

# *A la* RECHERCHE *du* SOI

UN COURS POUR RECEVOIR LES ENSEIGNEMENTS DE LA MÉDITATION SIDDHA YOGA

VOLUME 1  
LEÇON 46

Cher ami,

J'espère que cette leçon vous trouvera heureux, de bonne humeur et satisfait de votre vie sur cette terre. Vous savez bien que si vous cultivez la bonne humeur, vous apprécierez beaucoup de choses dans cette vie. La bonne humeur est une qualité spirituelle importante, bien que la plupart du temps, il nous faille l'entretenir consciemment. Il ne suffit pas d'attendre sagement pour qu'elle se manifeste automatiquement. La bonne humeur est le fruit d'un esprit discipliné.

Comme vous le savez, ce qui nous entoure n'a pas grande importance. Une personne peut par exemple être assise dans un autobus, très heureuse de profiter de la vue des visages qui l'entourent et qui reflètent la beauté du Soi, alors qu'une autre s'ennuiera dans ce même autobus, impatiente d'arriver à destination, et regardant nerveusement sa montre. Un troisième passager pourra être tout à fait malheureux, se sentant seul et se rappelant un événement récent et déplaisant, ou s'inquiétant de ce qui l'attend. L'un dira : " Ce trajet était épouvantable, que c'était donc désagréable ! " Un autre dira : " Le trajet était fantastique, très reposant ".

De toute évidence, aucun de ces personnages n'est vraiment affecté par les circonstances. Ils sont tous dans le même autobus, effectuant le même voyage ; et pourtant l'un est heureux, en paix, l'autre s'ennuie et s'impatiente, le troisième est malheureux. Leur expérience dépend de ce qu'ils pensent et de leur attitude. Nous sommes semblables à eux, tous passagers d'un même autobus, tous embarqués " sur le même bateau " lorsqu'il s'agit de l'existence terrestre. A un moment donné, notre expérience est déterminée par nos pensées et notre attitude.

Je reçois parfois des lettres de personnes qui ont une famille aimante, une maison confortable, la sécurité financière et sociale, mais qui m'écrivent : " Pourquoi tout va-t-il si mal, pourquoi la vie est-elle si dure ? " Au même courrier, je peux tout aussi bien trouver la lettre d'un détenu incarcéré à vie dans un pénitencier fédéral et qui me dira, je cite mot pour mot : " Puissent vos jours être aussi heureux et paisibles que les miens ".

©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

Si toutes les personnes qui ont des vies enviables écrivaient dans leurs lettres " Tout est merveilleux, je compte chaque jour tous les bienfaits dont Dieu m'a si gracieusement comblé ", si toutes les lettres de ceux qui luttent ou sont limités par les circonstances disaient : " Pourquoi Dieu m'a-t-il accablé d'un tel sort ? Comment la vie peut-elle être si cruelle ? " on pourrait vraiment raisonner, et affirmer que certains ont " la vie belle " tandis que d'autres ont " une vie pénible ". Toutefois, rien ne le prouve. Beaucoup de personnes qui ont toutes les raisons de se plaindre s'arrangent pour conserver une gaieté intérieure, trouvent maintes occasions de remercier le ciel et éprouvent beaucoup d'amour envers eux-mêmes et envers les autres. D'autres, par contre, qui jouissent de conditions de vie enviables trouvent toujours de quoi se plaindre, de quoi s'inquiéter ; ils sont déprimés, ils ont peur et s'apitoient sur eux-mêmes.

Ainsi donc, les circonstances concrètes de la vie ne garantissent pas plus le bonheur qu'elles ne provoquent la souffrance. Une personne de valeur maintiendra son équilibre intérieur et sa sérénité quoi qu'il arrive. Elle peut connaître bien des revers et des déceptions, elle peut recevoir tous les défis, affronter tous les obstacles, et pourtant conserver cet équilibre intérieur. Dans le sport, par exemple, la caractéristique des équipes médiocres est d'accepter la défaite en cas d'échec, et de continuer à perdre avec un écart considérable. En revanche, la qualité d'une grande équipe est de conserver son équilibre intérieur, même lorsqu'elle est dominée ; de telles équipes se redressent souvent pour remporter de spectaculaires victoires de dernière minute, simplement parce qu'elles ont maintenu cet équilibre et qu'elles n'ont jamais accepté la défaite.

Il est essentiel de cultiver cet équilibre intérieur, cette force naturelle. Vous avez peut-être remarqué que, parfois, la Shakti ne nous facilite pas les choses et nous crée des tensions, tout simplement pour nous forcer à développer cet équilibre, cette force d'âme. La raison en est que nous ne pouvons maintenir le bonheur, même lorsque tout va pour le mieux, qu'à condition de développer ces qualités en nous. Notre faiblesse intérieure nous rend malheureux même lorsque tout est parfait.

Beaucoup de gens sont incroyablement faibles et fragiles vis à vis de ce qu'ils ont à supporter dans la vie. J'en connais qui feraient plus de 300 kilomètres pour venir assister à un programme et repartir chez eux dans la même soirée, incapables de supporter la tapasya de passer toute une nuit à l'Ashram. Comme si partager sa chambre avec un tiers, avoir une intimité limitée, ou devoir se lever tôt pour chanter la Guru Gita, c'est plus qu'ils ne peuvent en supporter dans la vie. Dans ces conditions, ne soyons pas étonnés si nous frémissons et si nous tremblons de peur lorsque nous devons faire face à la moindre difficulté.

Baba disait souvent que nous devrions affronter la vie comme un guerrier. Il n'est pas dans la nature de la Shakti d'être faible, timide ou passive. Si un obstacle apparaît, la nature de la Shakti est de l'attaquer agressivement. La Shakti ne se dérobe pas en tremblant ; celui qui est en accord avec la Shakti est courageux de nature, il n'est jamais sur la défensive. En temps normal, nous battons toujours en retraite, en geignant et en nous agrippant. Nous nous plaignons de choses et d'autres. Nous avons perdu le contact avec notre héroïque nature intérieure.

Notre vie est supposée nous défier. C'est ainsi qu'elle fut conçue. Si nous ne sommes pas défiés et mis sous pression nous n'avons aucun moyen de liquider un certain karma. Ceux qui semblent avoir la vie facile ne parviennent peut-être nulle part. C'est dans les moments difficiles que nous faisons de grands progrès ; celui qui a une vie difficile a l'occasion de bien grandir. Les

choses ne sont pas ce qu'elles paraissent être. Nos conceptions de " bon " et " mauvais " karma sont complètement remodelées lorsqu'on commence à entrevoir les choses dans leur globalité.

Cependant, si nous abordons notre journée sans courage, espérant qu'il ne se passera rien de mal, que les autres seront aimables, que nous ferons tout correctement, tremblant de peur chaque fois que nous devons faire preuve d'assurance, nous serons mécontents de nous-mêmes, mécontents de notre vie. A cause de l'esprit, nous penserons que notre insatisfaction, notre frustration sont dues aux circonstances, aux conditions extérieures, à notre environnement, aux autres ; mais en vérité, elles proviennent de notre attitude faible et peureuse. Nous ne nous voyons pas comme un guerrier qui affronte le défi avec courage et confiance suprême. Le guerrier affronte chaque défi avec enthousiasme car il sait que c'est là que se trouvent la raison et le sens de la vie. Regretter l'existence du défi, se sentir incapable d'y faire front, c'est la non-vie.

En vérité, nous ne sommes pas faibles. Nous n'avons d'autre faiblesse que celle de notre mental. Si nous faisons une sadhana, si nous suivons ce Cours, c'est en fait pour pouvoir éliminer cette faiblesse du mental. La force intérieure existe déjà. Elle nous est inhérente, elle est innée, elle fait intégralement partie de notre nature. Il peut arriver à quelqu'un d'être frappé par le malheur : sa maison et ses biens peuvent, par exemple, être détruits par un incendie, il échappe de justesse à sa mort et passe des semaines dans un état critique. Il pense naturellement que le "pire" est arrivé et se dit : " Jamais je n'aurais pensé qu'il m'arriverait une chose pareille ".

Pourtant quelque part en lui rien ne s'est passé vraiment, et, chose curieuse, il n'est pas affecté par tout cela, même s'il s'imaginait auparavant que ce serait l'expérience la plus horrible du monde. En un sens, il avait en lui la force d'endurer tout cela, de faire face à la perte de ses biens, de reprendre le dessus, de reconstruire sa vie et de continuer. Nous avons tendance à dire : " Comme il est courageux, comme il doit être fort ", mais en vérité, nous avons tous cette force. Nous avons déjà le pouvoir d'endurer n'importe quoi, sans être réellement affecté. Si nous devons faire face à quelque chose de ce genre, nous pourrions nous rendre compte que nous avons vraiment une force intérieure dont nous n'étions pas conscients auparavant. Une telle expérience peut entièrement transformer une personne. Alors qu'elle avait peur d'être faible, elle aborde à présent le reste de sa vie avec courage et sagesse. Mais à bien peu d'entre nous est donnée la grâce d'effacer tant de karma d'un seul grand coup. Puisque rien de mauvais ne nous arrive vraiment, nous n'avons pas l'occasion de découvrir que nous ne sommes pas aussi faibles et démunis que nous pensions l'être. Alors, nous nous contentons de ronchonner et de trouver des défauts aux choses telles qu'elles sont.

Essayer de vivre en évitant le " mauvais " karma ne nous mènera nulle part. Chaque fois que quelque chose de " mauvais " se produit, il faut nous dire que nous nous rapprochons de la libération. L'essentiel est de cultiver cet équilibre intérieur... qui reflète la conscience de notre force intérieure. Il n'est pas question de réaliser des conditions objectives idéales. Les circonstances dans lesquelles nous pourrions mieux résoudre notre karma et faire notre sadhana nous sont déjà données. L'attitude juste est la seule chose dont nous ayons besoin.

Il nous arrive souvent de penser : " Ah, si seulement je pouvais faire telle chose, je serais heureux ; si seulement je n'avais pas à faire telle autre chose, je serais heureux. Si seulement je vivais ailleurs, si seulement je vivais avec d'autres personnes, si seulement je vivais seul, si seulement j'avais ce meilleur travail, si seulement je n'étais pas obligé de travailler, si seulement

j'avais plus d'argent ". Alors nous entamons une sadhana en traînant derrière nous nos bonnes vieilles attitudes, et nous nous disons " Si seulement je pouvais mieux méditer, si seulement je connaissais le Soi, si seulement je ressentais la Shakti, si seulement j'étais libéré de mon mental... "

Quoi que nous réalisons dans la vie, nous ne cessons de dire : " Si seulement... si seulement... ". Certains ont les maisons les plus spacieuses, conduisent les voitures les plus chères, ont en banque plus d'argent qu'ils ne sauraient en dépenser, et pourtant ils pensent : " Si seulement... " ils regardent quelqu'un d'autre et se disent : " Si seulement j'étais comme lui, si seulement je possédais ce qu'il possède ". Mais celui-ci en regarde un troisième, pense les mêmes choses, et ainsi de suite. La plupart des hommes traînent leurs " si seulement ", jusqu'à la tombe, et nous ne nous rendons jamais compte que les circonstances extérieures sont plus appropriées que ne le sont nos attitudes.

Tout se passe à l'intérieur. L'homme vit ce qu'il pense, crée ses sentiments habituels qui déterminent les expériences de sa vie. S'il est souvent déprimé et amer, il ne peut apprécier sa vie, et il y a de fortes chances pour qu'il ne se rende jamais compte qu'il s'est fait tout cela à lui-même.

Gurumayi a dit un jour à Oakland : " Il est capital de se corriger d'abord soi-même avant de corriger les autres. En vérité, si nous nous corrigeons nous-mêmes, nous n'aurions plus besoin de corriger les autres. Dieu rend justice à tous. Le karma est très fort, il n'est rien d'autre que le fruit de nos actions. Le karma n'implique pas uniquement l'idée de mauvais, il englobe toute action, bonne ou mauvaise. Et toutes nos actions portent leur fruit, bon ou mauvais.

Si vous éprouvez de la haine envers autrui, découvrez-en la raison. Ce n'est pas dû à autrui, mais à vous, à vous seuls. Nous sommes à l'origine de tout. Réfléchissez-y bien. Pour réussir une relation, nous devons faire ce qu'il faut, nous ne pouvons en laisser le soin aux autres.

La vie continue. Nous verrons des quantités de choses, des bonnes et des mauvaises, des grandes et des insignifiantes. Nous verrons des quantités de gens, des gens sensés, des insensés, des fous et des cinglés, des gentils et des méchants. Nous aurons une relation avec des quantités de gens. Mais nous ne devons pas perdre notre grâce, ni notre force.

Aux yeux d'un fou, les autres sont fous ; alors qui est pécheur et qui ne l'est pas ? Qui est bon et qui ne l'est pas ? Il nous faut changer de compréhension, et il nous faut voir la bonté en chacun. Nous ne devons pas encourager les mauvaises choses, mais nous n'avons pas besoin de les amplifier non plus. Pour la plupart d'entre nous, nous amplifions les choses négatives parce que nous pensons qu'en les montrant ainsi au monde, nous pourrions changer le monde. Mais c'est une psychologie à l'envers. Par vos négativités, c'est le monde et les autres que vous affectez.

Vous ne rendez pas service au monde en soulignant ce qui va mal. C'est pourquoi Baba disait : ' Révélez constamment votre bonne nature, travaillez vous-même sur votre mauvaise nature pour qu'elle se dissolve et pour que votre bonne nature vous enveloppe. N'entretenez aucune dureté, aucune négativité envers les autres. N'ayez pas de haine envers votre propre personne. Il y a tant à faire dans ce corps même. ' "

On peut être heureux n'importe où, gai en toutes circonstances, on peut conserver son assurance intérieure, son équilibre, le sentiment de sa valeur personnelle quoi qu'il arrive. A vrai dire, l'entretien et le développement de ces qualités et de cette nature héroïque intérieure est ce qui donne un sens à la vie et de la valeur à l'existence en dépit de toutes circonstances, ce qui produit une réalisation naturelle. Sans ce développement, nous pouvons être installés au paradis et ne jamais le reconnaître, nous serons malheureux à cause du manque de compréhension que nous avons de nous-même.

Ce qui nous rend heureux se trouve à l'intérieur. Changer l'extérieur ne nous mènera à rien à moins de changer d'abord l'intérieur. Installez un malheureux au paradis et il s'y sentira probablement très mal à l'aise. Mais, si vous découvrez votre propre nature héroïque, si vous la vivez, vous vous réaliserez n'importe où, vous vivrez cette exaltation intérieure qui donne à la vie son sens et sa plénitude. Les conditions extérieures, qu'elles soient bonnes ou même idéales, ne seront jamais totalement satisfaisantes ; c'est l'attitude que nous avons envers nous-même qui donne du sens à notre vie.

Les gens se plaignent en disant que ce qu'ils font n'est pas important et n'a pas de sens : " Mon travail ne me mène à rien, il ne m'offre aucun épanouissement, je perds mon temps " ou bien : " Je ne parviens pas à savoir ce que je dois faire de ma vie, je suis persuadé que c'est une chose très importante, très significative, mais je ne peux découvrir ce que c'est ". Tout ceci provient de cette mauvaise compréhension que nous avons de nous-même. Nous pensons que notre nature héroïque consiste à faire quelque chose de particulier, comme si nous pouvions dire : " Parce que je fais ceci, je suis formidable. "

Bien entendu, les choses ne se passent pas ainsi. Notre grandeur n'est pas fonction de nos actes. Après tout, comment l'importance qu'on se donne pourrait-elle suffire ? Quelqu'un peut penser : " Si seulement je pouvais devenir avocat, ma vie en vaudrait la peine ", mais devenu avocat, le voici qui veut devenir sénateur, et s'il devient sénateur, il veut être le Président. On pourrait même être un célèbre acteur de cinéma, et décider de devenir le Président. Est-ce suffisant d'être le Président ? Le Président connaît-il l'exaltation intérieure du Soi ? Qui connaît les tensions et les angoisses auxquelles il doit faire face ? Qu'est-ce donc qui donne du sens à la vie ?

Certains disent : " Si seulement je pouvais faire quelque chose pour aider les autres, si seulement je pouvais les servir, ce que je ferais là en vaudrait la peine. " Il se présente tous les jours des occasions d'aider et de servir les autres, mais combien de fois nous en soucions-nous ? Nous servons autrui tout simplement en restant gai en sa présence, nous apportons quelque chose à sa vie tout simplement en le faisant rire, nous l'aidons en l'aidant à être satisfait de lui-même. Un simple sourire, un petit mot amical peuvent apporter un rayon de soleil dans la vie d'autrui, ne serait-ce qu'un instant. Un petit geste de gentillesse est énorme. Pourtant, combien de fois nous en donnons-nous la peine ?

Il n'est pas nécessaire d'occuper un poste important pour pouvoir aider les autres. Dieu nous a déjà assigné des postes, il nous a donné des incarnations remplies d'occasions d'aider et de servir notre prochain, mais prenons-nous souvent la peine de considérer les autres comme des reflets du Soi ? Combien de fois voyons-nous Dieu en eux ? Combien de fois les considérons-nous comme les membres de notre famille humaine ? Ne sommes-nous pas tous réunis en ce

monde ? N'avons-nous pas besoin de notre bonté mutuelle ? N'avons-nous pas besoin de quelqu'un qui se soucie de notre état intérieur ? Savez-vous que la plupart des hommes en ce monde se sentent mal compris et mal aimés ? Nous pourrions être si serviables chaque jour, nous pourrions aider les autres partout où nous nous trouvons, mais combien de fois avons-nous été conscients des besoins de ceux qui nous entourent ?

C'est ainsi qu'en vérité, nous nous leurrions lorsque nous cherchons quelque chose de valable à faire. C'est seulement l'ego qui désire avoir de l'importance, pensant que s'il " fait " quelque chose, cela le grandira et donnera un sens à son existence. Le sens et la valeur de notre vie sont en nous, dans le royaume du Soi et non dans nos actions terrestres. Le sens de notre vie se trouve dans ce héros intérieur, ce guerrier qui nous anime totalement. Ce sens réside dans l'enthousiasme intérieur vis-à-vis des défis de la vie.

Avec cette juste compréhension de nous-même, nous nous réalisons même au sein des tâches les plus mondaines. Nous n'avons pas besoin d'attendre que quelque chose d'important et de significatif se produise... quel que soit ce quelque chose. Une simple conversation avec notre voisin de bureau, un bref échange avec un vendeur, une rencontre fortuite sont autant d'occasions de servir en étant une lumière éclatante pour l'humanité. A reconnaître et à honorer simplement le Soi en l'autre, nous le rendons heureux et en ce sens nous l'aidons et le servons. En vérité, c'est le mieux que nous puissions faire pour notre prochain.

Il n'existe pas de gens importants d'un côté, et de gens sans importance de l'autre. Promenez-vous un instant dans un cimetière et essayez de distinguer qui est important et qui ne l'est pas. Le cimetière est le témoignage d'une égalité finale absolue entre les hommes. Le sens de la vie humaine réside dans la Conscience qui se trouve dans le corps ; cette Conscience occupe le corps dans ce plan d'existence terrestre, elle n'a rien à voir avec le corps lui-même ou ses actes. On pense peut-être que nos actions nous mèneront au ciel ou en enfer, mais les actions du corps créent le karma et rien d'autre, selon notre degré d'identification à ces actions. Notre enfer et notre ciel se trouvent dans notre conscience.

La bonté que nous montrons aux autres entre en fin de compte dans notre participation à la vie sur terre. Notre seule contribution à ce monde est l'amour que nous y donnons ; peu importe si nous construisons un pont, si nous devenons Président, si nous marquons le but de la victoire. L'essentiel est le sentiment qui se partage avec les autres. Cela peut paraître simpliste, mais à la longue, vous vous apercevrez que c'est vrai. Vous regretterez particulièrement d'avoir été insensible et méchant vis-à-vis des autres ; par contre, une des satisfactions finales de votre vie proviendra des moments où vous aurez été bon, des moments où vous aurez considéré votre prochain comme votre Soi, des moments où vous aurez partagé cet amour.

Voilà ce qui compte en vérité. Partout, en toutes circonstances, vous avez des occasions d'aimer et de respecter autrui, des occasions d'être serviable. Tout le reste n'est que rêve, un rêve qui s'en va, qui revient. Toutefois, l'amour demeure, l'amour est vrai.

Les aspects physiques de la vie ne sont qu'un cycle de karma pour une âme donnée. Une personne a un karma de Président, une autre, un karma de chanteur de rock. Une autre encore dira : " Je ne suis qu'une maîtresse de maison, je ne suis rien d'important ", et pourtant aux yeux de son époux et de ses enfants, elle comptera beaucoup plus que le Président. Elle a son propre

karma. Chacun vit le karma de sa vie, et lorsque le tour est achevé, il retourne " chez lui " dans la Conscience en attendant d'entamer un nouveau cycle d'existence physique. Alors le Président devient la maîtresse de maison, la maîtresse de maison devient le chanteur de rock, le chanteur de rock devient le Président.

Nous avons tous joué de nombreux rôles. Chaque âme connaît les divers aspects de l'existence physique. Les rôles que l'on joue dans toute existence physique n'ont aucune importance particulière. En fin de compte, nous ne sommes que Conscience. Toutes ces incarnations ne sont que le jeu de cette Conscience, en vérité, elles ne se produisent même pas, bien qu'elles en aient l'air. Cette vie n'est que le rêve de l'âme : notre Connaissance intérieure, notre Conscience, que nous appelons le Soi et que nous considérons aussi comme Dieu, est immuable. Elle ne change jamais en aucune façon et ne fait qu'observer le jeu du monde en perpétuelle transformation.

N'est-il pas troublant de savoir que nous avons été tant de personnes différentes ? En fait, nous n'avons jamais été personne, nous ne sommes que le Soi jouant tous ces rôles. Bien sûr, nous en arrivons à oublier qui nous sommes, et croyons être le rôle. Nous oublions l'essentiel. Nous nous laissons prendre au piège par tant de choses dans ce fugace rêve matériel en perdant de vue le sens des priorités. Nous ne réalisons pas que tout cela est éphémère. Nous nous soucions de bien des choses qui n'ont aucune importance au-delà de l'instant où elles se produisent.

Nous attachons de l'importance à maintes choses de ce monde. Pourtant tout ce qui demeurera en fin de compte sera l'amour que nous partageons avec les autres. Ceci peut sembler être un lieu commun, mais ce n'est que la vérité absolue. Un moment d'amour n'est peut-être que peu de chose en apparence, mais au moment de la mort, c'est cela qui comptera. Nous ne sommes pas préparés à la mort car notre vision de l'existence est fragmentaire. Beaucoup de choses perdent de leur importance à l'heure de la mort. Et beaucoup de choses que nous avions considérées comme allant de soi nous paraîtront menaçantes.

On fait l'expérience de bien peu de moments d'amour dans la vie. Ces moments se totalisent et la somme de cet amour constitue l'essence de la signification de la vie. En comparaison, tout le reste est négligeable.

Pour l'instant, nous voyons les autres en tant qu'autrui, nous nous voyons comme des entités séparées, nous pensons que notre vie est à part et que nous n'avons nul besoin des autres. Cependant il est faux que nos vies soient séparées car elles s'entremêlent. Vous ne pouvez connaître quelqu'un et en être coupé, il n'existe nulle séparation au sein de l'univers, nul n'est différent de vous ; par conséquent, connaître les autres c'est connaître une partie de son Soi. Ainsi la vie de ceux que vous connaissez est une partie de la vôtre. Rien n'est isolé. Nous faisons partie de cet ensemble, nos vies sont étroitement liées, que nous le voulions ou non.

Dieu, ou la Conscience, est la somme totale de toute existence humaine. Nous connaissons Dieu lorsque toutes ces vies sont vécues et ressenties comme une seule vie, c'est l'état que l'on désigne parfois par " Conscience Cosmique ", il inclut l'individu et tout le reste simultanément ; c'est ce qui est maintenant. Un instant, ou une éternité, qu'importe ; la vie existe maintenant. Dieu réside dans la vie de chaque être humain. Dieu est manifesté en cet instant. Ce moment d'amour que nous partageons est ce Dieu vivant. Essayez de voir au-delà de ce que voient vos yeux,

percevez ce qui existe au-delà des sens. La vie comporte bien plus que ce dont les sens nous rendent compte. Ressentez cet amour à l'intérieur, en vérité cela est votre vie ; votre amour est votre vie, ce qui restera de celle-ci est votre propre amour, tout le reste n'est qu'un rêve sans existence réelle.

Soyez conscient de votre grandeur intérieure. Etre conscient de la grandeur intérieure ne vient pas de l'ego, et ne signifie pas que vous pensez que votre corps, votre mental, vos pensées, vos actes, votre situation sont remarquables. Il ne s'agit pas du tout de cela, mais de la grandeur de la conscience intérieure, de l'amour intérieur ; c'est la grandeur de ce qui est éternel. Ce qui va et vient n'est pas si grand, c'est seulement un spectacle éphémère. Appréciez le jeu mais ne vous y laissez pas prendre, participez à la représentation sans vous y impliquer. Lorsque vous serez conscient de votre grandeur intérieure et de la splendeur de la Conscience, vous saurez qu'en vérité vous ne faites rien, même si vous donnez l'impression, là où vous vous trouvez, de participer au déroulement de cette pièce.

Baba a dit : " Comment le miroir peut-il se voir ? Pourquoi vouloir recouvrir l'or d'une couche dorée ? Lorsqu'une flamme brille déjà, une seconde flamme ne peut l'illuminer. Ainsi tout ce que fait un Siddha ne peut en aucun cas être assimilé à l'action. A ses yeux, tout est Cela, bien ou mal ; telle est la nature du parfait état de Siddha.

Puisqu'un Siddha voit Dieu dans ses actes et leurs effets, comment peut-on dire qu'il accomplit des actions ? Son état est celui de la dévotion suprême à Dieu, c'est l'état de la connaissance propre aux êtres illuminés. Un Siddha donne peut-être l'illusion d'agir, mais en fait, il n'agit pas. Sa seule action consiste à adorer Dieu, tout ce qu'il dit est un hymne à Sa louange, tout ce qu'il voit est vu en tant que Dieu, et les lieux où il se rend sont toujours son pèlerinage vers la divine et suprême unité. O mes amis, voilà comment vit un Siddha ".

Avec une juste vision, nous réalisons qu'il n'existe rien de mauvais dans nos conditions de vie. Tout est conforme au dessein karmique, et notre karma est taillé à la perfection pour nous permettre de développer la force intérieure, le courage et l'équilibre nécessaires. Les circonstances de la vie contiennent toutes les leçons que nous devons apprendre pour devenir conscients de notre véritable nature, et devenir notre propre héros, notre propre raison de vivre. C'est alors qu'en honorant nos actions en tant qu'actions de Dieu, nous honorons véritablement notre propre Soi. Tout devient alors le jeu Divin, le divertissement du Soi, nous sommes exaltés par cette compréhension. Chacun peut vivre la vie d'un héros, il sera comblé par sa propre vie, et n'aura plus à aller ailleurs, à connaître d'autres gens, à changer de métier, il n'aura plus besoin d'avoir de plus en plus d'argent et de biens. Il saura qu'il ne possède aucun pouvoir qui puisse altérer ou affecter la joie de la vraie connaissance du Soi. Savoir qu'il ne naît pas, qu'il ne meurt pas, qu'il est indestructible et invincible, à jamais indivisible, sans début et sans fin, savoir que tout est le jeu du Soi le rendra extatique. Rien ne réjouit l'homme autant que le fait de se savoir immortel, au-delà de l'espace et du temps, du plaisir et de la douleur, libre de tout attachement, transcendant la connaissance même. Rien dans ce monde ne comble mieux que l'expérience de la béatitude et de l'amour dans le Soi. Voilà le point culminant, le summum de la vie.

Lorsque quelqu'un est fermement établi dans la Conscience permanente de sa véritable nature, il est suprêmement réjoui, suprêmement exalté ; il est le héros suprême ; lorsqu'il a vraiment l'expérience de son propre Soi, il se rend compte que rien d'autre ne peut l'égaliser, que comparé à cela rien ne vaut la peine. Voilà pourquoi celui qui découvre sa vraie nature se sentira d'emblée suprêmement joyeux, suprêmement comblé.

Rien ne peut ajouter à la connaissance du Soi. C'est l'extase ultime, et le but, le sens de la vie consistent à consciemment reconnaître, accepter cette extase intérieure et à s'y fondre. C'est aussi simple que cela. C'est l'adoration du Soi, sans laquelle la vie n'aura jamais aucun sens. Les réussites physiques sont sans valeur, les possessions ne sont que poussière, et l'on ne peut jamais s'accrocher à rien. Il n'y a que le Soi et c'est dans son adoration que réside la satisfaction ultime et la suprême raison de l'existence.

A South Fallsburg, Gurumayi a dit, en citant un grand écrivain : " Si quelqu'un donne libre cours à ses désirs, il n'y aura ni combat, ni friction, ni feu intérieur en lui, mais si pour atteindre un but précis il lutte contre les désirs qui l'entravent, il créera un feu qui transformera progressivement son monde intérieur en un tout unique. " Donc, satisfaire nos désirs, lorsque nous en avons, est une manière facile de s'en sortir. Essayons au contraire de les comprendre, de les contrôler, essayons d'en devenir maîtres plutôt que de les laisser devenir nos maîtres, alors un grand feu éclatera. Qui dit friction dit feu ; c'est le feu qui détruit les doutes, le feu qui supprime les négativités.

Recherchez ce qui se trouve au-delà de ce qui est au-delà, au-delà des yeux, des oreilles, du nez physiques, au-delà des sens qui nous ont tenus si enchaînés. S'ils ne voient pas ce qu'ils veulent voir, ils sont bouleversés, s'ils n'entendent pas ce qu'ils veulent entendre, bon sang, c'est la détresse ! Si le nez ne s'imprègne pas de Chanel n° 5, ça ne sert à rien ! Si des mains ne touchent pas l'amant qu'elles veulent toucher, elles se sentent vides.

C'est ainsi que les sens nous ont maintenus enchaînés, vraiment enchaînés, vraiment limités. Et c'est à cause d'eux que nous n'avons pas l'expérience de la liberté qui, nous le savons, existe. Dépassez donc le règne des sens. Ils ne pourront vous donner la suprême satisfaction qui, vous le savez, existe, et que vous pouvez ressentir. Allez donc plus loin que cela.

Si nous voulions seulement utiliser nos sens pour voir la perfection, il serait temps de commencer à les nettoyer. A moins de faire cela, à moins de les parfaire, nous ne pourrions pas trouver la perfection recherchée. Beaucoup de gens demandent : " Combien de temps nous faudra-t-il ? " Eh bien, vous n'avez qu'à calculer pour savoir combien de temps vous mettrez à polir vos sens. La réponse dépendra de cela, et c'est seulement alors que nous verrons la perfection dans sa totalité !

Veillez réviser la leçon 23.

*avec amour*