

À la RECHERCHE du SOI

UN COURS POUR RECEVOIR LES ENSEIGNEMENTS DE LA MÉDITATION SIDDHA YOGA

VOLUME 1
LEÇON 10

Cher ami,

J'espère que vous avez pris l'habitude de relire chaque leçon en cours en attendant la suivante. Vous recevez deux leçons par mois ; vous pouvez en lire une, les deux premières semaines, et l'autre, les deux semaines suivantes ; vous pouvez aussi les lire alternativement pendant le mois. Les deux méthodes sont bonnes.

Le plus important est de vous reporter à votre leçon courante aussi souvent que possible, d'en lire une ou deux pages, ou même quelques paragraphes, pour vous reconnecter à l'expérience ou à l'état auquel la leçon fait allusion. Le thème traité deviendra ainsi une réalité pour vous ; ce sera votre expérience et non un simple sujet de lecture digne d'intérêt.

On ne peut tirer profit d'une leçon en ne la lisant qu'une ou deux fois, même si l'esprit, dans sa fierté, pense qu'il en " connaît " déjà le contenu. L'essentiel est de mettre les enseignements en pratique. Or, l'expérience montre que l'on a peu de chances de le faire si on limite le nombre des lectures. On oublie facilement les principes auxquels on adhère si on ne les applique pas dans la vie.

Certains correspondants lisent leur leçon d'un bout à l'autre tous les jours. Si vous ne vous sentez pas naturellement enclin à cela, ne vous croyez pas obligé de le faire. La méthode la plus efficace consiste à reprendre la leçon en cours au moins une fois par jour, et d'en lire ne serait-ce qu'une ou deux pages à chaque fois ; on peut également alterner avec la lecture de l'autre leçon du mois.

Si vous essayez cette méthode, vous verrez ce qu'il en résultera. Vous n'avez pas besoin de le croire sur parole. Les leçons sont conçues de manière telle que chaque lecture agit à un niveau plus subtil que la précédente. Chaque nouvelle lecture vous ouvre un peu plus si vous poursuivez ce procédé, et vous verrez tout ce que l'on peut trouver dans une leçon lue plusieurs fois, même si vous savez ce qu'elle contient.

En un sens, c'est la tapasya du Cours. La tapasya comme vous le savez, c'est tout ce qui est difficile ou désagréable mais qui est bon pour la sadhana. Si tout est facile, l'ego ne rencontrera pas de défis. Dans un premier temps, il y aura une résistance toute naturelle à relire les mêmes

©Edition originale en anglais : 1985, 1990, 1993 SYDA Foundation®

©Edition en français : 1988, 1991, 1994 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

choses, mais une certaine discipline est nécessaire. Vous aurez tendance à croire que vous n'avez pas assez de temps ou que vous avez trop à faire, mais quoi qu'il en soit, des gens extrêmement occupés trouvent le temps de relire leur leçon chaque jour ; ils constatent que c'est valable, et il en résulte vraiment quelque chose d'extraordinaire.

La leçon en cours est le point de référence. Vous aurez également à consacrer du temps aux révisions qui s'y rapporteront ou la complèteront. La révision peut se limiter à une seule lecture, à moins que vous ne ressentiez un besoin d'approfondir la question. Vous serez alors surpris de voir le nombre de choses que vous avez oubliées depuis la lecture initiale.

Si vous n'avez pas le temps de lire une leçon avant l'arrivée de la suivante, ne vous affolez pas en pensant que vous prendrez du retard. Le problème de retard ne se pose pas dans ce Cours, car nous nous mettons en harmonie avec ce qui est maintenant. Oubliez donc les leçons que vous avez sautées, et concentrez-vous sur la leçon en cours ; vous pourrez toujours y revenir plus tard, et elles seront certainement à réviser un de ces jours.

Si vous laissez passer deux ou trois mois sans ouvrir les enveloppes, ne cherchez pas à vous "rattraper". Le Cours ne fonctionne pas ainsi. Contentez-vous d'étudier votre leçon, de faire votre révision, et vous aurez "rattrapé".

Si vous vous concentrez sur votre leçon et si vous vous efforcez de faire vos révisions au moins une fois, vous aurez de belles surprises. Ne sous-estimez pas la force de ce processus. Même si vous êtes un vétéran qui a "tout vu et tout entendu", vous pouvez toujours vous ouvrir à quelque chose de nouveau. Ces surprises qui vous attendent sont la découverte de choses inédites. Gurumayi a dit : *il n'y a pas de fin à notre apprentissage.*

Lisez simplement chaque leçon au moins une fois en attendant la suivante ; c'est la meilleure méthode de participation au Cours, et c'est aussi la plus profitable. Quoi qu'il en soit, si vous êtes découragé à l'idée de toutes ces relectures, et si vous vous demandez si vous ne feriez pas mieux d'abandonner à cause de cela, lisez les leçons à votre manière. Mieux vaut les lire une fois que pas du tout ! Faites ce que vous pouvez, et ne vous découragez pas si vous ne pouvez pas en faire davantage.

Dans le Siddha Yoga, il se passe beaucoup plus de choses que ce que l'on peut voir. Il y a le monde physique ou extérieur, dans lequel tout semble se passer, et il y a un monde d'énergies, de vibrations subtiles, où les choses se passent à un niveau plus profond. La plupart des gens sont pris par le monde des apparences. Il suffit que les choses aient l'air de se passer pour qu'ils soient persuadés qu'elles sont réelles. Tout ce qui ne se manifestera pas sera par contre considéré comme irréel.

Les choses qui étaient si importantes dans le monde des apparences ne le sont plus dans les mondes intérieurs ; par contre, les choses les plus importantes ne sont plus remarquées dans le monde extérieur des apparences. A moins d'être sensible aux vibrations subtiles, on ne peut savoir tout ce qui passe inaperçu.

Si vous pratiquez le Siddha Yoga depuis longtemps, vous avez dû remarquer que votre expérience des choses n'est plus ce qu'elle était. Ce changement de vision se produit spontanément et sans efforts de notre part. Notre participation au processus y suffit.

Généralement, nous voyons les choses telles qu'elles apparaissent ou telles que nous pensons qu'elles sont. Nous les voyons aussi en fonction de nos conditionnements. Nous sommes toujours stupéfaits de voir qu'il y a une manière plus large de les saisir, et que cette nouvelle manière est encore plus vraie que celle que nous connaissions.

Qu'y a-t-il à voir ? Selon les saints, les sages et les Ecritures, la vision la plus élevée est celle qui consiste à ne voir que le Jeu de la Conscience en tout, le Soi Absolu qui sature l'univers, dans chaque objet et dans chaque être. Il n'existe aucune autre " vie ", aucune autre " conscience ", aucune autre " animation " en dehors de l'unique Conscience absolue. C'est ce que nous serons amenés à voir à un stade ultime. Ce n'est d'abord qu'une idée, une théorie, mais plus tard, la Shakti déchire le voile de samskaras qui obstruait notre vision, et tout devient clair.

Tous les grands maîtres et tous les saints ont évoqué ce Soi absolu. Les termes de leurs enseignements étaient différents selon leur époque et leur culture, et selon les besoins et les tempéraments de ceux auxquels ils s'adressaient. Chaque maître a enseigné dans son style propre et selon sa propre personnalité, et pour quelqu'un de superficiel, ces divers enseignements peuvent sembler opposés et contradictoires. La compréhension juste nous permet de dépasser les mots et de percevoir l'universalité des enseignements.

La personnalité du maître est souvent associée à la voie, ou confondue avec elle. Ainsi, si le Guru est discret, tout le monde pensera qu'il faut être discret ; si le Guru est exubérant, tout le monde pensera qu'il faut l'être aussi. La personnalité de Baba était différente de celle de Bhagawan Nityananda, et celle de Gurumayi l'est encore plus.

On demanda un jour à un maître : *Pourquoi les différents maîtres semblent-ils être en désaccord ?* Le maître a répondu : *Seuls leurs disciples respectifs sont en désaccord les uns avec les autres, les maîtres, eux, sont d'accord.*

Un Guru authentique n'a rien de nouveau à enseigner. Il peut avoir un style et une personnalité appropriés à l'époque dans laquelle il vit, mais les enseignements sont toujours les mêmes ; ils ne changent jamais, et ne sont jamais remis à jour : la Vérité ne saurait être améliorée ! Vous constaterez que cette leçon fut écrite en 1975 et qu'elle fut remise à jour en 1993, comme l'indique le copyright*, mais les enseignements quant à eux restent inchangés.

Même si notre monde se modernise et si nos pensées deviennent sophistiquées, la Vérité du Soi reste toujours ce qu'elle est. Si quelqu'un essaie de vous convaincre qu'il a découvert ou inventé une " nouvelle " voie, mieux vaut l'éviter car vous vous égareriez. La voie authentique est très ancienne ; elle existait bien avant que ce monde technologique ne prenne forme, et elle continuera à exister lorsque ce monde sera devenu ce que nous ne pouvons imaginer à l'heure qu'il est.

" Siddha Yoga " est un terme moderne pour désigner le processus qui conduit à la reconnaissance consciente du Soi, ou la conscience de la Conscience. Quand l'homme est pleinement établi dans celle-ci, il est libéré dans ce corps même, libéré de ce monde, malgré la simplicité de son apparence et la banalité de son comportement. Il est reconnu comme Siddha, et c'est pour vivre finalement comme des Siddhas que nous pratiquons le Siddha Yoga.

Si des amis ou des membres de votre famille vous demandent ce qu'est ce Siddha Yoga dans lequel vous êtes engagé, mieux vaut vous en tenir à la simple vérité : c'est un processus conduisant à la connaissance du Soi. Si vous essayez d'expliquer pourquoi il y a un Guru, pourquoi nous chantons en Sanskrit ou l'une des choses bien particulières à la voie, vous risquez de rebuter vos interlocuteurs. Mieux vaut leur faire connaître le Cours ou les amener à l'Ashram ou au Centre, où des gens qualifiés leur présenteront les enseignements.

Si vous leur dites : " Vous *entrez en contact avec un Guru, vous recevez Shaktipat, votre Kundalini est éveillée, puis vous passez par toutes sortes de kriya jusqu'à ce que vous ayez épuisé votre karma ; ensuite la conscience du Soi jaillit spontanément, et vous êtes établis dans la paix, l'amour et la joie* ", vous n'aidez pas beaucoup les gens à comprendre le Siddha Yoga, même si ce que vous dites est vrai.

A vrai dire, il faut avoir un intérêt authentique pour la connaissance du Soi avant d'être attiré vers une voie comme le Siddha Yoga. Il n'y a aucun moyen de *convaincre* les autres de connaître le Soi. Si leur désir intérieur n'est pas éveillé, ils ne sont pas prêts pour cette voie. Peut-être sont-ils prêts pour une des nombreuses voies préparatoires ; et peut-être ce désir sincère de connaître le Soi s'éveillera-t-il dans quelques années ou une vie future ; ils seront alors prêts pour le Guru.

Qu'est-ce que le Soi ? La réponse est plutôt délicate. En vérité, nous sommes peut-être le Soi, mais nous ne le savons pas. Le Soi est celui qui connaît, non ce qui est connu. C'est la grâce qui nous permet d'en faire l'expérience. Par le pouvoir de la Shakti et de la grâce, il se passe quelque chose qui dépasse les mots.

Le Soi est le Connaissant, l'Observateur, le Témoin. Il voit tout, mais il n'est pas vu. N'en faisons pas une simple philosophie ou un principe intellectuel aride. Essayons de découvrir dès maintenant ce qui voit et qui reconnaît notre expérience, ce qui voit et sait ce que dit la leçon. " Quelque chose " voit ces mots que les yeux ne voient pas réellement ceux-ci se contentent d'envoyer les vibrations au cerveau. Le cerveau ne comprend pas les mots ; ce n'est qu'un centre d'énergie vibratoire qui permet à l'âme qui nous habite, le jiva, de percevoir ce monde physique, et de nous y intégrer. Celui ou ce qui détient la vraie Conscience et la vraie compréhension est beaucoup plus raffiné que l'esprit.

Cette Conscience à l'intérieur de vous, qui est consciente de tout ce dont vous êtes conscient, est le Soi éternel de l'univers. Lui seul est présent. Il n'y a que ce jeu de miroirs où tout n'est que le reflet de ce même Soi, où tout n'est que la danse de ce même Soi, le jeu de la même Conscience. La même Conscience voit à travers tous les yeux simultanément.

Il est aisé de connaître le Soi. Certains parmi les plus simples ont vécu dans la conscience du Soi divin. Il n'est pas nécessaire d'appartenir à un monde de technologie avancée ; un simple bûcheron peut être un sage. C'est une connaissance si simple que nous refusons de la prendre en considération, mais notre esprit exige des complications.

L'individu et le penseur ne font qu'un. Quand la Conscience se contracte et prend la forme d'une pensée, l'individu prend naissance. Quand l'esprit passe sans cesse d'une pensée à l'autre, on fait l'expérience d'une succession d'événements, ce qui nous donne le sens de la continuité. Nous croyons que nous vivons notre vie, mais nous ne réalisons pas que ce sont nos pensées que nous

vivons l'une après l'autre, d'un moment à l'autre.

Si l'esprit se calme, si les pensées s'arrêtent, la notion d'individualité disparaît. L'apparente succession des événements marque un temps d'arrêt. Il ne reste plus que la conscience d'être, indéfinie, inchangée, indifférenciée et sans forme. Observez bien ce qui se passe entre deux pensées, et vous verrez que vous ne deviendrez pas idiot parce que vos pensées s'arrêtent et que vous n'en mourrez pas ! Vous serez toujours parfaitement conscient. En l'absence de pensées, la Conscience universelle se manifeste, c'est aussi simple que cela !

La plupart des gens n'ont pas assez d'endurance pour en faire correctement l'expérience. Entre chaque pensée, il y a l'expérience de la Conscience universelle et la présence de l'Etre infini et sans forme. Quand l'esprit reprend sa ronde, l'individu se remet à supporter les conséquences de ses pensées, sans remarquer qu'il crée sa propre continuité.

Quand nous sortons d'un rêve, est-ce que nous sautons en l'air en criant : *Ce n'était qu'un rêve ! Je ne vais pas être mangé par un tigre ! Je suis réveillé ! Je suis réveillé, et mon rêve est irréel ! Maintenant je me rappelle qui je suis !* Non, nous ne faisons pas cela, mais nous nous réveillons tout simplement. Se réveiller, voir que notre rêve n'était qu'un rêve et reprendre sa vie, est ce qu'il y a de plus naturel ; nous n'avons pas à fêter l'événement. De même, il est tout à fait naturel de voir le Soi partout, de voir la Conscience danser et vibrer en tout, et de voir la même Conscience divine en chacun. Ce n'est donc pas toute une affaire, même si l'esprit et l'ego le voient ainsi, rendant la simple expérience de la Vérité pratiquement impossible.

La Vérité peut sembler étrange, mais une fois que nous avons réellement obtenu cette vision, elle devient tout à fait naturelle. Ce qui semble alors étrange, c'est que nous ayons toujours cru à la réalité de ce rêve et aux différences entre les hommes. Nous pensons toujours qu'il faut devenir une sorte de " surhomme spirituel " pour atteindre la vision divine. Nous ne réalisons pas qu'elle est notre état réel naturel. Mais la multiplicité, la diversité et l'apparente réalité de la maya et de l'esprit nous aveuglent complètement.

Aux yeux des Occidentaux, ce terme de " danse " peut paraître une manière singulière de désigner les manifestations du divin, mais c'est le mot qui convient le mieux si nous cherchons la Vérité. L'équivalent en sanscrit est *lila*. Ce monde est la " lita " de Dieu, la danse de Dieu, le jeu de Dieu. Notre conditionnement nous a toujours laissé croire que Dieu faisait des choses bien plus sérieuses que cela, et nous avons du mal à accepter l'idée que Dieu ne fasse rien d'autre que danser pour son propre plaisir. Cela vient du fait que l'ego est extrêmement sérieux.

La Conscience n'est pas nécessairement sérieuse. Qu'y a-t-il qu'elle désire prendre au sérieux tandis qu'elle projette l'univers tout entier sur l'écran de son propre Etre ? Le Soi n'a pas le sens de sa propre suffisance, par conséquent, débarrassons-nous de notre suffisance pour connaître le Soi. Dieu en vérité est léger et plein d'humour, voire facétieux. Comprendons cela, alors nous serons amusés par ces mêmes choses qui nous tracassaient ; ce sera un bel accomplissement.

Depuis des années, je reçois des centaines de lettres me disant : *Si Dieu est si facétieux et joyeux, pourquoi ceci, pourquoi cela ?* Et ils vous font une liste de toutes les horreurs et violences, allant des tyrans de ce monde aux catastrophes naturelles, sans oublier les massacres d'enfants. Vous avez lu les livres d'histoires, vous avez écouté les informations.

Il est important de comprendre que ce monde n'est pas un paradis, mais le règne du karma où s'incarnent les âmes. Une partie du karma de ces âmes semble atroce et injuste, toutefois chacun ne vit *que ce qu'il* doit vivre. Nul ne supporte plus que ne l'exige son karma, et rien ne se produit par hasard. Tout est karma. Si cela est compris, nous pouvons comprendre tout ce qui se passe dans notre vie.

Tout ce qui arrive n'est jamais que la Danse de la Conscience. Rien d'autre ne se passe. Par ailleurs, nul ne souffre vraiment. La souffrance est inhérente à la maya. Le Soi ne connaît pas la souffrance. La partie la plus profonde de notre Etre reste intacte, quoi qu'il arrive, et quelle que soit notre douleur. En méditation, c'est sur cette partie de notre être que nous nous concentrons.

Ce monde extérieur est un jeu de polarités, une danse des forces du bien et du mal ; le beau et l'horrible se mêlent et s'entraînent tels les roues d'un engrenage chaque individu expérimente le karma qui lui est propre, et personne ne souffre réellement. C'est un jeu, c'est la maya ! Percevez la Vérité, ne vous laissez pas tromper par les apparences.

La maya donne à cette danse de la vie des apparences de réalité. Elle tire son pouvoir de la Shakti ; c'est la manière dont Dieu rend le monde apparent. Sans la maya, nous ne ferions pas la moindre différence entre celui qui perçoit et le perçu, et nous resterions naturellement sereins, incapables d'expérimenter notre karma. Puisque la maya crée une coupure apparente entre celui qui voit et ce qui est vu, elle donne l'illusion de la diversité des choses. A l'intérieur de cette diversité, nous expérimentons ce qui est nécessaire pour dépasser la maya et être libre.

Le Soi ne se limite pas à l'ashram ou à la salle de méditation. On a réalisé le Soi en prison et sur les champs de bataille Il n'est pas limité à un ashram. Il existe partout simultanément ; il n'est nul endroit où il existe davantage qu'ici ou ailleurs. Il est notre propre Conscience, notre propre joie, notre propre amour, notre propre gaieté, notre propre sens de l'humour. Le Soi existe pleinement dans l'enfant, le chiot, le chaton, la fleur. Il est dans le coucher du soleil, dans la musique, dans la beauté et dans le bonheur de plonger son regard dans celui de l'être aimé.

Gurumayi parlant d'un grand saint appelé Jnanadev Jnaneshwar Maharaj a dit : *Dans ses poèmes, il parle de la graine de l'Univers. Il dit : " Je suis le Témoin, je suis la lumière bleue dans le vide. Néanmoins, je reste différent de tout. Lorsque le regard se tourne à l'intérieur, écoute ce qu'il voit : l'œil intérieur voit ce qui réside au-delà de l'esprit. J'entre alors en contact avec mon être sans attributs, au-delà de la pensée. Jnanadev dit, mon Guru m'a donné la vision par laquelle j'ai vu l'univers entier à l'intérieur de moi. "*

Lorsque nous voyons que le monde est le miroir de notre propre Conscience et que les autres ne sont que notre propre Soi sous diverses formes, comment pouvons-nous prendre les choses avec tant de sérieux ? La Shakti est très légère ; sachant cela, nous pouvons savoir à quel moment nous sommes en harmonie avec le Soi, et à quel moment nous sommes égarés. Lorsque nous nous sentons légers, que nous percevons l'aspect comique des choses, nous sommes en contact avec notre Conscience intérieure. Lorsque nous prenons les choses de manière grave et sérieuse, lorsque les soucis, l'inquiétude et l'impression de porter un fardeau apparaissent, sachons que nous nous sommes écartés de notre véritable nature, et qu'une fois de plus, nous nous sommes laissés aveugler par les apparences.

Un lecteur nous a écrit ceci : *Je crois que si le Siddha Yoga avait un réel effet, un grand nombre de gens auraient déjà réalisé le Soi. Mais à part le Guru, je ne vois personne qui l'ait atteint. Pourquoi ne rencontrons-nous pas beaucoup de gens réalisés grâce à ce Yoga ?*

Si quelqu'un a réalisé le Soi par la pratique du Siddha Yoga, comment le reconnaître ? Que va-t-il faire ou dire qui nous permette de croire qu'il a "réalisé le Soi" ? Comment savoir ? Va-t-il paraître plus sage, mieux équilibré, plus sophistiqué que quiconque ? Va-t-il aller jusqu'à citer les Ecritures lors de ses réceptions ?

Celui qui a réalisé le Soi n'a ni besoin ni envie d'impressionner les autres ; il n'a rien à gagner à faire savoir ce qu'il a atteint. Son accomplissement est d'avoir réalisé son unité avec tous ; alors qui pourrait-il éblouir ?

Un grand être n'affichera probablement pas des allures de saint. Les faux gurus sont ceux qui se conforment à l'idée que nous nous faisons d'un Guru. A vrai dire, la plupart des Siddhas ne sont jamais reconnus comme tels, sauf peut-être par d'autres Siddhas qui restent inconnus de tous.

Baba a dit : *" Les gens qui ont quelque valeur n'en font pas étalage et ne se donnent pas en spectacle pour éblouir les imbéciles. La véritable valeur reste toujours cachée. Si vous aimez vous faire valoir, vous ne montrerez que ce qui est sans valeur. "*

Celui qui connaît le Soi est maître dans l'art de paraître innocent ou naïf dans des domaines où il excelle, et il réussit à faire croire qu'il en connaît moins qu'il n'en sait. Il peut vous paraître ennuyeux et sembler tout oublier, ce qui est réellement un *siddhi* c'est à dire un pouvoir occulte. Les gens ordinaires ont généralement beaucoup de mal à dissimuler leurs connaissances, et s'efforcent de paraître plus savants qu'ils ne le sont en vérité.

Comment savoir si quelqu'un est arrivé au but ? Avec Gurumayi la chose est simple, puisque Baba en a fait le Guru. Sa position est telle que sa réalisation est nécessairement reconnue, et comme son rôle est officiel, elle ne peut pas faire grand chose pour la dissimuler, bien qu'elle agisse souvent comme si de rien n'était pour aider notre sadhana ; elle est parfaitement consciente de ce qui se passe.

Quant aux autres, qui sait ce qu'ils ont atteint dans le Siddha Yoga ? Comment reconnaître celui qui connaît le Soi ? Et s'ils étaient trente à avoir réalisé le Soi ? S'ils étaient cinquante ? Cinquante Siddhas ! Comment le saurions-nous ? Seraient-ce les swamis, les managers ou les administrateurs ? Passeraient-ils en tête à la queue des repas ? Seraient-ce ceux qui assistent toujours au chant du soir ? Ou ceux qui ont le point rouge entre les yeux ? Vraiment, comment pourrions-nous reconnaître celui qui a atteint l'état de Siddha ?

Celui qui aurait atteint l'état de Siddha ferait-il son seva comme tout le monde ? Prendrait-il la file de darshan comme tout le monde ? Aurait-il encore un corps, une personnalité humaine, des particularités et des bizarreries comme nous tous ? Ne continuerait-il pas à vivre son karma comme tout le monde ? Comment pourrions-nous le reconnaître ?

Il y a une seule façon de reconnaître un grand être : vous pouvez le reconnaître à ce que vous ressentez à son contact. Si une transformation intérieure ou extérieure intervient, si vous devenez vivement conscient du Soi, si votre esprit se calme et si vous n'avez aucune pensée en sa

présence, si l'amour et la joie jaillissent inexplicablement de l'intérieur, alors vous pouvez reconnaître celui qui est en harmonie avec le Soi intérieur de tous. Si vous êtes suffisamment ouvert et réceptif, vous pourrez reconnaître un grand Etre grâce à ce que vous ressentirez.

Mieux vaut ne pas s'occuper de l'évolution des autres. Votre propre compréhension intérieure sera le seul signe de votre développement personnel. L'ego est relié à la conscience que nous avons des autres. Avez-vous déjà remarqué la manière dont l'attention d'un chien est éveillée lorsqu'il voit un autre chien ? Un chat peut localiser un autre chat à une grande distance et en oublier tout le reste. C'est vrai aussi de l'ego humain, qui est constamment fasciné par les autres.

L'individu moyen est capable de faire les choses les plus ridicules pour se conformer à ce que les autres attendent de lui. Chercher à plaire aux autres ou céder à leur pression est un fait de l'ego. Celui qui connaît le Soi indéfini ne se conforme à rien il n'a plus de précédent à respecter, personne à qui plaire, aucun modèle à suivre.

Puisqu'il est à l'aise, puisqu'il n'est pas gêné, nous sentons que nous pouvons nous détendre et être nous-mêmes auprès de lui. Nous sentons intuitivement qu'il nous acceptera tels que nous sommes. Il sait qu'il est Celui qui voit et non Celui qui est vu ; en sa compagnie, nous glissons aussi dans son état. L'état d'un Siddha, qu'il soit ou non reconnu en tant que tel, est bien contagieux !

Gurumayi a dit : *Ce que vous êtes est la Vérité, ce que vous pensez être n'est pas la Vérité. Ce que vous êtes est l'Amour, ce que vous pensez de vos actions n'est pas la Vérité. Ainsi, ce que vous êtes est la Vérité. Chaque fois que vous ajoutez quelque chose de plus à ce que vous êtes, vous vous éloignez de la Vérité.*

Même si vous oubliez trop souvent votre cœur, revenez sans cesse à lui, revenez à lui, même si vous ne savez pas ce qu'il est ou n'est pas. Il renferme quelque chose, revenez-y !

Le cœur pardonne tout, quelles que soient les erreurs. C'est cela l'amour inconditionnel. Baba disait aussi que le nombre de nos pensées et de nos erreurs n'avaient pas d'importance. Au-delà, il y a ce cœur sublime que nous avons tous. Regardez dans votre propre cœur.

Alors vous entendrez cette sourde musique, cette musique intérieure qui nous permet d'agir en ce monde. Pour avoir cette expérience, regardez dans votre cœur.

Veillez revoir la leçon 5.

avec amour