

A la RECHERCHE *du* SOI

UN COURS POUR RECEVOIR LES ENSEIGNEMENTS DE LA MÉDITATION SIDDHA YOGA

VOLUME 1
LEÇON 32

Cher ami,

Dans une lettre récente, une étudiante m'a dit : " Autrefois, j'apprenais toutes sortes de notions nouvelles, grâce à vos leçons. C'était merveilleux. Leur simple lecture me transportait, j'étais comme un enfant qui avait grandi et qui découvrait subitement le 'pays des merveilles'. Mais à présent, ce pays des merveilles semble s'être transformé en pays de désolation.

Tout ce qui auparavant comptait pour moi, tout ce que je recherchais avec tant de ferveur et d'impatience, a perdu tout attrait. J'aurais aimé pouvoir affirmer qu'en contrepartie je nage dans le bonheur, mais ce n'est pas le cas. C'est comme si on avait radicalement supprimé mon envie pour les voitures, les vêtements, l'argent, mon besoin d'hommes, de maisons, de renommée, de voyages et qu'en retour on ne m'ait rien donné pour combler le vide.

Je voudrais savoir à quel moment les choses pourront devenir un peu plus drôles.

Je doute que vous puissiez me soulager, car alors, un autre pays des merveilles s'ouvrirait à moi. Si jamais vous répondez à ma lettre, je suis persuadée que vous me direz gentiment de tenir bon, d'avoir confiance, d'avoir foi dans le Guru, de répéter le nom de Dieu, et de voir le Soi en chacun.

En un sens, je pense que je dois être folle de m'être embarquée dans cet étrange galère indienne qui me mène si loin du monde des Mac Donald et des comptes en banque, et qu'au fond je suis exactement comme tous ceux qui se servent du sport ou de la religion comme échappatoire. Mais au fond, je sais que, quoi qu'il en soit, c'est encore ce qu'il y a de mieux. C'est honnête, ce n'est pas la mer à boire, personne ne me demande mon âme ou mon argent, et je n'ai pas à aller m'installer au sommet d'une montagne.

Souvent, je relis les leçons précédentes, et je vois tout d'un oeil nouveau. Cette nouvelle perspective me remue car je me rends compte qu'elle aussi est limitée, et c'est, peut-être grâce à cela justement que je tiens bon - savoir que je ne sais rien.

Lors de la dernière intensive, une jeune femme s'est levée pendant le partage final et, pleurant de rage et de désespoir devant près de deux cents personnes, elle a dit : ' J'enrage, qu'est ce qui m'arrive ? Comment se fait-il que vous vous sentiez si bien, que vous ayez toutes ces merveilleuses expériences. Pourquoi en suis-je exclue ? '

©Edition originale en anglais : 1983 SYDA Foundation®

©Edition en français : 1987 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

Je crois que le désarroi de cette femme a touché tout le monde, parce qu'elle avait eu le courage de s'exposer. Et je crois que sa franchise a transcendé la gêne que l'on aurait pu ressentir. En tous cas, je crois que cette femme parlait pour chacun de nous. Je sais de toutes façons qu'elle parlait pour moi. Alors... les choses seront peut-être plus drôles la semaine prochaine ? »

La franchise de cette lettre m'a ému. Tout comme la femme à l'intensive, l'auteur de cette lettre parle pour beaucoup d'entre nous. Le premier pas à franchir pour retourner au *pays des merveilles* est de se rendre compte à quel point ce genre de lettre est courant. Nous semblons tous passer par cette étape, et fort heureusement, ce n'est qu'une étape. En tous cas, les réponses à ces questions sont assez complexes, et seront traitées lors des prochaines leçons. Cette lettre implique beaucoup plus qu'on ne le pense au premier coup d'oeil. Il y a de nombreuses subtilités à comprendre et plusieurs points de vue à considérer.

Elle dit que lorsqu'elle comprend les choses pour la première fois, ou qu'elle les appréhende à un niveau plus élargi, elle en est fortement surprise, tout en se rendant compte à quel point son ancienne compréhension était limitée. Le mot *point de vue* est ici un mot clé, car il détermine notre façon de voir le monde. Si deux personnes ont un point de vue différent, elles percevront la même chose différemment. Souvent les gens se lancent dans des discussions et des débats animés alors qu'en fait, ils ne font qu'aborder la même réalité de deux points de vue différents. Plus nous devenons conscients, plus notre point de vue en arrive à tout inclure. Le point de vue plus élevé inclut simultanément tous les autres.

Tous nos problèmes proviennent de notre attachement à des points de vue limités auxquels il nous arrive de rester accrochés.

Ce qui ressort d'une question telle que : "*A quel moment les choses pourraient-elles devenir un peu plus drôles ?*" c'est qu'elle provient d'un point de vue limité. Lorsque l'on ne s'amuse pas, l'esprit pense qu'il en est toujours ainsi. Il oublie tous les moments où l'on s'amuse. En réalité, si nous nous ennuyons, c'est que nous n'aimons pas pleinement le moment présent, mais cela sera le sujet d'une leçon ultérieure. Et parce qu'il n'y a pas d'amour, pas de conscience de ce qui est maintenant, l'esprit pense : "*je m'ennuie ma sadhana ne porte pas ses fruits.*"

On vient parfois me voir pour me parler d'un problème. Bien sur, la meilleure façon de régler un problème, c'est de l'oublier, alors je commence à parler d'autre chose, et bientôt nous voilà en train de rire et de plaisanter. Puis la personne me dit : "*Bien, revenons à mon problème.*" C'est qu'elle ne veut pas le lâcher ! Notre problème fondamental, c'est vraiment d'être désespérément accroché à un point de vue limité.

Actuellement, je ne sais pas très bien ce que l'on entend par *expériences spirituelles* ; je croyais le savoir, mais je n'en suis plus si sur. Un jour, un des swamis de Baba est allé le voir et lui a dit, "*Baba, je n'ai pas d'expériences spirituelles. Ma tapasya ne porte pas de fruits.*"

Baba lui répondit, "*Comment, tu ne manges pas bien, tu ne dors pas bien ?*"

Qu'est ce qui est vraiment spirituel ? Autrefois, je m'installais, le corps rigide, à attendre quelque chose de spirituel en méditation. Maintenant j'ai plutôt l'impression que la plus grande

expérience consiste à avoir le corps détendu et l'esprit calme. La simple conscience du moment présent est à elle seule une expérience spirituelle ; je ne ressens pas le besoin de voir des lumières ou autres choses ; j'ai déjà vu des lumières. Irais-je jusqu'à vous raconter mes expériences ?

En fait, si j'essayais de vous en décrire quelques unes, je ne sais à quel point les autres les trouveraient *spirituelles*. Vous risquez de ricaner et de penser : " Il trouve que c'est une expérience spirituelle, ça ? " Je ne pense pas vous impressionner, je peux partager ce que j'ai vécu auprès de Baba, mais il n'y a pas de quoi tomber à la renverse.

J'ai toujours été attiré vers Baba ; on n'avait pas besoin de s'attacher à ses mots ou à ses actions pour ressentir quelque chose, sa seule présence suffisait. En fait on avait seulement besoin de sa Shakti, mais pendant ces douces années où il vivait dans ce monde, se centrer sur sa présence était encore plus passionnant. J'aimais être auprès de lui et sentir qu'il y avait entre nous une interaction subtile mais intense.

Bien que j'aime toujours le sans-forme, je suis également un adorateur de la forme ; j'ai appris cela de Baba, et c'est d'une grande importance dans ma sadhana. Avant de rencontrer Baba je pensais que le monde était une création de l'esprit, donc essentiellement irréel, mais à travers ma relation avec Baba, j'ai compris que le monde était aussi la forme de Dieu, la danse de la Shakti, le jeu de la Conscience. Au lieu d'essayer d'aller *au-delà* du monde comme je l'avais fait auparavant, je me suis mis à adorer le monde tel qu'il est, je me suis mis mentalement à faire l'arati à tout ce qui se présentait devant moi. La forme ultime de mon adoration, évidemment, devint Baba lui-même : Le Guru physique. Voilà pourquoi la plupart de mes *expériences spirituelles* se sont produites en sa compagnie.

Avant de rencontrer Baba, je pensais que la relation avec les autres dépendait des mots que l'on échangeait, des expériences que l'on partageait. J'ai compris, peu après avoir connu Baba, que notre relation ne dépendait en rien de ce qui se disait ni de ce que l'on faisait ensemble. Au lieu de cela, il se passait entre nous quelque chose de subtil, d'invisible, d'ineffable. Peut-être avez-vous vu de ces vieux films où un homme et une femme se rencontrent lors d'une soirée. Ils sont complètement étrangers l'un à l'autre, il y a du monde, mais ils s'aperçoivent malgré tout à l'autre bout de la pièce, leurs yeux se rencontrent et ne se quittent plus. On peut sentir dans le film ce courant d'énergie qui circule de l'un à l'autre, sans qu'ils aient eu à échanger de paroles, sans qu'ils aient eu à échanger rien d'autre que ce regard. Peut-être même avez-vous vécu cela et vous vous dites : " *Oui, je sais ce que c'est.* " Enfin voilà à peu près comment j'ai commencé à percevoir Baba, il semblait se passer entre nous quelque chose d'intense et de révélateur, un secret mystérieux et merveilleux. Il y avait constamment ce courant sous-jacent d'énergie qui allait de lui à moi et qui me transportait de joie. Fondamentalement, ma relation à Baba consistait en ce qu'il me faisait et en mon expérience intérieure.

Il faut vous dire que je ne suis pas allé vers Baba avec l'idée de le suivre ou de devenir son disciple ; je pensais qu'il m'apprendrait quelque chose, tout en continuant mon chemin. Mais tout comme ces vedettes de cinéma sont attirées l'une vers l'autre d'un bout à l'autre de la salle, j'étais attiré par Baba. Il me fascinait et me charmait.

Je n'arrivais pas à le comprendre. Son mystère était insondable, et tout comme ces vedettes de cinéma ressentent le besoin de se revoir à cause de cette attirance mystérieuse, je ressentais la

nécessité de revoir Baba. Je n'étais jamais rassasié de sa présence, j'étais fasciné par tout ce processus car je ne comprenais pas la raison de mes sentiments envers ce petit homme qui nous venait de l'Inde. C'était insensé.

En tout cas, j'étais là depuis environ six semaines lorsqu'il me dit : "*Tu devrais enseigner ce qu'est un Guru*".

J'ai été totalement pris au dépourvu et j'ai répondu, "*Baba, comment puis-je enseigner aux autres ce qu'est un Guru ? Je viens à peine de vous rencontrer. Je ne comprends même pas ce qu'est un Guru ?*" Sans ajouter que j'en avais une grande méfiance.

Baba a ri, m'a touché le visage de ses plumes de paon et m'a dit : "*Tu le feras !*" Au moment où il a prononcé ces mots tout simples, il s'est passé une chose très étrange. Tout a disparu autour de nous, j'ai disparu ensuite et enfin, Baba a disparu.

Je ne sais pas pourquoi la disparition des autres ne m'a pas paru trop bizarre, de toutes façons j'avais toujours eu l'impression d'être complètement seul avec Baba, c'était comme si les autres n'existaient pas, donc il n'y avait rien d'étonnant à me retrouver seul avec lui. L'expérience s'est reproduite à maintes reprises au fil des ans. D'immenses salles de méditation remplies de milliers de personnes se volatilisaient.

Par contre ma disparition à moi m'a semblée assez étrange. A la place de mon corps il y avait une lumière blanche et or qui palpitait, et qui plus est, Baba ne cessait de fixer cette lumière et de rire, comme s'il trouvait très drôle que j'aie disparu et qu'il n'y ait plus eu qu'une lumière à ma place.

Ensuite quand Baba a disparu aussi, tout s'est fondu dans cette lumière, elle était omniprésente, elle était de toute évidence tout ce qui existait. Le temps s'était arrêté. L'espace avait fondu. Il ne restait plus que cette lumière omnipénétrante de la Conscience qui s'était auparavant manifestée en tant que Baba, en tant que moi et en tant que tous les autres. Aussi bizarre qu'ait été cette expérience, j'avais le sentiment que tout était parfaitement naturel et que je ne faisais que voir les choses telles qu'elles ont toujours été réellement.

Puis je me suis vaguement demandé comment j'allais pouvoir retourner à ma place. Dès que j'ai eu cette pensée, dès que j'ai repris conscience de moi-même, Baba est apparu devant moi, souriant. Alors mon corps est revenu à sa place, ainsi que tous les autres, et c'était comme s'ils avaient toujours été là. Tout cela s'est passé dans les quelques secondes qui ont suivi les paroles de Baba me disant : "*Tu le feras !*" Je me suis incliné à ses pieds, sa réponse m'a paru banale, et je suis retourné à ma place.

Ainsi, la plupart de mes expériences avec Baba étaient de ce type de brefs échanges qui pouvaient extérieurement paraître insignifiants, mais qui intérieurement bouleversaient complètement ma perception du monde et de moi-même. En conséquence, dès le début de ma relation avec Baba, j'ai cessé de me soucier de la manière dont il me traitait, et de son comportement extérieur vis à vis de moi. J'apprenais par contre à me centrer sur mon expérience intérieure en sa présence.

Lorsque j'ai rencontré Baba pour la première fois en 1974, il commençait juste à ouvrir des centres de méditation en divers endroits. Il me dit que je devais diriger un de ces centres pour lui et j'en ouvris un, mais je n'en avais aucune envie. Ce n'était pas quelque chose pour un homme comme moi. Pourtant je savais qu'en le faisant je pourrais rester en contact avec Baba et je sentais quelque part en moi qu'il était très important pour moi de garder un lien vivant avec lui.

Un jour il y a eu une réunion de tous les chefs de centre. C'était la toute première réunion de ce genre ; Baba était très simple et naturel avec nous, comme il l'était toujours avec ses collaborateurs qu'il considérait comme siens. En de telles occasions il se montrait différent du Baba public. Il était en quelque sorte beaucoup plus abordable. Il restait assis, les jambes confortablement croisées et sans son dentier ; il était très prosaïque, c'était un vrai grand-père.

En ce temps là, il n'y avait ni swamis, ni ashrams, et les Intensives étaient animées par les chefs de centre, dans les centres. Baba nous expliquait comment donner le toucher pendant les Intensives. Il était très précis à ce sujet. Nous devions passer pendant la méditation et toucher chaque personne d'une manière précise que Baba décrivait en détail... pour transmettre la Shakti. Baba nous assurait que les gens obtiendraient Shaktipat de cette manière.

Diriger un centre était une chose, mais je pensais que là, les limites étaient dépassées. J'ai dit à Baba : " *Et si je vais toucher les gens de cette manière et que rien ne se passe ? De quoi aurai-je l'air ?* "

Baba semblait penser que c'était une des choses les plus drôles qu'il ait jamais entendues. Il était écroulé de rire. Sur le moment la question paraissait tout à fait normale, et il finit par dire : " *Joue ton rôle, moi je jouerai le mien. Tout est déjà réglé. Si tu as une foi totale dans les ordres du Guru, tout ira bien* ".

Cette fois-ci, lorsqu'il a prononcé ces paroles, personne n'a disparu, mais la pièce a semblé tout d'un coup remplie d'une lumière blanche et dorée. La lumière émanait du corps de Baba, elle émanait aussi de mon propre corps. A ce moment là, j'ai senti un lien particulier avec Baba ; partager cette lumière avec lui était une chose très intime. Cette lumière a continué à émaner de moi pendant toute la durée de la réunion et jusqu'à la fin de la journée, et même lorsque je suis parti pour rentrer chez moi. Alors que j'avançais dans les rues de New-York, la lumière semblait tout imprégner, et je trouvais que tout le monde aurait dû être frappé d'émerveillement devant une nouvelle lumière qui envahissait tout d'un coup le monde, mais personne ne paraissait l'avoir remarquée.

Donc, voilà comment les choses se sont passées pour moi. Mes *expériences spirituelles* étaient tout simplement les divers états dans lesquels Baba me mettait, les points de vue différents qu'il me montrait. Il ne me les expliquait pas et il ne me les décrivait pas. Il faisait comme si rien ne se passait ; Baba était passé maître dans *l'art de la simulation*, et feignait l'ignorance, quelle que fût votre expérience.

Un jour, j'étais seul avec lui, et il parlait du Cours et tout à coup il a dit : " *Il faut que le Cours soit très puissant, tellement puissant que personne ne puisse en douter.* "

Quand il a dit cela, j'ai senti un rayon intense de Shakti me monter le long de la colonne vertébrale, sortir du sommet de ma tête et se répandre dans l'espace ; c'était exactement comme dans les livres de yoga. Ensuite j'ai eu l'impression que l'on enfonçait un rayon de Shakti le long de ma colonne, comme un pic dont l'acier n'était que pure lumière. J'ai du mal à le décrire. C'était comme si Baba avait installé à jamais ce rayon de Shakti qui partait du bas de ma colonne vertébrale pour sortir par le dessus de ma tête.

Pendant que je vivais tout cela, Baba s'est penché vers moi et m'a dit, l'œil rieur : " *Alors, as-tu d'autres questions ?* "

Mon esprit en a été soufflé. Il ne restait plus rien pour formuler des questions. Mais Baba, facétieux, insistait, en me montrant la pièce vide, et me disait : " *Regarde, il n'y a personne. Nous sommes seuls, en toute intimité. Tu peux demander ce que tu veux. Vas-y, ton Baba est là, demande lui n'importe quoi* "

Mais sentir ce rayon de Shakti qui me traversait la colonne vertébrale jusqu'à atteindre ma tête me remplissait de félicité, et je n'arrivais pas à remettre mon esprit en route. Je ne pouvais même pas croire que ce soit ce que Baba voulait. Tout à coup il éclata de rire, sauta de sa chaise, me donna plusieurs coups sur la tête et sur le dos, dit quelques mots en Hindi qui restèrent non traduits, me fourra un morceau de chocolat dans la bouche, et quitta la pièce en riant. J'avais l'impression d'être une mare de félicité répandue sur le sol. Tout ce que je sentais de ce monde était amour, j'étais saturé de l'amour de Baba, et ce rayon de Shakti était toujours là. Le traducteur dû m'aider à quitter les lieux.

Voilà donc des exemples de mes *expériences spirituelles* : elles sont vraiment médiocres comparées à certaines descriptions que je reçois dans les lettres des étudiants du Cours. Je les partage avec vous parce que cela me donne l'occasion de parler de Baba et de ressentir la Shakti de notre relation. Il y a beaucoup de Shakti à parler du Guru et à parler des expériences que l'on a eues avec lui.

Mais si je vous raconte tout cela avec autant de détails c'est que je suis persuadé que la plupart des gens ont des expériences analogues et ne savent pas ce qui se passe. La plupart des gens se prennent au piège des événements extérieurs, ce qui est très trompeur, et si nous ne sommes pas conscients et vigilants, ce qui se passe à l'intérieur nous échappe.

Une personne dira toujours qu'elle n'a pas eu d'expériences spirituelles mais si par la suite on discute avec elle de ce qui s'est passé, qu'on lui pose des questions, qu'on lui demande comment elle se sentait à ce moment là et ce qu'elle a alors éprouvé, si on lui demande quelle a été sa réaction intérieure, elle comprendra qu'elle a eu à son insu toutes sortes d'expériences vraies. Cela est très fréquent. Le partage d'expériences sous forme d'exposés dans un ashram ou un centre nous fait mieux comprendre ce qui s'est passé, et, chose curieuse, certaines ne sont complètement comprises qu'au moment où elles sont partagées avec les autres.

Ainsi, la plupart des gens ne comprennent pas leurs expériences spirituelles. Celles que je vous ai décrites au cours de cette leçon auraient pu passer inaperçues. La plupart d'entre elles n'ont duré que quelques secondes et si mon esprit avait vagabondé, tout m'aurait échappé. Cela me donne à réfléchir sur tout ce qui a dû m'échapper. En tous les cas, je ne dis pas que les choses

m'ont été données d'emblée, mais plutôt qu'elles étaient mises à ma portée. La plupart du temps nous sommes si accaparés par l'apparence des choses, par nos propres pensées, que nous ne reconnaissons pas ce qui est à notre disposition.

En vérité, il y a plus de choses disponibles qu'on ne pense pouvoir en contenir elles sont accessibles en permanence, mais nous n'en profitons pas à cause de notre mental, de nos idées préconçues et de nos limitations.

Donc, derrière toute cette apparente activité extérieure se cachent ces expériences spirituelles intérieures. Peut-être est-il naturel que tout disparaisse, peut-être est-il naturel de voir une lumière blanche et dorée émaner des hommes et se répandre dans le monde, peut-être est-il naturel de sentir un rayon de Shakti monter le long de la colonne vertébrale et sortir par la tête ! On pourrait bien voir la réalité à travers le monde, on pourrait bien voir la lumière qui émane des autres, mais comme ces choses ne rentrent pas dans notre perception conditionnée de la réalité, on ne les appréhende pas. Ce que nous voyons, ce que nous éprouvons dépend en grande partie de ce que nous espérons, de ce que nous imaginons et de ce que nous croyons possible. Cela, pour le moins, laisse beaucoup de choses dans l'ombre.

Donc, au delà du mondain apparent se trouve le spirituel. Et de même, derrière le spirituel se trouve le mondain. Même si nous parvenons à voir au-delà du monde, même si nous percevons cette lumière qui imprègne tout, même s'il y a un rayon de Shakti, la vie mondaine continue comme d'habitude. Lorsque vous voyez Joe dans la rue, vous verrez peut-être une lumière émaner de lui, vous serez peut-être envahi d'amour et en adoration devant cette Conscience divine et éternelle qui se manifeste en tant que Joe. Mais lorsque vous le croisez vous n'allez pas dire : "*Quel amour ! Quelle lumière ! Quelle félicité !*" Si vous le faisiez, Joe vous prendrait certainement pour un fou. Alors vous vous contentez de lui dire : "*Salut Jo, ça va ? Il fait beau n'est-ce pas ?*"

Donc, derrière le spirituel se trouve le mondain. Malgré toutes nos expériences, la vie normale suivra son cours, le film karmique continuera à se dérouler, et vous continuerez à jouer votre propre rôle. Vous porterez toujours le même costume. Toutes les pensées et les émotions de l'humanité continueront à flotter dans l'éther, prêtes à capter votre attention. Votre vie mondaine, votre vie extérieure continuera à paraître aussi normale que celle de quiconque.

Alors, qu'est-ce qui est spirituel après tout ? Le simple fait d'avoir l'esprit vide de pensées pendant un instant constitue votre expérience spirituelle. Si vous ressentez de l'amour dans votre cœur pendant un seul instant, c'est votre expérience spirituelle. Si vous regardez l'autre dans les yeux en éprouvant de l'amour, en n'y voyant que le reflet de votre Soi, vous ne pouvez pas être plus spirituel que cela, vous ne pouvez pas atteindre un état plus élevé que cela.

La Sadhana est le processus qui rend l'expérience durable. Elle nous apprend à avoir une vision égale de tout. C'est cesser de croire que certaines choses sont plus spirituelles que d'autres. Et croyez-le ou non c'est justement ce processus en lui-même qui est drôle. Rien n'est bien drôle lorsque l'on ignore ce processus qui prend place en nous ; mais, avec la conscience adéquate de ce processus, n'importe quelle situation, n'importe quelle expérience peuvent nous réjouir. Tout est une question de point de vue.

Alors, " *à quel moment les choses deviendront-elles plus drôles* " ? Elles le sont déjà ; elles n'ont pas besoin de nous et ne dépendent pas de nous. Tout est déjà perpétuellement drôle. Nous n'en faisons pas toujours l'expérience à cause de notre esprit, de notre point de vue, de notre perspective limitée. C'est pour cette raison que nous purifions l'esprit et élargissons notre perspective. Cela prend un peu de temps, et c'est le processus dans lequel nous sommes engagés.

Comme il est dit plus haut, la lettre que nous citons soulève beaucoup de questions subtiles et complexes ; nous en étudierons plusieurs aspects dans les leçons à venir ; nous étudierons également d'autres lettres. Il est stupéfiant de constater combien ce processus est identique pour nous tous, en même temps qu'il est unique pour chacun. Ce n'est qu'une question de point de vue.

La meilleure façon de traverser certaines phases est de considérer les choses avec le sens de l'humour et le cœur léger. Si nous perdons notre sens de l'humour, c'est le signe certain que nous sommes trop absorbés par un aspect de notre ego. La conscience est très légère ; le Soi a un sens de l'humour formidable. Cette compréhension à elle seule peut parfois nous aider à traverser une mauvaise passe, en désespoir de cause.

Un jour, en Australie, Gurumayi a dit : " *Nous avons une idée préconçue sur ce que devrait être le comportement d'un Guru, d'un Saint, ou d'un moine, et si il (ou elle) ne se comporte pas selon vos critères, vous vous dites : ' Bon, je ne suis pas venu pour cela '. Quelqu'un m'a fait remarquer que je souriais trop, que je ne devrais pas être si extravertie, que mon cœur ne devrait pas être aussi ouvert, que ce n'était pas là le signe d'un vrai moine. Il a dit qu'un vrai moine devrait être très sérieux, très pieux, et diriger tout le monde vers Dieu.*

Mais ceux qui étaient à la tête de la lignée dont nous faisons partie n'étaient pas ainsi. Bhagawan Nityananda riait toujours, bien qu'il eût des moments où le sérieux était honoré et respecté. Beaucoup de gens enviaient Baba, de rire et d'être toujours si heureux, et beaucoup d'autres étaient perturbés parce qu'il leur semblait que Baba ne prenait pas la Spiritualité au sérieux.

Un jour, quelqu'un a interrogé Baba en public, à ce sujet. Et voici la réponse : ' Vous savez, il y a assez d'angoisse, assez de tourments, assez d'anxiétés dans le monde. Lorsque les gens viennent ici, pourquoi faudrait-il les surcharger de nos souffrances faut alléger leur fardeau. ' Il a ajouté : ' L'expérience de cette divinité est si bienheureuse, comment peut-on rester aigri après cela ? Cette expérience est si belle, si merveilleuse, comment peut-on maintenir une façade de souffrance après avoir eu l'expérience de cette béatitude dans sa vie ? ' Il a ajouté qu'il était important que les gens soient heureux sur le chemin spirituel, qu'il y a déjà assez d'épreuves, d'austérités, qu'on brûle suffisamment sur le chemin spirituel, sans avoir à en rajouter. Alors pourquoi ne pas être heureux, pourquoi ne pas rire, pourquoi ne pas sourire ?

Je me souviens qu'autrefois le sérieux prenait une place importante dans ma vie, et le milieu familial et culturel dont je suis issue est très réservé, très conservateur. Je me souviens que lorsque j'étais enfant, j'ai eu un fou-rire qui m'a valu une correction. Dans ma famille le rire était tabou. Alors je m'étais faite à l'idée que je ne rirais jamais et que jamais je ne sourirais.

Baba a mis plusieurs années à m'en guérir. Il a travaillé sur moi, sur mon côté sérieux et mon austérité. Il a travaillé et travaillé et retravaillé sur cela. Il m'a rendue allègre. Il m'a permis, grâce à des expériences successives, de montrer deux dents, puis encore deux autres sinon toutes. Donc, après son travail acharné pendant toutes ces années, ce serait pure injustice que d'arborer un visage sérieux. Ce n'est pas possible ! Je ne souris pas pour charmer tout le monde, et je ne souris pas non plus pour vous plaire ; Baba disait toujours qu'un sourire figé n'avait pas de raison d'être et qu'à moins de ressentir cette joie, il n'y avait aucune raison de se promener en montrant son dentier. J'ai les dents que ma mère m'a données ou que Dieu m'a données, mais Baba portait un dentier, et il aimait à en parler. En fait il en était très fier. Il disait : ' Les gens d'habitude n'ont qu'un seul dentier, mais j'en ai plusieurs. '

Il prenait la vie avec un cœur si léger, il prenait la vie avec tant d'humour ! Il disait toujours que l'humour était un remède à tous les maux. Un rire qui vient du cœur, un sourire qui vient du cœur est une manière de remercier Dieu de nous avoir donné cette vie. Dieu nous a donné une si belle vie, il nous a donné un si beau corps ! Rire, sourire c'est remercier Dieu de tout ce qu'Il nous a donné, c'est lui être reconnaissant. Et c'est incroyable à quel point l'esprit humain peut être ingrat ! En un sens c'est une bonne chose que l'esprit oublie, car vous oubliez votre souffrance, vous oubliez votre douleur tout en continuant à vivre. D'un autre côté c'est une plaie, car tant de bonnes choses nous arrivent dans la vie, et nous en sommes bien rarement reconnaissants. Nous remercions rarement Dieu, et nous remercions bien peu les gens qui nous ont gratifiés de leurs faveurs.

Baba par exemple a transformé de nombreuses vies, il a conduit des centaines et des centaines de personnes vers Dieu, vers l'amour : combien de fois le remercions-nous de nous avoir permis de reconnaître notre vraie nature, et notre potentiel véritable ? Combien de fois remercions-nous Dieu d'avoir envoyé quelqu'un dans notre vie, un ami, un Maître, de nous avoir donné l'occasion de nous connaître nous-même, de connaître le Soi intérieur ? Combien de fois remercie-t-on la nature de nous montrer tant de considération, d'être si belle ? La nature elle-même est un grand maître, mais l'esprit humain l'oublie.

Baba disait qu'un chien parfois vaut bien mieux qu'un être humain, parce que lorsqu'on le nourrit, le chien se souvient de ce que le maître a fait pour lui. Il se souvient de l'amour du maître, il n'oublie jamais. Vous pouvez bien quitter votre chien pendant des années, mais lorsque vous le revoyez, il vous montre tant d'amour, tant de respect ! Mais qu'en est-il de l'être humain ? Il oublie complètement. Nous avons aussi oublié notre vraie nature, nous avons complètement oublié ce que nous sommes, et pourquoi nous sommes ici dans ce monde. "

Veillez réviser les leçons 12 et 13.

avec amour