

À la RECHERCHE du SOI

UN COURS POUR RECEVOIR LES ENSEIGNEMENTS DE LA MÉDITATION SIDDHA YOGA

VOLUME 2
LEÇON 16

Chers amis,

Dans cette leçon, nous allons répondre aux questions posées lors de récents Ateliers.

Q. *Kabir a dit : " Seigneur, faites que ma condition spirituelle me laisse toujours insatisfait. " Quand je lis Le Jeu de la Conscience de Baba et les poèmes de Gurumayi, je suis effrayé de voir par où ils sont passés ; j'ai l'impression que je ne pourrai jamais supporter une sadhana aussi intense. Est-ce que la sadhana devient plus ardue à mesure que l'on avance sur le chemin spirituel ?*

R. La sadhana ne devient plus ardue que si vous êtes assez forts pour le supporter. N'ayez pas peur de la sadhana ni de la tapasya. Acceptez courageusement les épreuves ; leur but est de vous libérer et non de vous nuire. Si nous avons la bonne attitude, notre sadhana devient une expérience des plus agréables et des plus intéressantes. Vous savez certainement à quel point vous vous ennuierez sans sadhana, alors, profitez-en et n'oubliez pas que le Guru (ou encore Dieu ou Shakti) vous donnera, dans sa compassion, tout ce dont vous aurez besoin et qu'il ne vous fera subir que les expériences nécessaires.

Vous avez lu l'autobiographie de Baba, mais ne croyez pas que votre sadhana doit ressembler à la sienne ; elle lui était très spécifique, tout comme la vôtre l'est pour vous. N'ayez pas peur de votre sadhana. Dieu est bienveillant, la shakti est bienveillante et nous n'allons être confrontés ni à la cruauté ni à la haine ni à l'indifférence. Nous devons avoir une confiance et une foi totale en notre voie spirituelle.

Nous recevons tous ce qu'il nous faut au moment où nous en avons besoin ; tout est entre les mains de la shakti et de la grâce. Nous devons fournir un effort bien sûr, mais n'oublions pas que nous ne sommes pour rien dans ce qui doit être fait et que nous n'avons jamais rien revendiqué ; soyons bien conscients que tout arrive sans nous, parfois *malgré* nous, mais jamais à *cause de* nous. Si nous abordons la vie avec cette attitude et cette compréhension, nous apprécierons la vie et la vivrons comme un grand jeu, une lila, un jeu de la Conscience, comme le font les Siddhas.

©Edition originale en anglais : 1984, 1995 SYDA Foundation®

©Edition en français : 1986, 2000 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

Votre sadhana est unique, c'est bien vous qui la menez et personne d'autre. Personne ne s'est trouvé là où vous êtes, en même temps que vous, dans les mêmes situations et circonstances. En tant qu'individu, vous êtes absolument unique. Personne n'a jamais été vous ni ne le sera jamais. Vous êtes la seule occasion pour Dieu d'être la personne que vous avez toujours été.

Grâce à notre sadhana, nous pourrions nous libérer dans cette vie même, être un siddha dans ce corps et connaître l'extase de la conviction. Pourquoi cela devrait-il se faire sans efforts ? L'abandon et le sacrifice sont nécessaires pour atteindre la réalisation. Un jour, quelqu'un a demandé à Baba ce qu'il fallait abandonner et sacrifier ; il a répondu : *Vos limites et votre ignorance sont les seules choses à abandonner et à sacrifier.*

Malheureusement, nous ne savons pas reconnaître ce qui nous limite et nous maintient dans l'ignorance ; nous prenons parfois cette dernière pour de l'intelligence et de la sagesse et nous la considérons davantage comme un motif de fierté qu'une source de gêne. Ce que nous prenons pour des talents n'est que limitations. En refusant de nous abandonner, nous retardons notre libération. Nous sommes, par exemple, attachés à nos revenus, à notre compte en banque (nous sommes peut-être économes) et nous ne réalisons jamais la valeur de la *dakshina* qui est un moyen cosmique de mieux nous connecter à la source et d'intensifier notre expérience de l'abondance.

Si nous économisons l'eau et la stockons, elle stagne et croupit. Nous ne profitons jamais pleinement de ce qui nous est offert ; pour cela, nous devons abandonner et sacrifier notre ancienne compréhension et nos vieilles façons d'agir. Nous ne réalisons pas que l'abandon de ce qui est révolu conduit à l'expansion et à la richesse de la nouveauté. Si nous nous accrochons à ce qui est ancien, la nouveauté restera hors d'atteinte.

Acceptons les changements que la shakti nous suggère dans le cadre de notre sadhana car ils nous conduiront à la liberté ultime et à la plénitude de notre nature. La shakti n'exige rien de plus ; elle est toujours derrière nous, à nous encourager ; il nous suffit de connaître nos besoins pour nous rendre compte de son rôle. Si notre attitude et notre approche sont justes et si nous saisissons l'occasion, nous verrons inmanquablement que la shakti ne nous offre que les conditions et expériences utiles à notre sadhana.

Q. Depuis peu, j'ai perdu mon intérêt pour les choses de ce monde. Vous nous avez expliqué qu'il fallait manifester de l'enthousiasme pour cette vie et pour l'instant présent. Que pouvez-vous suggérer à ceux qui sont dans mon cas ? Que puis-je faire pour développer cet enthousiasme dont vous avez parlé ?

R. Si la perte de l'intérêt pour le monde indique une perte d'attachement, elle n'est pas en contradiction avec l'enthousiasme pour la vie ; ces deux pertes peuvent en effet aller ensemble. En fait, moins vous êtes attachés au monde, plus vous êtes enthousiaste et productif, aussi étrange que cela puisse paraître.

Lorsque nous nous laissons prendre par les détails de ce monde, nous ne savons plus où est la vérité et où se situent nos priorités. Si, au contraire, nous sommes détachés du monde extérieur et si ce dernier ne nous perturbe plus, nous avons tout l'équilibre et toute la présence d'esprit, sans compter l'équanimité et la sérénité pour pouvoir agir le plus efficacement possible ; cela signifie

être consciemment uni à la shakti, admettre l'existence d'un pouvoir supérieur et comprendre que nous ne faisons qu'un avec lui. A partir de là, nous pouvons nous préoccuper des détails qui nous sont nécessaires et de tous ceux qui contribueront à réjouir les autres.

Le détachement et l'équanimité accroissent l'enthousiasme qui nous permet d'apprécier les joies simples de la vie et le plaisir du jeu sans que rien ne vienne alourdir ou perturber notre perception. Se désintéresser de ce monde ne diminue pas notre enthousiasme. D'autres facteurs entrent en jeu, ici. Nous devons les contempler et les examiner : *Quelles sont les véritables raisons de mon manque d'enthousiasme ? Comment puis-je rendre à ma vie sa joie et sa gaieté ?* Une contemplation et une introspection sincères peuvent être très précieuses.

Q. *J'ai été élevé dans un milieu religieux du Sud des Etats-Unis. Un mot était souvent utilisé : le pardon. Je n'en entends pas parler dans la méditation Siddha Yoga.*

R. Le pardon est essentiel dans la vie. Vous devez tout pardonner à tout le monde, sans exception. Pardonnez à votre passé, pardonnez-vous, pardonnez à tous, pardonnez tout ce qui vous est arrivé jusqu'à présent. Le pardon est capital. Pardonnez-vous, pardonnez aux autres, ne nourrissez aucune rancune, oubliez vos ressentiments, enterrez la hache de guerre. Le pardon est la réponse à tous les abus passés, c'est la clé de notre liberté. Comme nous le savons, tous ceux qui nous ont offensés ne savaient pas ce qu'ils faisaient : *Pardonnez-leur, car ils ne savent pas ce qu'ils font.*

Nous avons tous agi en fonction de nos samskaras. Ceux qui nous ont "trompés" ont été influencés par leurs samskaras mais (et cela est très important) nos propres samskaras ont attiré cette offense dans notre vie. En général, nous refusons d'admettre cela ; or, rien n'est dû au hasard, ni aux circonstances. Personne n'a le pouvoir de rejeter ses erreurs sur notre karma. Ce qui s'est passé était certainement karmique et correspondait à nos samskaras qui sont les semences de notre karma. Qu'ils soient réels ou imaginaires, nos samskaras ne sont pas le fait des autres.

Quand il s'agit des samskaras (les nôtres ou ceux d'autrui), le pardon est d'une importance capitale. Pardonnez-vous pour le mal que vous croyez avoir fait, consciemment ou non. Pardonnez le mal que l'on vous a fait, consciemment ou non. Le passé n'est plus lorsque nous voulons bien le laisser partir. A tout moment, nous pouvons abandonner un samskara si nous le voulons bien.

Se cramponner à un samskara est une source de douleur car il continue à influencer notre perception et notre expérience. Un samskara ne sert à rien ; il ne rétablit pas le score, il ne permet pas aux autres de prendre leur revanche et il ne l'emporte pas non plus sur eux. Alors, chaque fois que cela est possible, reconnaissez-le comme tel et laissez-le tomber. Abandonnez-le à Dieu, au Guru, à votre Soi. Quand nous nous fixons de nouvelles priorités, nous faisons peau neuve. Tant que nous serons sous l'emprise de nos anciennes priorités, celles-ci entraveront notre croissance et notre développement.

Dans la sadhana, nous devons absolument éviter le blâme, autrement dit, nous ne devons jamais rendre les autres responsables de la manière dont nous nous sentons. Baba a dit : *Nous*

devons assumer nos sentiments ; personne d'autre que nous n'en est responsable. Voilà un enseignement capital.

Nous devons faire preuve de détachement lorsque les autres nous tiennent pour responsables de leur état. Si nous savons que nous n'avons rien fait pour les blesser, si nous nous contentons d'être nous-mêmes et si nous respectons au mieux le dharma, nous ne devons pas accepter d'être blâmés. Parfois, le fait que nous recherchions le moyen le plus dharmique d'utiliser notre temps et de vivre notre vie peut, en effet, "blesser" autrui.

Si quelqu'un réitère ses reproches, disons-lui simplement que nous n'avons plus envie de parler de la situation. Ni le dharma ni la bienséance ne nous obligent à nous laisser impliquer dans les affaires des autres, mais sachons faire preuve de compassion lorsque ces derniers essaient de nous entraîner, non par malveillance mais parce qu'ils souffrent d'ennui et de solitude. Restons en dehors de tout cela ; c'est ce qui nous permettra de nous fortifier intérieurement.

Q. Souvent, certains membres de ma famille cherchent à renouer avec moi alors que je n'en éprouve pas la moindre envie. Je sens que je suis quitte avec le passé et que leur compagnie ne m'apportera rien de plus. Certains ont des personnalités irritantes auxquelles je ne tiens pas à m'exposer. Vous parlez de la compassion et j'en éprouve pour eux mais, quand ils insistent pour venir me voir et me parler, je ne veux pas les vexer. Que puis-je faire ?

R. Soyons francs ; si quelqu'un est "vexé", c'est en fait son ego qui l'est. Si c'est nous qui sommes vexés, nous devons examiner en nous, ce qui juge la situation intolérable. Pourquoi rejetons-nous la responsabilité sur les autres ? Pourquoi sommes-nous si facilement vexés ? En faisant notre introspection, nous pourrions identifier les samskaras qui nous rendent vulnérables et faibles et voir ce qui doit être changé en nous, pour devenir plus forts et moins vulnérables.

Restons compatissants tout en prenant soin de nous-mêmes. Cela fait partie de notre dharma (ce n'est ni de l'égoïsme, ni de l'égoïsme) ; cela nous permettra de maintenir intacts notre énergie et notre état intérieur. Lorsque nous vivons un karma commun, nous devons avant tout être en harmonie avec les protagonistes, sans chercher à ce qu'ils se sentent en harmonie avec nous. Leur sadhana n'est pas la nôtre. Notre sadhana est d'être en harmonie avec toutes les conditions, situations et relations, sans pour autant tout accepter, justifier ou excuser ; nous sommes simplement en harmonie avec ce qui est et nous reconnaissons son existence au sein de la création divine ; c'est très important pour notre paix intérieure.

Chacun est ce qu'il est et nous n'y sommes pour rien ; même si les autres nous blâment, nous ne sommes pas responsables de leur état car nous n'avons pas ce pouvoir. Soyons convaincus que nous sommes toujours responsables de nos sentiments et que les autres le sont aussi.

Après avoir entendu cela, êtes-vous toujours exempt de compassion envers vos proches ? Quand ils ont des "personnalités irritantes" auxquelles vous ne voulez pas vous "exposer", essayez de repérer le samskara qui a engendré cette situation particulière. Peut-être cette situation vous permettra-t-elle d'être plus fort, en contribuant à vous faire perdre votre vulnérabilité ou cette préoccupation qui est une source d'anxiété et de tension.

Dieu merci, Gurumayi ne nous envoie pas balader à cause de notre personnalité irritante, de nos remarques déplacées, de notre manque évident d'empathie ou de considération, de notre absence de compassion et de gentillesse. Elle nous accepte comme nous sommes car son amour est inconditionnel ; elle nous accorde sa grâce, même si nous ne sommes pas parfaits. Le Guru ne juge pas et ne condamne pas.

Pour vivre dans le respect du dharma, nous devons faire preuve d'une compassion inébranlable, faute de quoi nous ne pourrions pas faire l'expérience du Soi. Notre ego s'interpose entre nous et la compassion. Nous devons donc voir ce qu'il en est. Si nous ne pouvons accepter ni tolérer l'attitude de l'autre, nous faisons preuve de faiblesse. S'il ne respecte pas le dharma, nous devons bien sûr réagir de façon adaptée, mais avec compassion. Alors, réfléchissez bien avant de vous éloigner de votre famille, car Dieu la fait intervenir dans votre vie dans un but précis. Faites du pardon et de la compassion de bons amis.

Q. Ma question concerne l'amour. Lorsque je ressens de l'amour pour une personne, je veux qu'elle m'appartienne.

R. Cela n'est pas de l'amour car l'amour n'a rien à voir avec la possession. Gurumayi nous aime mais ne nous *désire* pas.

Q. Mais lorsqu'une personne rejette votre amour, comment ne pas s'identifier à ce rejet ?

R. Comment peut-on rejeter votre amour si votre amour est une façon d'être ? Nul ne peut rejeter votre état ; l'amour n'attend rien de personne. Si vous aimez une personne, vous devez accepter qu'elle soit libre de faire ce qu'elle veut. Ne soyez pas possessif ; elle ne vous doit rien sous prétexte que vous l'aimez. L'amour véritable est inconditionnel. Si vous attendez quelque chose en retour, votre amour n'est pas sincère. Pour Baba, dire " *Je t'aimerai si tu m'aimes* " n'est pas de l'amour mais une tractation.

Q. Lorsque le cœur s'ouvre, l'amour s'accompagne souvent de la souffrance liée à la perte. Qu'en est-il ?

R. Sentez votre souffrance jusqu'au bout. Avec l'expérience de la Vérité, la souffrance se fond dans la félicité et la peur de perdre se fond dans l'Unité où rien d'autre n'existe. La souffrance vient du sentiment de séparation, de la peur de perdre, de la dualité. Suivez-vous le Cours par Correspondance ?

Q. Je l'ai suivi pendant près de cinq ans, jusqu'à la leçon qui disait : " Si vous avez suivi ce Cours pendant tout ce temps, vous risquez fort de le suivre toute votre vie " ; alors, j'ai arrêté !

R. Ma parole, vous avez cité mon cas ! Nous avons toujours souligné qu'il fallait reconnaître et vivre l'amour et que nous ne devons dépendre de personne pour l'éprouver. L'amour est notre état intérieur le plus élevé ; pour Baba, ***L'amour est la sensation secrète du Soi***, c'est ce que le Soi ressent. Sans amour, l'expérience du Soi n'est qu'un état mental. Beaucoup passent à côté de l'expérience du Soi à cause de cette méprise.

Q. Les opérations d'urgence et les maladies sont-elles liées au karma et aux samskaras, ou faut-il prendre en compte d'autres facteurs ?

R. Je pense que le karma est la clé de tout événement. Notre karma est constitué de tout ce qui nous arrive, c'est la substance de notre vie, c'est ce qui nous arrive à chaque instant, c'est l'étoffe dont est fait le temps. Notre dharma, c'est notre manière d'appréhender notre karma et de nous relier à lui. Notre dharma consiste à vivre notre karma avec l'attitude la plus élevée possible. Nous ne pouvons rien y changer, du moins, tel qu'il se manifeste en ce moment, en tant que ce moment.

Avec une telle attitude, nous sommes en harmonie avec la situation donnée. Le but de la sadhana est de vivre harmonieusement, quoi qu'il arrive. Etre en harmonie ne signifie pas que l'on renie, que l'on justifie ou que l'on préconise une situation, mais que notre état intérieur reste inchangé, quoi qu'il arrive.

Tout est dû aux samskaras, racines du karma ; si nous sommes en harmonie avec ce dernier, nous nous libérerons de leur influence et c'est là le but de la libération. Nous pourrions alors agir selon la volonté divine et ne serons plus à la merci de nos peurs et de nos souffrances.

Les opérations d'urgence et les maladies sont karmiques et proviennent par conséquent des samskaras mais nous n'avons pas, Dieu merci, à connaître ce qui les relie. Parfois, le lien est évident, par exemple, chez celui qui a fumé des milliers de cigarettes depuis son adolescence et qui meurt d'un cancer des poumons. Si une voiture emboutit la nôtre, le fil n'est pas aussi clair, mais c'est tout de même du karma.

Tout est karmique, cependant nous n'avons pas toujours à connaître la cause spécifique d'une condition ou d'une expérience ; la cause sous-jacente provient très probablement de nos précédentes incarnations et nous reprenons là où nous en étions. Nous pouvons changer ce qui doit l'être dans notre style de vie ou en nous, en vivant de façon plus saine et plus appropriée et en respectant le dharma, sans chercher à comprendre toutes les causes et tous les facteurs qui sont à l'origine de notre façon d'être.

Q. Je prépare une thèse sur le Shivaïsme du Cachemire. Mes professeurs trouvent que je ne suis pas objectif et me conseillent de prendre du recul pour trouver la faille dans le Shivaïsme. Ils disent que mon problème, c'est d'y croire, et me conseillent de l'étudier sans le pratiquer. J'ai donc deux vies, l'une où je pratique en secret le Shivaïsme du Cachemire et l'autre, où je suis un étudiant objectif et critique. Je viens de passer un examen sur le programme des deux dernières années ; je pensais tromper mes professeurs, mais ils m'ont fait comprendre que j'avais encore un long chemin à parcourir au niveau de la critique. Je trouve ma situation très délicate car je n'arrive pas à trouver de " faille " dans le Shivaïsme du Cachemire. J'ai l'impression que si je veux réussir et devenir un érudit et si je veux que ces personnes parlent en ma faveur et m'offrent du travail (c'est ainsi que fonctionne le pouvoir), je vais devoir leur prouver que je suis vraiment objectif. J'ai peur de perdre le contact avec cette partie de moi-même qui croit, j'ai peur de devenir quelqu'un de critique.

R. Ne soyez pas inquiet. Je me rappelle que vous m'avez écrit du Népal lorsque vous étiez alors dans la lignée bouddhiste. Vous pourriez peut-être utiliser ce stratagème pour critiquer le Shivaïsme. Les questions que vous me posiez à l'époque prouvent que vous êtes curieux de nature. Vous pouvez aussi vous mettre dans la peau d'un védantin et critiquer le Shivaïsme à partir de cette position ou encore, incarner un chrétien orthodoxe. Choisissez une perspective qui vous permettra de discuter du Shivaïsme sur le plan philosophique. Il y a quelques années, j'ai assisté à un débat entre deux swamis ; l'un défendait le Shivaïsme et l'autre le Védanta. C'était passionnant car je savais que tous deux avaient raison ; leur approche était différente mais leur but était le même.

J'ai fait une expérience identique à l'université, à un degré moindre. Je suivais un cours de philosophie orientale et j'étais le seul à mettre mes connaissances en pratique. Mon professeur et les autres étudiants trouvaient bizarre que je ne me cantonne pas à l'étude de la philosophie. Mes résultats étaient moyens, mais j'étais le seul pratiquer. Les questions étaient souvent sans rapport avec l'objet de nos études ; à l'époque, je n'avais besoin ni de recommandation, ni de travail, je n'étais qu'un étudiant de deuxième année qui ne se souciait ni de son avenir, ni de la façon de l'assurer.

Je sais que vous n'allez pas vous perdre dans la théorie. Amusez-vous de ce " jeu " universitaire et sachez que le Shivaïsme est une philosophie parfaite car elle est née de l'état d'un être parfait ; toutefois, vous pouvez en faire la critique en vous plaçant dans la perspective d'une autre philosophie.

Le Shivaïsme dit : *Tout est le jeu de Dieu*. Le Védanta dit : *Rien n'est réel. Tout n'est qu'une illusion provisoire*. Si vous adoptez le point de vue du Védanta, vous trouverez de nombreuses failles dans le Shivaïsme qui affirme que tout est un jeu divin ; le Védanta allègue que rien n'existe et que tout est illusion. Réfléchissez à tout cela et amusez-vous, ne le considérez plus comme un obstacle, mais comme un divertissement.

Q. *J'ai pardonné à certaines personnes pour ce qu'elles m'ont fait mais je sais que si je les rencontrais, je serais incapable de les saluer. Est-ce que je me trompe en affirmant que je leur ai pardonné ou dois-je tirer un trait là-dessus ? Si quelqu'un tue votre enfant, vous lui pardonneriez peut-être dans votre cœur mais vous ne lui ouvrirez pas vos bras !*

R. C'est exact. Pardonner à quelqu'un ne vous oblige pas à l'accueillir les bras ouverts. Pardonnez et oubliez. Rappelez-vous qu'au niveau le plus élevé, la personne ne savait pas ce qu'elle faisait, mais a accumulé davantage de mauvais karma en raison de ses motivations et de ses intentions. La façon dont nous sommes traités par les autres est leur problème et non le nôtre. Nous ne devons pas la prendre en compte. Si quelqu'un manifeste de la colère ou de l'indifférence, nous sommes offensés, pourtant Baba a dit qu'il était aussi néfaste d'offenser que d'être offensé.

Au lieu de tout prendre à cœur, disons-nous simplement ceci : *cette personne est pleine de colère, elle exprime toute sa rage ; elle est vraiment spéciale et ne s'intéresse à personne*. Chacun établit ses relations en fonction de ce qu'il est, par conséquent, nous ne devons rien prendre à cœur.

Nous avons tous nos samskaras et, même si nous *voulons* être aimables ou agréables, un samskara peut toujours surgir dès que nous nous éloignons de notre état intérieur. A un certain niveau, nous n'avons rien à voir avec les énergies négatives des autres ; ceux-ci ne font que manifester leurs sentiments du moment alors que nous nous trouvons sur leur chemin. L'intériorisation pourra s'avérer bénéfique et nous permettre de voir si nous avons une raison évidente d'être attirés par cette énergie négative et pourquoi celle-ci nous affecte ; ensuite, nous pourrions nous interroger sur le bien-fondé de certaines critiques et en apprendrions davantage sur nos samskaras et nos schémas relationnels inconscients. Nous pouvons difficilement nous voir comme les autres nous voient mais nous pouvons avoir une idée de la façon dont ils se relient à nous.

Néanmoins, nous ne sommes pas obligés d'assumer leurs négativités, ni de les partager avec eux. Notre dharma consiste à faire preuve de compassion mais également à prendre soin de nous et à faire le nécessaire pour protéger notre état intérieur. Certains prêtent le flanc aux négativités des autres car ils refusent de les vexer ; c'est ainsi que nous cherchons à faire plaisir aux autres.

La négativité émotionnelle peut nous épuiser si nous n'avons pas appris à maintenir notre état au niveau le plus élevé quelles que soient les circonstances. Endosser les négativités des autres n'est pas une preuve de compassion, ce n'est pas non plus un dû ; c'est une chose qu'ils devront traiter tôt ou tard.

Cependant, le pardon est capital. Si nous sommes incapables de pardonner, nous traînons en nous la force et le poids de notre attitude et nous sommes celui qui en pâtit. Quand nous refusons de pardonner, c'est nous qui en sommes affectés tandis que l'autre ne se soucie que de ses sentiments.

Il est facile de pardonner quand nous avons compris que l'autre ne savait pas ce qu'il faisait, ou qu'il avait du mal à maîtriser ses actes et ses paroles ; tout ce qui nous a blessés était vraisemblablement une manifestation de ses samskaras. Nous devons pardonner nos samskaras et ceux des autres. Pardonner, c'est aimer, c'est ne faire qu'un avec l'autre. Nous devons vivre dans l'amour et ne faire qu'un avec le tout ; le pardon est une part importante de ce processus. Il purifie, il est très puissant, il ne permet pas l'erreur. Quand nous blâmons les autres et que nous les tenons pour responsables de la situation, quand nous gardons notre rancune et notre colère, c'est nous qui sommes dans l'erreur. L'amour et le pardon mènent directement à la Vérité. Pour vivre dans la Vérité, nous devons pardonner à tous, y compris à nous-mêmes ; alors Dieu se manifestera pleinement en nous.

avec amour