure qu'il se déroule.

Dernièrement, une lettre me disait : "*Si tout est le Soi et est créé par le Soi, comment peut-il y avoir des choses différentes du Soi ? Ainsi, quand vous dites 'tout se réduit en poussière à l'exception du Soi qui est éternel', tout ne fait-il pas partie du Soi, y compris notre corps éphémère ?*"

Tout est le Soi et rien n'existe vraiment en dehors de lui ; donc, en disant que seul le Soi ne change jamais tandis que *tout le reste* change, nous entendons, par là, que le témoin, celui qui voit et perçoit, demeure toujours identique, inchangé, impassible, alors que le *jeu* de la Shakti, ce jeu théâtral du temps, de l'espace et des circonstances ne cesse de se dérouler. Le jeu n'est pas différent du Soi ; il se déploie à *l'intérieur* du Soi, comme le rêve au sein de la conscience, mais nous devons comprendre la nature de ce jeu pour ne pas nous laisser troubler par certains de ses aspects. Un jeu n'est jamais qu'un jeu qui doit être pris comme tel. Si nous le prenons trop au sérieux, c'est parce que nous n'en saisissons pas la véritable nature.

La meilleure approche de chaque chose et de chaque être est l'amour. Même si tout va mal, même si la douleur est intense, l'amour peut tout arranger. L'amour est plus puissant que la douleur, il peut l'absorber. L'amour soulage et guérit. Si nous le maintenons en nous, notre seule présence pourra toucher et reconforter notre entourage, sans même que nous en ayons conscience. Quand nous reconnaissons le Soi et que nous savons qu'il existe en tant que chaque être, nous devons rester centrés sur l'amour.

Notre devoir est fonction de notre compréhension. On n'attend pas grand-chose de celui qui ne comprend rien ; mais, plus nous comprenons, plus nous sommes conscients et plus il nous est demandé. Aussi, évitons d'entretenir des sentiments négatifs qui affectent notre entourage car, comme nous le savons, les conséquences en sont d'autant plus sévères, surtout lorsque nous sommes conscients de cela. Ainsi, nous créons un karma d'autant plus intense que nous savons ce que nous faisons.

Pourquoi Gurumayi nous répète-t-elle sans cesse les mêmes choses ? Parce que chaque fois que nous les entendons elles deviennent plus réelles pour nous et nous imprègnent davantage. Gurumayi nous a toujours enjoint de voir le Soi partout et d'aimer chacun en tant que Soi divin. En 1986, elle a dit : *"Un des termes que l'on utilise continuellement dans le Siddha Yoga, est 'pratique' ; nous disons que la pratique mène à la perfection. Dans le Siddha Yoga elle est nécessaire pour devenir parfait, et elle conserve encore toute son importance pour celui qui a atteint l'état de perfection. Baba disait qu'au début, la sadhana est le moyen et qu'à la fin, elle est le fruit.*

La méditation constante sur la Vérité amène l'expérience permanente de la plénitude. Dans son chant, un saint a dit : 'Quand mon esprit s'est concentré sur la grâce, j'ai éprouvé une grande satisfaction. J'ai adoré la Vérité, ma joie s'est intensifiée, je suis devenu heureux et j'ai cessé de m'identifier faussement à mon corps. Alors, j'ai pu voir la Vérité, Dieu en mon être même, et je ne me suis plus senti lié au monde. Cette expérience ne s'est pas bornée à moi-même, elle s'est étendue aux trois mondes. Ceux-ci sont devenus Conscience pour moi, et j'ai réalisé que cette félicité intérieure existait également partout. J'ai vu Dieu ; cette expérience est permanente"

En vérité, nous sommes tous concernés par cette recherche. Certains le comprennent et ont le sentiment d'appartenir à la même famille. Nous comprenons que nous sommes tous identiques intérieurement, que nous partageons le même Soi, qu'il n'y a qu'une vie et que la façon de l'assumer ne passe pas par l'égoïsme mais par l'entraide. Nous savons que nous avons tous des samskaras qui font que nous sommes tels que nous sommes, et nous devons avoir de la compassion les uns envers les autres. Nous n'avons pas choisi d'être tels que nous sommes. Les samskaras sont puissants, ils nous contrôlent depuis plusieurs vies ; nous ne devons pas céder à la colère ou entretenir des rancunes à cause d'eux. La sadhana sert à nous en libérer, voilà ce qu'il faut comprendre en ce qui concerne nos relations avec les autres.

Un jour, Gurumayi a raconté l'histoire de quelqu'un qui, grâce à ses bonnes actions, pouvait aller au Paradis ; or il avait également commis quelques actions égoïstes et inconsidérées et il dut tout d'abord passer un certain temps en Enfer. Dans le réfectoire de l'Enfer, les damnés mangeaient avec des cuillers plus longues que leurs bras ; par conséquent, ils ne pouvaient atteindre la nourriture qui tombait par-dessus leur épaule, si bien que personne ne pouvait manger. Lorsque cette personne atteignit finalement le Paradis, elle découvrit que l'on y utilisait les mêmes cuillers mais qu'au lieu d'essayer de se nourrir personnellement, les gens se nourrissaient mutuellement.

Cette histoire simple contient un grand enseignement. Nous vivons tous sur cette terre et nous avons besoin les uns des autres. Un être humain ne peut vivre dans l'isolement complet, sans contact avec ses semblables. Nous partageons certaines énergies en étant en présence les uns des autres, même dans le silence, et ces énergies nous soutiennent en profondeur. Le Karma partagé avec autrui ne se présente pas forcément sous forme de circonstances spectaculaires et passionnantes, mais nous pouvons échanger de puissantes énergies en quelques instants, sans que rien de particulier ne se passe.

Nous sommes toujours et avant tout préoccupés par notre propre personne ; les besoins et les épreuves des autres passent au second plan. Nous cherchons à ne manquer de rien et à nous

assurer de l'attention et de l'amour de notre entourage. Ainsi préoccupés, nous sommes tendus et malheureux, tout comme ces êtres en Enfer qui essayaient en vain de se nourrir.

Le secret est de comprendre que nous partageons tous ces mêmes désirs, donc de satisfaire ces désirs chez les autres. Il est bon d'avoir de la bienveillance vis-à-vis de ses semblables, de se montrer chaleureux et accueillants, de voir Dieu en chacun, d'être serviables et pleins d'amour ; c'est une attitude qui est supérieure à la méditation : on peut méditer pendant trois heures et se montrer ensuite hargneux ou désagréable en se vantant de sa méditation, sans aucun amour ; or l'amour intérieur *est* une méditation vivante.

Gurumayi, citant les paroles du Seigneur Krishna dans la Bhagavad Gita, a dit : *Celui qui Me voit partout et qui voit tout en Moi, n'est jamais séparé de Moi. L'amour ultime, absolu et suprême consiste à voir Dieu en chacun et en tous.*

L'amour est le principe fondamental. Si nous le refoulons, notre vie se déroule sans "rasa". Baba employait souvent le mot "rasa". Sans amour, la vie est sans rasa, c'est-à-dire sans saveur, sans nectar ; elle est privée de vigueur, d'énergie, elle n'a aucun éclat. En conséquence, le Seigneur Krishna dit : "Le disciple qui Me voit en tout et partout n'est jamais séparé de Moi ; lui et Moi ne faisons qu'un !"

Lorsque vous êtes amoureux, tout devient possible ; vous avez des ailes, vous pouvez voler et sauter n'importe où, vous devenez une femme de rêve ou un superman. L'amour accorde tous les pouvoirs, tous les riddhis, tous les siddhis, il peut guérir, élever et engendrer une vie nouvelle. Soyez donc amoureux de l'amour et tout sera possible.

Le message de Baba était le suivant : "Méditez sur votre Soi, adorez votre Soi, honorez votre Soi, comprenez votre Soi. Dieu demeure en vous, en tant que vous et pour vous". Forts de cette compréhension et établis dans l'amour, nous vivons dans la plénitude, nous agissons par amour, nous parlons par amour. Tout ce que le monde nous donne, nous l'offrons en retour ; tel est le yoga de l'amour.

Yoga signifie "réunion" ; c'est l'amour qui retrouve l'amour et qui s'y fond. Kabir a dit : "La lumière se perd dans la lumière donc l'amour se perd dans l'amour ; c'est à ce moment-là que la Vérité intérieure se voit à l'extérieur. Alors, tout ce que vous chantez et dites est le nom de Dieu, tout ce que vous faites est pour Lui, tout devient parfait car l'amour divin est immaculé."

Veillez revoir la leçon 39.

avec amour