

À la RECHERCHE du SOI

UN COURS POUR RECEVOIR LES ENSEIGNEMENTS DE LA MÉDITATION SIDDHA YOGA

VOLUME 1

LEÇON 47

Cher ami,

Ce mois-ci, nous approchons de la fin des deux premières années du Cours par correspondance, et à présent, vous devez être relativement conscient de son but et de sa fonction. Bien entendu, si vous avez essayé d'en parler autour de vous, il vous a été peut-être difficile d'exprimer avec aisance ce qu'il signifiait vraiment pour vous. C'est quelque chose qu'on n'a guère de chances de comprendre, si l'on n'en fait pas soi-même l'expérience.

Peut-être avez-vous le même sentiment que ce correspondant qui écrivait : " L'idée d'un Cours par correspondance ne m'intéressait pas du tout, jusqu'au jour où des amis ont insisté pour que je fasse au moins un essai. J'ai accepté et j'ai suivi le Cours pendant un ou deux mois, juste pour leur faire plaisir. Naturellement, (on a dû déjà vous le dire) les leçons n'étaient pas du tout ce à quoi je m'attendais.

" Un an après, j'ai fini par admettre que le Cours était devenu une part essentielle de ma vie ; c'est un fidèle compagnon, et un ami sincère. J'ai l'impression qu'il constitue ' mon interlocuteur ultime ', et que d'une certaine manière, il me comprend très intimement. J'ai fini par comprendre que le Cours était réellement en relation avec mon Soi. Vous pouvez me compter désormais parmi ceux qui espèrent qu'il ne finira jamais. "

Pour vous aussi, peut-être, le Cours est le " fidèle compagnon et ami sincère ", et cette façon de le considérer est certainement aussi bonne qu'une autre, mais quelle que soit votre manière de le comprendre, vous avez dû remarquer certains changements évidents dans votre vie au cours de ces deux dernières années. Rappelez-vous comment vous étiez il y a deux ans. N'êtes-vous pas libéré de beaucoup de choses qui vous entravaient ? N'avez-vous pas un meilleur sentiment de vous-même ? Ne commencez-vous pas à sentir que vous êtes quelqu'un de bien, que rien ne va " mal " en vous ? Peut-être avez-vous cessé d'émettre des " jugements " sur vous-même ou sur les autres ? Peut-être êtes-vous même parvenu à ne voir que le bien partout ?

Si vous avez éliminé vos tendances à réagir négativement ou à détester certaines choses, si vous n'êtes plus si facilement le jouet de vos aversions, si ce qui autrefois vous contrariait ou vous irritait vous amuse à présent ; c'est un signe certain de progrès. Si l'amour s'est éveillé dans votre

©Edition originale en anglais : 1984, 1991 SYDA Foundation®

©Edition en français : 1987, 1991 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

cœur, si vous ressentez spontanément de la bienveillance envers tous ceux que vous rencontrez (quelle que soit leur personnalité), c'est que vous avez bien avancé sur le chemin spirituel. Le progrès spirituel ne se mesure pas à la compréhension, mais à l'amour.

Appréciez-vous la beauté du Soi en chacun ? Dans toute relation, vous pouvez soit voir l'autre comme le Soi, soit le voir tel qu'il apparaît, c'est-à-dire tel que le voient la plupart des gens. Nous ne réalisons pas que c'est le même Etre Unique qui porte tous ces déguisements. Nous croyons être en présence de personnes multiples et différentes, et dans ce jeu, nous devenons des marionnettes, complètement manipulées par les apparences.

Lorsque nous commençons à connaître le Soi, lorsque nous atteignons la vision juste et que nous voyons effectivement le Soi se manifester en tant que chacun, nous prenons un très grand plaisir à ce jeu. Au lieu de marionnettes, nous devenons des participants enthousiastes, sans vraiment nous impliquer. Nous voyons chaque personne en tant que le Soi, mais nous continuons de faire comme si chacune était ce qu'elle paraît être. Au fond, nous avons le sentiment d'être en relation avec le Soi qui joue un certain rôle, mais extérieurement, nous jouons notre propre rôle. Connaissant le Soi, nous apprécions sa danse.

Celui qui connaît le Soi est suprêmement détaché des qualités et des particularités propres à l'être humain, et n'a plus tendance à porter de jugements. N'êtes-vous pas détaché des qualités et des particularités propres aux chiens et aux chats ? Vous dites-vous que vous n'aimez pas les chiens parce qu'ils aboient ? Pensez-vous que vous n'aimez pas les chats parce qu'ils se grattent ? Bien sûr que non ! Ce sont tout simplement les façons d'être naturelles des chiens et des chats, c'est ainsi que Dieu les a faits. Il en est de même pour tous les traits de caractère humains : il se trouve simplement que les hommes se comportent de certaines manières et ont tendance à faire certaines choses. Mais au lieu de le comprendre de ce point de vue, nous pensons que les gens adoptent personnellement ces façons ; alors nous réagissons, nous nous faisons une opinion, nous éprouvons des sentiments ; et c'est à cause de cela que nous n'aimons pas certaines personnes.

Nous n'éprouvons pas de sentiments très forts vis-à-vis des chiens et des chats parce que nous ne nous identifions pas à eux. Ils sont ce qu'ils sont, et n'ont rien à voir avec nous, mais tout est différent lorsqu'il s'agit des hommes. En effet, nous nous identifions à cela, nous sommes des êtres humains, et nous pensons que nos semblables ont quelque chose à voir avec nous. Nous voyons une fourmi comme une fourmi mais il se pourrait qu'une de ses semblables trouve que cette fourmi se tient mal, qu'elle respire mal, ou qu'elle agit mal ! Vous comprenez ? Si nous nous contentons de voir les être humains en tant qu'êtres humains, sans avoir d'opinions ni de jugements à leur sujet, sans avoir de réactions à ce qu'ils font ou à ce qu'ils disent, nous serons plus à même de voir la réalité des choses.

Si nous voyons le Soi s'exprimer en tous, cette vision nous réjouit. Nous faisons dépendre notre bonheur de mille choses et de mille conditions, mais en vérité, nous pouvons facilement être heureux dès que nous commençons à voir le soi en chacun. La compagnie de ceux en qui nous voyons le Soi est toujours agréable, et nous nous sentirons bien même seuls, car nous nous verrons nous-même comme le Soi. Le bonheur n'a rien à voir avec les conditions ou les circonstances extérieures ; il dépend de notre attitude et de notre vision des choses.

On peut voir un arbre et remarquer vaguement " Tiens, il y a un arbre ! ", mais on peut aussi dire " Quel bel arbre ! ". On peut éprouver une grande joie à contempler la beauté du ciel, d'une montagne ou d'un lac, alors que quelqu'un d'autre ne saurait reconnaître et apprécier leur beauté ! Cette différence de vision est très importante : elle peut paraître minime, mais elle peut engendrer une perception et une expérience de la vie tout-à-fait différente.

Si tout à coup la beauté de l'arbre se révélait, ce serait quelque chose d'analogue à l'éveil de la conscience spirituelle. Par l'éveil de la perception et de la compréhension justes, cette vie qui était jusqu'alors fade et vide devient riche et pleine. C'est notre perspective qui détermine tout ; nous avons tendance à penser que tout est déterminé par des facteurs qui échappent à notre contrôle, cependant tout est déterminé par notre point de vue, notre attitude. C'est si simple, et pourtant, la plupart du temps nous refusons de mettre ce principe en pratique. Très peu réalisent que leur bonheur et leur joie dépendent de la manière dont ils voient les choses.

De nombreux correspondants nous écrivent, à ce stade du Cours, et leurs lettres renferment le même message : ce qui semblait négatif autrefois est maintenant ressenti de manière positive. Ils disent par exemple qu'ils détestaient leur travail, mais que maintenant, ils l'aiment. Cela peut aussi concerner leur habitation ou leur conjoint. Quelle est la cause de changement si courant ? Le travail n'a pas changé, le lieu d'habitation n'a pas changé, le conjoint n'a pas changé, pourtant, quelque chose a changé, si bien que ce qui apparaissait autrefois négatif, est maintenant vécu de façon positive.

Ce qui a changé, c'est notre vision ! Plus elle s'élargit, meilleurs les choses nous apparaissent, et bien sûr, si elles nous paraissent meilleures, c'est qu'elles sont vraiment meilleures. Notre vision étriquée et l'aspect négatif des choses vont de pair. Un sage le comprend aisément. Avec une vision élargie, nous ne pouvons rien détester ni désapprouver, ni déplorer. C'est tout simplement impossible ! Dans la vie et dans la sadhana, tout dépend de notre regard et de notre attitude. C'est si simple qu'un enfant pourrait le comprendre, et pourtant, nous refusons d'appliquer ce principe dans notre vie quotidienne.

Que nous le réalisions ou non, une grande part de notre sadhana a pour but de transformer notre attitude et d'élargir notre perspective ; nous sommes alors poussés à voir les choses telles qu'elles sont véritablement, et non telles qu'elles paraissent être. Cependant cette impulsion agit indirectement et de manière très subtile ; elle ne serait pas si efficace si on nous expliquait le processus, point par point. Celui-ci a lieu, même si nous ne comprenons pas ce qui se passe, et quelquefois, le fait de croire que nous le comprenons ne fait que le ralentir, ou qu'ajouter certaines résistances.

Il n'en reste pas moins que toute notre sadhana est conçue pour nous débarrasser de notre attitude contractée et de notre fausse perspective. Lorsque nous passons notre temps auprès du Guru ou que nous séjournons à l'ashram, la Shakti agit sur nous pour modifier notre perception et notre expérience des choses. Nous pouvons croire qu'il ne se passe rien, nous pouvons même avoir une impression d'ennui ou de contraction, alors que quelque chose de très intense se déroule sur les plans subtils. Le simple fait de faire tranquillement son seva, ce qui a première vue est simple et ne demande aucun effort, provoque des changements spectaculaires à l'intérieur, et si le seva est très exigeant, les changements peuvent être encore plus spectaculaires. Le travail en

commun provoque de grands bouleversements, surtout lorsque nous sommes amenés à partager le seva avec telles personnes en particulier. La Shakti, connaissant nos besoins, choisit avec soins nos compagnons de travail, même si rien ne semble se passer extérieurement.

Certaines choses se produisent pendant les satsangs dans les centres, pendant les Intensives et les Ateliers, pendant les chants et les programmes publics. Tout ce qui s'y passe ne doit pas être pris au pied de la lettre ; tout ce qui apparaît à nos yeux correspond à des manifestations beaucoup plus profondes en nous. Ce Cours même consiste en apparence à recevoir et lire des leçons, alors que quelque chose de bien plus intense se produit en profondeur ; notre attitude et notre vision sont subtilement modifiées. Toutes ces choses se passent à l'intérieur d'un cadre que le Guru a élaboré pour nous, et lorsque nous participons à ce système, tout est transformé. Cependant, nous ne savons presque jamais, sur le moment, ce qui se passe, ni à qui cela sert ; cela peut même sembler inconfortable ou désagréable de prime abord, alors que les résultats seront très bénéfiques.

En participant à ce processus, en nous ouvrant de plus en plus aux occasions qui se présentent dans notre sadhana, la compréhension de nous-même change considérablement. D'ordinaire, nous pensons que nous sommes telle personne, qui en est à un certain stade de sa vie, qui vit depuis tant d'années, qui a fait telles et telles choses, et qui vivra encore un certain nombre d'années, vieillissant et se rapprochant de la mort. Nous pensons que nous avons parcouru un certain chemin dans notre sadhana, et qu'il nous faut encore aller beaucoup plus loin. Nous croyons que nous démarrons à un certain point, pour finir à un autre, et que nous sommes en ce moment quelque part entre les deux. Evidemment, tout cela est une grande illusion. Nous sommes toujours le Soi Universel ; nous demeurons toujours dans la Conscience Universelle. C'est le jeu de l'esprit qui fait croire que tous ces événements se déroulent, ou qu'il y a des étapes séparées et différentes dans l'existence.

En vérité, la personne qui, selon nous, fait une sadhana, ne va jamais se réaliser. Tout ce qui peut arriver c'est comprendre que le Soi Universel joue le rôle de cette personne. Le Soi est déjà réalisé ; c'est une illusion pour celui qui n'est pas réalisé, que de penser qu'un individu puisse réaliser le Soi. Notre identification à cette personne constitue l'ego, c'est ce qui doit finalement être transcendé. Nous devons admettre et accepter que nous ne sommes que le Soi. Tout le reste n'est que le jeu de la Conscience, ou le rêve de Dieu.

Baba a dit : " Pour devenir cet univers, Dieu Se contracte volontairement. C'est pour cette raison que nous sommes dans l'état d'individualité. Dieu apparaît en tant qu'homme et en tant que femme. Le Rudratapini Upanishad dit : ' Tous les hommes ne sont rien d'autre que Rudra, le Seigneur Lui-même, et toutes les femmes ne sont rien d'autre que le pouvoir du Seigneur. ' Si vous réfléchissez à cela, vous comprendrez qu'un Individu n'est rien d'autre que cette Conscience. Bien que l'individu soit la forme contractée de cette Conscience, il reste pourtant toujours cette Conscience.

" De ce point de vue, tous les objets, tous les êtres, ne sont rien d'autre que la forme de la Conscience. Il n'y a aucun état dans lequel Shiva n'existe pas. Il n'y a aucun lieu où Shiva ne soit pas. Avec cette conscience élargie, vous faites l'expérience de la béatitude de la libération, vous avez la véritable connaissance.

" Dès lors, vous comprenez que vous êtes Conscience, sinon, vous êtes dans l'état de servitude. Ce monde est l'incarnation de Shiva. Si notre pouvoir est limité, c'est parce que nous ne voyons que l'apparence extérieure. Nous nous fixons sur les sens et sur l'enveloppe extérieure, sans regarder à l'intérieur.

" Lorsque la Conscience descend de son état élevé et devient l'objet perçu, elle se contracte et devient alors le jiva, ou individu. Lorsqu'elle est dans son véritable état de Conscience, on l'appelle Shiva. Ainsi, à l'extérieur elle est contractée et vous vivez dans l'état de jiva, c'est-à-dire de l'individu, et à l'intérieur, vous êtes en état d'expansion, vous vivez dans l'état de Shiva, et vous faites l'expérience de l'état du Seigneur. Ainsi lorsque vous laisserez la contraction à l'extérieur, pour vous tourner vers l'intérieur. Vous retrouverez de nouveau l'expansion. "

Nous comprenons donc que nous sommes la Conscience contractée et que, une fois que nous abandonnerons cela pour nous tourner vers l'intérieur, nous serons de nouveau en état d'expansion. La sadhana consiste justement à faire cela. Ce que nous appelons " Siddha Yoga " est en fait le processus qui nous sort de cette contraction et nous mène vers l'expansion finale et totale. Tous les autres aspects du Siddha Yoga ne sont qu'un jeu qui captive notre attention afin que ce processus puisse avoir lieu. Dès que nous retrouvons notre état de pleine expansion, nous réalisons que tout ce qui avait lieu par le passé n'était que cela, malgré les apparences.

Tout ce qui concerne le Siddha Yoga, tout ce qui lui est associé, n'a d'autre but que de permettre le déroulement de ce processus en nous. La cause et l'effet ne sont pas nécessairement évidents. Ce qui nous arrive lorsque nous séjournons à l'ashram n'est pas clair et nous ne l'attribuons pas toujours aux changements intérieurs. D'ailleurs, nous ne nous rendons pas toujours compte que le seva, ou le travail en commun sont une aide précieuse dans notre sadhana. Tout est important dans le Siddha Yoga, même si les apparences ne le confirment pas.

Quoi qu'il en soit, ce processus se développe en nous et culmine dans l'état ultime, dans l'ultime liberté. Nous avons nos idées sur cet état ultime, sur cette liberté, mais le processus consiste en partie à nous débarrasser de ces idées. L'état ultime, la liberté ultime, ne peuvent jamais être confinés dans des idées, par conséquent, toute " idée " que nous puissions en avoir, sera nécessairement fausse. L'état ultime est au-delà du monde des idées, c'est pourquoi une simple explication ne suffit pas pour nous le faire connaître. Certaines choses doivent nous arriver, et nous devons subir certaines expériences avant que nous puissions comprendre clairement ce qu'est cet état. D'abord, nous en avons des visions fugitives, puis nous nous mettons en accord avec lui, et finalement, nous réalisons que nous sommes cela. Mais cet aboutissement est lié au processus et non à la compréhension intellectuelle.

Ainsi, en permettant à la Shakti ou au Principe du Guru d'agir sur nous, nous perdons peu à peu nos idées, ainsi que nos idées préconçues sur la façon dont les choses devraient ou ne devraient pas être. Notre auto-satisfaction, notre orgueil, notre vanité, et le sens de notre importance nous quittent, et soudain, nous sommes dans l'oeil du cyclone : tant de choses intenses se passent autour de nous, mais nous sommes impassibles, totalement calmes et sereins dans ce centre. Malgré toutes ces choses qui ont l'air de se produire à l'extérieur, il ne se passe rien à l'intérieur, et il ne se forme aucune modification mentale. Il n'y a que la Conscience silencieuse. Cette Conscience est joie, elle est faite d'amour, on l'appelle aussi la béatitude.

C'est un état de plénitude totale, au-delà duquel rien n'existe ; on ne peut rien y ajouter, on ne peut rien lui enlever. C'est un état suprêmement indépendant, c'est la seule véritable indépendance, c'est la seule véritable liberté. C'est le sentiment absolu de tout avoir, d'être tout, de contenir tout. Dans cet état, il n'y a pas d'" autre " car tous les " autres " ont été incorporés à l'intérieur. Il n'y a que cette danse, totalement absorbée à l'intérieur de soi-même, tout comme un rêve durant le sommeil est contenu à l'intérieur du donneur.

Nous pensons évoquer cet état, y faire allusion, nous pouvons en parler comme nous venons de le faire, mais les mots ne peuvent ni le décrire, ni le contenir, même s'ils font partie du processus qui nous y mène. Les mots en eux-mêmes ne sont rien, ils ne signifient rien, cependant, ils peuvent nous conduire à cet état grâce à la Shakti. Il n'en reste pas moins que c'est à l'intérieur que nous devons faire l'expérience de cet état. Personne ne peut nous en donner la permission, personne ne peut nous dire que vous êtes prêt ou que vous en êtes capable. Vous seul pouvez le faire, vous seul pouvez vous le permettre, vous seul pouvez montrer que vous en êtes capable.

Un des secrets du succès en sadhana est la persévérance. Une certaine cohérence est nécessaire, sinon nous ferions un pas en avant et deux pas en arrière ! Si nous faisons notre sadhana le lundi et la reprenons le jeudi, alors nous aurons régressé mardi et mercredi. Rien ne reste immobile : ou nous nous rapprochons du Soi, ou nous reculons un peu plus vers le monde des objets séparés.

Comment pratiquer la sadhana d'une manière cohérente ? En faisant un effort constant pour se souvenir du Soi, pour voir le Soi partout, pas seulement lorsque nous méditons, lorsque nous chantons, lorsque nous allons à l'ashram ou au centre. Ces circonstances extérieures sont un certain aspect de la sadhana, mais la sadhana elle-même continue vingt-quatre heures sur vingt-quatre, tous les jours, en toute circonstance et en tout lieu. Y-a-t-il un moment où nous ne devrions pas nous souvenir du Soi ? Pendant quelle activité devrions-nous oublier le Soi ? Tout n'arrive-t-il pas par le pouvoir du Soi ? En compagnie de qui pourrions-nous oublier le Soi ? Tous les gens ne doivent-ils pas leur existence au Soi intérieur ? Le Soi n'est-Il pas partout et en toute chose ? Alors pourquoi oublier le Soi ? Pourquoi arrive-t-il des moments où nous ne pratiquons pas consciemment la sadhana ? Le Soi existe à tout moment, en chaque événement. Tout ce dont nous avons besoin, c'est de le voir tel qu'il est.

Beaucoup de gens ne pratiquent la sadhana que lorsque cela leur convient, ou qu'ils sont " d'humeur " à le faire. Le reste du temps, ils se laissent tout simplement prendre par leur monde personnel. Beaucoup négligent les occasions d'aller à l'ashram, d'assister à une Intensive ou à un Atelier, parce que cela les dérange ou qu'ils n'en ont pas très envie. Plus tard, ils le regrettent et se demandent comment ils ont pu être aussi stupides ! C'est pourquoi nous ne devons pas laisser ces choses nous dominer ; nous devons avoir la ferme résolution de faire ce que nous savons être juste, au bon moment, et de ne pas faire ce qu'il n'est pas de bon de faire, au moment où il n'est pas opportun de le faire. C'est cela, la volonté.

Quoi qu'il en soit, vous aurez peut-être à vous sermonner pour vous remettre dans le coup. Après quelque temps, vous aurez peut-être l'impression que le " charme " de la sadhana s'est dissipé, mais sachez qu'au début, les " hauts " et les " bas " sont évidents. Ils sont vraiment le signe que quelque chose se passe. Plus tard, la tendance à différencier et à émettre des jugements diminue, et on atteint alors un certain degré de conscience d'égalité. En effet, ces " hauts " et ces

" bas ", ces " montagnes " et ces " vallées " en quelque sorte se nivellent en général, si nous sommes malheureux, nos moments de bonheur sont plus nets, et nous avons vraiment conscience que ce qui nous arrive est vraiment merveilleux. Mais lorsque nous sommes heureux la plupart du temps, le bonheur nous paraît si naturel que nous le remarquons à peine. L'état que nous aurions autrefois considéré comme un état où " l'on se sent bien ", est alors vu comme quelque chose de normal, et l'esprit se demande pourquoi il ne se passe plus rien. Il semble que ce soit une étape par laquelle beaucoup passent, une étape où ils sont vraiment heureux, mais pas tout à fait satisfaits : il leur manque en effet la stimulation des " hauts " et des " bas ".

Quoi que nous accomplissions dans la vie, l'esprit, si nous le laissons errer comme il aime à le faire, voudra toujours plus, désirera toujours quelque chose d'autre et ne sera jamais satisfait. Ce n'est pas un trait de caractère personnel, mais une caractéristique universelle de l'esprit. Il pense toujours que ce qu'il n'a pas est meilleur, et que plus il en aura, mieux cela sera. Nous pensons que notre mécontentement est dû aux situations et aux circonstances, mais il vient de l'agitation continue de l'esprit. Dès que celui-ci se calme, nous ressentons un contentement que nous n'aurions jamais soupçonné. Mais l'esprit est tel, qu'il ne désire même pas ce contentement : le seul fait d'y penser l'ennuie ; il trouve bien plus d'intérêt dans ce qui rendrait la vie meilleure, selon lui !

Ainsi, si vous pensez que vous vous " encrutez " dans votre sadhana, sachez que vous êtes pris dans un piège mental. Votre esprit vous a joué un tour, il vous a berné encore une fois. C'est lui qui détermine comment vous voyez la sadhana, alors qu'à l'origine le but de la sadhana était de le discipliner. Maintenant l'esprit vous dit que vous êtes fatigué de la sadhana, et vous y croyez ! Il faudrait enfin savoir qui contrôle qui !

Lorsque vous en êtes là, réalisez simplement que vous devez tout recommencer au niveau supérieur, cela ne signifie pas que vous repartez à zéro, mais vous redémarrez au point où vous vous êtes arrêté. Le même enthousiasme vous anime, et vous commencez à voir ce que fait l'esprit : il prend le pouvoir de la façon la plus subtile. Nous devons constamment nous en souvenir, sinon nous ne nous rendons même pas compte de cette prise de pouvoir. Si nous pouvions nous en rendre compte, tout irait bien, mais l'ennui, c'est que nous restons dans l'ignorance. Alors nous croyons que nous sommes maîtres de nos propres décisions et que nous déterminons nos propres priorités, sans réaliser que nous obéissons mécaniquement à notre conditionnement et que nous agissons en fonction de notre programmation antérieure. Une des caractéristiques de l'esprit est de nous faire croire que nous sommes les auteurs de nos pensées. Nous disons si souvent : " Voici ce que je pense de cela ". Ce n'est pas notre pensée qui est en jeu, mais l'esprit auquel nous nous identifions et qui ne cessera pas de nous prendre à ses pièges.

La sadhana consiste à se libérer de tout cela. Nous devons être persévérants et cohérents. Nous devons faire notre sadhana tous les jours, l'intégrer à toutes les circonstances, toutes les situations, toutes les relations. C'est alors que nous ferons vraiment une sadhana, et c'est la seule façon de nous débarrasser de cette programmation si convaincante qui gouverne notre vie. Si nous nous contentons de suivre notre petit train-train, en essayant un peu ça et là, si nous permettons à notre esprit de nous mener là où il veut, si nous laissons notre ego réagir selon ses tendances ou sa programmation, nous nous demanderons pourquoi nous ne faisons pas beaucoup de progrès. Nous dirons que le Siddha Yoga n'est pas efficace ou que le fait d'avoir un Guru ne sert à rien. Mais ces choses marcheront bien, si nous faisons ce qu'il nous faut faire.

Malheureusement, il y a beaucoup de gens qui ne sont pas prêts à porter leur part de fardeau.

En deux ans, il s'est passé beaucoup de choses dans notre sadhana, à un niveau plus ou moins conscient, et nous avons posé des fondations sur lesquelles nous pouvons construire quelque chose de neuf, quelque chose qui n'était pas possible au début. C'est étrange, mais il y a des choses qui peuvent facilement être expliquées à ceux qui ont suivi le Cours jusqu'à présent, mais qu'il serait presque impossible d'expliquer à des débutants. Ainsi, grâce à ces fondations, la suite du Cours offrira des possibilités qui ne pouvaient être à notre portée auparavant.

Bien entendu, tout cela n'est rien comparé à l'amour intérieur. Votre niveau de Cours importe peu. Si vous abordez le Cours le cœur grand ouvert, totalement immergé dans l'amour intérieur, votre expérience en sera alors totalement différente, et même les premières leçons vous rempliront de joie ; en vérité, il n'y a aucun progrès à faire, rien à améliorer, rien à atteindre, parce que cet amour est la sensation secrète du Soi intérieur.

Lors d'un séjour à Los Angeles, Gurumayi a dit : " La plupart de nos problèmes et de nos difficultés viennent de notre manque de compréhension ; quelqu'un nous adressera de gentilles paroles, mais si nous les interprétons de travers, l'hostilité naîtra. C'est la même chose avec tout. Il est dit : ' Lorsque vous voyez le bien dans ce qui est bien, vous voyez également le mal dans ce qui est mal. ' Cela ne veut pas dire que vous deviez encourager les mauvaises choses, mais vous ne devez pas les voir négativement pour autant. Nous pouvons transformer tout ce que nous voulons, nous pouvons faire tout ce que nous voulons. Dieu nous a créés et Il nous a également donné la liberté ; Il nous a donné une liberté absolue. Nous pouvons penser tout ce que nous voulons, nous pouvons dire tout ce que nous voulons, nous pouvons avoir tous les sentiments que nous voulons, toutefois, si nous ne faisons pas l'expérience de ce grand amour, tout est limité.

" L'amour est un sujet très vaste. En général, lorsque nous parlons d'amour, nous pensons seulement à l'amour dont on nous a parlé à l'école ; plus tard, nous l'appelons ' premier amour ', ' béguin ' ou ' amour profond ', ' passion ' ou ' luxure ', nous lui donnons de nombreux noms, mais le véritable amour est l'amour divin, et l'amour divin inclue tout.

" Les saints soufis étaient perpétuellement en état d'amour, perpétuellement en extase. Ils ne connaissaient que l'amour, l'amour pour Dieu, et la seule expérience qu'ils faisaient était la douleur d'être séparés de Dieu. C'est à cause de cette douleur que nous voulons revenir à Dieu, que nous voulons faire l'expérience de cet amour. Notre conception de l'amour dépend de notre culture et de notre éducation. Cependant, tout le monde ne désire qu'un seul amour, c'est l'amour divin.

" Dans l'amour divin, il n'y a pas de problème de relation, pas de transactions matérielles. Dans cet amour, personne ne donne et personne ne reçoit, il n'y a que l'amour. Vous ne dites pas à Dieu : ' Je te donne cette quantité d'amour, alors tu m'en donneras tant. Je vais parler de toi, alors donne-moi telle quantité d'amour '. Nous ne pouvons pas marchander avec Dieu, nous ne pouvons pas négocier avec Lui. Sachez que tout ce qu'Il veut donner, Il le donnera aussitôt, parce qu'Il peut très vite, très vite, changer d'avis. Nous pensons que notre esprit est inconstant, eh bien, vous devriez savoir d'où il provient ! C'est parce qu'Il est divin, que tout ce qu'Il fait est bien, mais comme nous sommes liés, tout ce que nous faisons est mal. Vous comprenez ?

" Voilà pourquoi vous devez savoir que cela vient de Lui. Tous nos sentiments viennent de Lui, mais le problème est que nous, nous voulons avoir tels sentiments bien précis. C'est pourquoi nous avons besoin de choisir ce qui nous met le plus à l'aise, pour nous sentir au mieux, et c'est pourquoi nous faisons la sadhana.

" Baba avait une très grande maîtrise de ses émotions, de ses sentiments et de ses sens. Il est dit : 'Siddha svatantra bhavaha', ' Un Siddha vit en totale liberté '. C'est pourquoi il peut faire n'importe quoi, dire n'importe quoi ; rien ne l'affecte vraiment, rien ne lui fait quitter son état, il y reste à jamais. Il n'est pas gouverné par ses émotions.

" Il y avait une pratiquante qui racontait une merveilleuse histoire sur Baba : un jour, dans le réfectoire de Ganeshpuri, quelqu'un avait fait une bêtise ; alors Baba s'est mis en colère, et a accablé cette personne de reproches : il avait l'air vraiment très en colère. Il disait : ' Qu'est-ce que tu fais ici ? Pourquoi es-tu resté là ? ' Et il continuait de plus belle. On aurait cru qu'il y avait un tremblement de terre, ou une éruption volcanique ! Tout le monde tremblait. Finalement, il s'est précipité vers la porte de la salle à manger. Cette personne était si effrayée, qu'elle s'était cachée derrière la porte pour échapper au regard de Baba, mais il l'avait remarqué, et s'était dirigé vers elle. Et avec un grand sourire, il lui demanda : ' Comment as-tu trouvé le spectacle ? ' Et elle n'arrivait pas à croire que toute cette colère pouvait dissimuler tant de bonne humeur !

" C'est ainsi que nous devons vivre notre vie. Baba disait que nous jouons tous un rôle en ce monde. Dans le Shivaïsme, il est dit : Nartaka atma : le Soi s'est fait acteur. Nartaka signifie acteur. Rango antaratma : la scène toute entière qu'est ce monde, est aussi le Soi, c'est une scène faite pour le jeu du Soi. Il a tout créé sur son propre écran. Tout comme une mère donne naissance à un enfant de son être propre, c'est de Son être propre que Dieu a créé cet univers tout entier. Après l'avoir créé, Il y vit, Il est là !

" Nous nous croyons très forts, nous croyons pouvoir dominer et modifier la création de Dieu, mais nous ne faisons que tout gâcher, car la création de Dieu est parfaite telle qu'elle est. Mais c'est un amusement, un jeu ; que ce jeu continue !

" Il est dit dans une des Écritures, que même les anges et les dieux du ciel envient la vie humaine, parce que c'est dans une vie humaine que l'on peut faire l'expérience de l'amour. Lorsque vous êtes au ciel, qu'y-a-t-il comme expérience ? Tout y est formidable ! Mais quand vous êtes ici bas, quand vous êtes dans un corps humain, vous devez subir tant de choses avant de faire l'expérience de cet amour. Cet amour est sans prix, il est absolument inestimable. Quoi que nous ayons fait auparavant, nous devons connaître cet amour pour ressentir notre plénitude. Le grand saint soufi, Sai Baba de Shirdi disait : ' Je donne aux gens ce qu'ils veulent, dans l'espoir qu'un jour ils désireront ce que j'ai à leur donner '. La seule chose que désire donner un Saint, c'est l'amour, mais beaucoup ne sont pas prêts à en faire l'expérience tout de suite. "

Veuillez revoir les leçons 22 et 26.

avec amour