

À la RECHERCHE du SOI

UN COURS POUR RECEVOIR LES ENSEIGNEMENTS DE LA MÉDITATION SIDDHA YOGA

VOLUME 1
LEÇON 24

Cher ami,

Cette leçon conclut notre première année du Cours par Correspondance. Pendant cette première année, beaucoup de choses se sont passées à divers niveaux, des choses qui vont au-delà de la simple lecture. Si, comme nous vous l'avons conseillé à plusieurs reprises, vous avez systématiquement relu vos leçons, et si vous avez fait vos révisions au moins une fois, votre façon de vous percevoir et de percevoir le monde a dû changer considérablement par rapport à vos débuts.

Au cours de la deuxième année, nous approfondirons des questions que nous n'avons fait qu'effleurer jusqu'à présent, ainsi que certains aspects subtils de la sadhana dont nous n'avons pas encore parlé dans cette leçon. Nous réviserons aujourd'hui des principes de base qui devraient être maintenant compris. Même si vous avez été négligent et si vous vous sentez très en retard, vous serez à *jour* et prêt à continuer la deuxième année du Cours en assimilant le contenu de cette leçon-ci.

Surtout, ne nous demandez pas d'interrompre l'envoi du Cours pour que vous puissiez *ratrapper* votre retard ; le Cours ne fonctionne pas ainsi, mais, continuez simplement votre leçon du mois. Les leçons *antérieures* seront *révisées* en temps voulu pendant la première année ; on réalise rarement l'importance de la relecture, et on pense en général qu'une leçon est assimilée à partir du moment où l'esprit conscient se familiarise avec son contenu. La sadhana comporte cependant des aspects plus profonds.

Le premier principe à réviser et la vérité fondamentale à saisir est que Dieu, ou Conscience, ou Soi, est devenu le monde, est devenu chaque être vivant, est devenu tout ce qui existe, et qu'il fait tout ce qui est fait. Croire qu'une chose puisse être différente de Dieu relève d'une vision et d'une compréhension erronées. Cette fausse compréhension nous pousse à croire qu'il peut se passer des choses contre la volonté de Dieu, et hors de sa volonté. Rien ne peut arriver que Dieu n'ait lui-même *autorisé*. La pratique principale du Siddha Yoga et de toute vraie sadhana est de réaliser que tout est toujours le jeu de la Conscience divine.

Si nous nous exclamons : "*Oh, c'est épouvantable, c'est affreux, quel péché !*", c'est parce que notre esprit conditionné *voit* les choses de cette façon ; tout fait partie du jeu de la Conscience divine. Notre interprétation des choses et la réaction de l'ego à cette interprétation mentale n'ont rien à voir avec ce qui se passe réellement, à supposer qu'il se passe vraiment quelque chose. 90%

©Edition originale en anglais : 1984, 1990 SYDA Foundation®

©Edition en français : 1986, 1993 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

de ce qui est perçu pendant la journée n'est que le produit de notre imagination, mais nous l'attribuons toujours aux actions et aux paroles des autres.

Ainsi, tout va bien, tout est toujours parfait. Bien sûr, le Guru trouve toujours ce qui ne va pas et va immédiatement détecter l'erreur, la grossir mille fois, et peut-être, la remettre sans cesse sur le tapis. Bien sûr, rien n'est mal à ses yeux. Gurumayi est établie dans l'état où elle voit tout comme parfait, comme la danse de la Shakti. Mais elle utilise toutes les occasions de travailler sur l'ego, et elle le fait de façon bien mystérieuse.

Gurumayi a dit : " Nous ne sommes pas ici pour animer des débats ou des discussions. Nous sommes ici pour une seule chose : l'expérience du Soi, la conscience du Soi, et non pour nous demander : 'Pourquoi est-ce ainsi et pas autrement ?' "

Lors de l'Intensive, j'ai dit aux participants de méditer, tout simplement. S'ils se demandent pourquoi les femmes sont assises d'un côté et les hommes de l'autre, ils auront de superbes réponses, mais cela ne résoudra pas le problème, car nous n'y changerons rien.

C'est pourquoi, les sages disent : ' Quand vous savez qu'une chose ne changera en aucun cas, il vaut mieux approfondir la question au lieu de rester à un niveau superficiel. Pour cela, il faut avoir la conscience du Soi et comprendre votre propre vérité ; vous avez besoin de savoir exactement où vous vous trouvez, où vous en êtes.

Car la plupart du temps, nous ne nous représentons même pas ce que nous sommes, mais nous nous contentons de décrire nos états d'âme. Nous ne disons pas la vérité, mais nous nous contentons de montrer un aspect de notre système.

Un jour, un grand maître demanda à un illustre chercheur : « Que penses-tu de la connaissance intérieure » Et ce chercheur qui se croyait très rationnel, logique et impartial répondit : « Je n'ai pas de temps à perdre avec cela, et quoi encore! Cela me rend malade, l'idée de la connaissance intérieure me révolte !'.

Le Maître a dit : ' Comme c'est intéressant qu'un esprit aussi logique et entraîné que le tien ne puisse décrire que trois impressions personnelles quand on le questionne sur un sujet ! ' Nous devons donc cesser de décrire nos humeurs personnelles si nous voulons faire l'expérience de la réalité intérieure et de la Vérité.

Dans le Shivaïsme, un aphorisme dit : " La connaissance du Soi est conviction ". Celui qui pense toujours : ' Je suis Cela, la conscience parfaite de Je', finit par devenir Shiva. ' La connaissance du Soi est conviction'. Sans cette conviction, notre savoir n'est qu'une entrave ; sans cette conviction nous ne trouvons ni joie ni paix ; sans cette conviction nous ne trouvons pas de réponses à nos questions.

Personne ne va répondre à vos questions, car pour chaque question il peut y avoir mille réponses. La réponse vient de l'intérieur, elle vient de votre conviction. Quand il y a cette conviction, la réponse est là ; sans elle, le répit de l'esprit est de courte durée. ' La connaissance du Soi est conviction '.

Purno aham : ' La parfaite conscience de Je '. Une fois que cette conscience parfaite est là, il n'y a plus de problème, oui, plus de problème. Quand vous avez cette conscience, vous ne prenez pas le monde pour une béquille, mais vous l'utilisez comme un moyen de connaître Dieu. Quand vous avez la conscience du Soi, de la Vérité, ce monde n'est ni un prétexte, ni une course d'obstacles, ni un lieu de soucis, mais le moyen d'atteindre cette réalité.

Un fameux saint a dit : ' O chercheur ! Ce monde existe pour ta sadhana et ta pratique, il est très utile. Pourquoi le détestes-tu ? '

La seule raison pour laquelle nous déprécions le monde ou pour laquelle nous le haïssons, est que nous n'avons pas expérimenté qui nous sommes, nous n'avons pas entrevu la Vérité. ' La connaissance du Soi est conviction '. Si nous n'avons pas cette conviction, aucun texte sacré, aucune philosophie et aucune technique ne porteront de fruits.

Dès que nous comprenons le Soi, la Vérité, tout est vrai, tout peut nous apporter le bonheur, tout peut nous réjouir. Bien sûr, le but ultime de toute cette pratique est d'avoir conscience en permanence que : ' La connaissance est une ferme conviction. ' La conviction est notre fondement. Si nous avons de la conviction, nous avons tout. "

Le Guru insiste toujours sur l'importance de la conscience de l'égalité. Normalement, nous voyons des différences et des distinctions entre les choses ; les unes sont bonnes alors que les autres sont mauvaises. Certaines sont élevées alors que d'autres sont inférieures : celles-ci sont spirituelles mais celles-là, profanes. Nous sommes donc normalement liés par les polarités qui constituent ce monde, bien qu'elles n'existent pas vraiment au stade ultime. Le monde tel que nous le connaissons n'existerait pas sans elles, mais nous devons les dépasser.

Baba a dit : " Si vous comprenez ce monde, vous savez que tout ce qui le compose est Dieu. Le Seigneur a dit : ' J'existe également dans tous les lieux, dans tous les êtres et dans toutes les actions '. La création toute entière a pris naissance de l'être même de Dieu et ne vient de nulle part ailleurs. Si vous agissez en sachant que vos actions sont toutes Dieu, ces actions deviennent Yoga. A vrai dire, la Conscience seule est derrière toutes vos actions.

Cherchez-vous Dieu en suivant les divagations de votre esprit ou Le cherchez-vous tel qu'Il est vraiment ? Percevez-Le tel qu'Il est, et non en fonction de vos propres intérêts. Reconnaissez-Le dans le monde tel qu'Il est. Vous pouvez faire du Yoga, vous pouvez méditer, vous pouvez pratiquer des austérités, mais tant que vous n'aurez pas atteint la conscience de l'égalité, vous n'aurez rien atteint.

Si vous pensez que Dieu a une certaine taille ou se limite à un seul endroit, vous ne faites pas de sadhana. Tant que vous n'aurez pas la conscience de l'égalité, vous ne pourrez connaître Dieu. Bien que les choses paraissent différentes, sachez qu'elles sont vraiment Shiva. Voyez l'Unique en chacun, brisez le pot de la dualité. "

C'est un grand choc pour l'ego que de réaliser que toutes les différences qu'il voit entre les choses, tous ses jugements et toutes ses opinions ne sont que ses propres projections. Nous sommes fiers de nos opinions, entiers dans nos jugements, satisfaits de nos points de vues. Observez comment le sentiment de sa propre importance gonfle un individu quand il dit : " Voici

ce que je pense... " Nous pensons que nous faisons preuve d'intelligence lorsque nous critiquons, de compréhension supérieure quand nous trouvons des fautes chez les autres, et d'intégrité morale lorsque nous condamnons. Cependant, toutes ces choses ne sont que des formes d'orgueil, d'arrogance et de suffisance.

Baba a dit : " L'homme devrait être sans orgueil, car c'est là sa vraie richesse. Quand vous atteignez Cela de l'intérieur, vous devenez très humble, et vous perdez votre rigidité. "

Etre rigide c'est être inflexible. Sans flexibilité, notre sadhana n'ira pas loin. Certains seraient très surpris s'ils voyaient leur rigidité psychologique. Lorsque nous sommes rigides et sérieux, lorsque nous jugeons la moindre chose, c'est que nous sommes trop orgueilleux, que nous nous accordons trop d'importance, et que nous avons un grand ego. L'orgueil est un des plus grands pièges sur la voie spirituelle. Celui qui croit qu'il sait ou qu'il a atteint quelque chose, régresse si bien qu'il se retrouve bientôt pire qu'avant. Connaître le Soi, c'est faire preuve d'une véritable humilité. Un jour on a demandé à Baba quelles qualités il admirait le plus, et il a répondu : *" L'humilité, la sincérité et la simplicité. "* Quand on devient humble, sincère et simple, le faux orgueil disparaît de façon naturelle. Quand l'orgueil disparaît, on rayonne de beauté, nos yeux scintillent de l'amour intérieur, et nous devenons vraiment nous-mêmes.

Quand vous rencontrez quelqu'un dont l'aura irradie l'orgueil et la suffisance, vous ressentez intérieurement le désir de ne pas rester auprès de lui plus qu'il ne faut. Sa vibration n'est pas agréable, et ce n'est pas un plaisir que de partager une expérience avec lui. Par contre, si vous rencontrez quelqu'un qui est dépourvu d'orgueil, qui est simple et sincère, vous vous sentez attiré par sa beauté intérieure. Sans savoir pourquoi, vous ressentez beaucoup d'amour pour lui, le désir d'être en sa présence et de partager vos expériences avec lui, chaque fois que c'est possible. La différence vibratoire entre l'orgueil et l'humilité est si évidente que même des gens étrangers à la sadhana peuvent la sentir, sans en comprendre la raison. Non seulement vous êtes ce que vous êtes, mais votre rayonnement touche tous ceux qui vous entourent.

Gurumayi a dit : " A cause de l'esprit, nous pouvons être heureux ; à cause de l'esprit, nous pouvons être malheureux. Par moments, nous avons du mal à croire qu'il puisse être aussi puissant. Il l'est, car fondamentalement, il n'est rien d'autre que la Conscience, la Conscience qui s'est limitée et qui devenue l'esprit. C'est donc notre esprit qui peut nous faire sentir que nous sommes grands, merveilleux, parfaits, et c'est aussi l'esprit qui peut nous faire sentir que nous sommes déprimés, abattus et épouvantables. C'est vrai, l'esprit crée une atmosphère, il crée réellement une vibration autour de nous.

Vous rendez quelquefois visite à un ami qui est toujours heureux et insouciant, et vous vous sentez très à l'aise avec lui, parce que justement, il est heureux, sans aucun souci, et vous vous sentez bien en sa compagnie.

Vous allez voir un autre ami qui, lui, est toujours crispé et tendu, toujours préoccupé par quelque chose. Vous vous asseyez là, vous vous enfoncez dans votre fauteuil, sans savoir que faire, et peu à peu, vous vous sentez comme lui.

A South Fallsburg, il y a une fillette qui est toujours très sérieuse. Elle est menue, elle doit avoir six ou sept ans, très jolie mais très sérieuse. Elle fait toujours la moue comme si le monde entier allait s'écrouler. J'ai donc demandé à sa mère : ' Pourquoi ta fille est-elle soucieuse, qu'est-ce qui la préoccupe ? Sa mère est très joyeuse, jamais rien ne l'ennuie.

Elle m'a répondu : ' Je lui ai posé cette question moi-même, et je lui ai dit que les choses n'étaient pas si sérieuses après tout. '

La fillette a répondu : ' Rien n'est amusant non plus. '

Ainsi, ce n'est pas à l'âge adulte que l'esprit nous cause des problèmes, il commence dès le plus jeune âge.

A une époque, je pensais que la sadhana était une chose très sérieuse. J'avais un visage très contracté moi aussi, particulièrement quand j'arrivais devant Baba ; je pensais que c'était la bonne chose à faire et qu'il serait très content de moi si j'avais un air sérieux, et si je ne prenais pas la vie à la légère.

Pourtant il se mettait toujours en colère contre moi, et je ne comprenais pas pourquoi. Je pensais que je prenais ma sadhana très au sérieux, et lui, mon Guru, ne comprenait pas mon sérieux. Ce n'est qu'après bien des années qu'il m'a expliqué cela en me disant : ' Je ne peux pas supporter de voir ce visage crispé. ' Mais il ne me l'a pas dit pendant toutes ces années.

Il y a une autre personne qui est aussi toujours très tendue. Je lui ai demandé : ' Pourquoi es-tu comme cela ? ' et elle m'a répondu qu'elle allait subir une opération de chirurgie esthétique. L'esprit peut faire n'importe quoi, n'est-ce pas ? Avec votre esprit, vous pouvez vous prendre pour le président des Etats-Unis ou le Dieu des enfers, sans quitter votre place.

Les Ecritures disent : ' Le monde entier est une création de l'esprit '. Beaucoup se disent : ' Comment est-ce possible ? Je vois toutes ces choses, j'entends toutes ces choses, qui viennent de l'extérieur, comment peuvent-elles être une création de mon esprit ? '

C'est ainsi pourtant, car dès que vous cessez d'exister, ces choses cessent d'exister pour vous aussi. L'esprit est donc créateur. Voilà pourquoi nous devons le maîtriser. Les Ecritures ne montrent pas la façon de trouver Dieu, mais celles de nettoyer l'esprit, car lorsque l'esprit est propre, quand il est purifié, nous faisons l'expérience de ce Soi, de cette Conscience en nous. "

Chacun est réellement une parcelle de la lumière du Seigneur. Chaque être humain brille de la lumière du Dieu vivant. Si nous étions conscients du Dieu vivant en nous, nous verrions naturellement le même rayonnement de conscience chez tous les autres. Mais comme nous ignorons notre vraie nature, nous ignorons la véritable identité des autres également. Au lieu de voir le Dieu vivant en eux, nous ne voyons que leurs qualités humaines et leurs particularités, qui sont à vrai dire secondaires. En fait, nous projetons sur eux des qualités et des traits de caractère qu'ils n'ont pas, mais que nous avons tendance à voir en eux.

Chaque individu est le Seigneur intérieur, s'exprimant à travers une certaine forme et une certaine personnalité. C'est notre vision limitée qui nous empêche de voir le Seigneur en chacun et qui nous pousse à rejeter la faute sur les autres lorsque nous nous laissons prendre par leur personnalité. Seul l'ego peut être gêné et affecté par un autre ego. Le jeu continue, tous ces egos le prennent au sérieux et à cœur et s'impliquent dans tout ce qui se présente.

La plupart des gens passent leur vie à réagir à la moindre chose, surtout aux autres. Nous sommes sensibles à leurs actes et à leurs paroles. Nous refusons d'aller au-delà de ces choses ; de toute évidence, elles jouent un si grand rôle dans notre vie. Mais tout cela ne signifie rien. Ces autres ne sont que divers aspects que le Soi assume temporairement. Aucun personnage n'est éternel, nous sommes comme des fleurs, ces expressions de la nature. La fleur éclot, elle est ce qu'elle est pour un temps, puis elle s'en va. Les personnalités apparaissent comme tous les aspects variés de l'Infini. Honorons-les, sachons nous en réjouir au lieu de les critiquer et de leur trouver des défauts.

Si nous pouvions réellement voir cela, si nous pouvions comprendre que chacun est toujours le même UN jouant des rôles différents, l'expérience de la vie serait complètement transformée. Ce n'est pas une simple compréhension, ce n'est ni de la philosophie, ni de la métaphysique, mais une façon de voir les choses. Dès que nous avons quelque expérience de cette perspective, nous ne voulons plus revenir à autre chose, et nous réalisons que notre vision habituelle est dépassée, révolue, primaire et limitée, et comme elle n'inclut pas le tout, elle n'inclut pas la Vérité.

Il n'est pas difficile d'atteindre et de conserver la vraie vision ; c'est une façon très naturelle de percevoir les choses. Elle n'est pas un pouvoir que nous devons acquérir ou cultiver. Elle est déjà à notre portée, mais nous y avons *superposé* une vision artificielle, comme si l'humanité entière avait été hypnotisée, conditionnée, à croire que nous sommes tous différents et séparés ! Notre évolution actuelle consiste à cesser de croire que nous sommes séparés les uns des autres. Voir que nous sommes un seul et même Etre se manifestant sous toutes ces formes et personnalités différentes est une conception simple et élémentaire.

Nous l'acceptons difficilement, car elle est différente de ce que nous avons toujours fait et de ce que tout le monde fait. Nous trouvons cela invraisemblable, utopique, mais si nous nous obligeons à avoir cette vision pendant un certain temps, grâce à notre *volonté*, nous nous *apercevrons* très vite que c'est une vision plus naturelle que celle qui était responsable de notre douleur et de nos problèmes. La vision juste apporte une correction instantanée.

Nous sommes accoutumés à voir les particularités et les traits de caractère de chacun, et nous y réagissons en fonction de notre conditionnement. Nous avons ainsi toutes sortes de sentiments gratuits, mais ce n'est qu'un niveau qui n'a pas vraiment l'importance que nous lui attachons.

Nous pouvons dépasser ce niveau, vivre sans nous en affecter, ce qui ne veut pas dire que nous ne le voyons pas, que nous n'en soyons pas conscients ou que nous l'oublions. Cela signifie simplement que nous le voyons telles qu'il est, et que nous n'en sommes plus touchés. Nous pouvons voir cette beauté intérieure chez les autres, quel que soit leur rôle. La beauté du Soi est toujours présente, sous l'apparence extérieure.

La plupart des gens ne sont pas conscients de leur beauté naturelle et ne réalisent pas qu'ils sont des êtres de lumières, occupant temporairement une forme humaine. Ils s'identifient à ce qu'ils sont karmiquement, mais nous pouvons voir la beauté en eux, mêmes si eux-mêmes ne la voient pas. Oui, nous pouvons voir la beauté en eux et ressentir l'affection et l'amour qui s'élèvent spontanément lorsqu'on y reconnaît le Soi.

Quand nous commençons à percevoir les autres de cette façon et à ressentir cet amour naturel pour eux, nous éprouvons beaucoup de bonheur. Nous sommes remplis d'une euphorie indescriptible, cette intense sensation intérieure supérieure à toutes les expériences de ce monde. Cela transforme la qualité de la vie et nous permet de l'estimer à sa juste valeur. Avec la vision de la Vérité, le monde ressemble à un lieu de réjouissances, et la vie devient une perpétuelle fête. L'oubli de cette Vérité est l'apanage du commun des mortels.

Quand nous voyons les défauts des autres, quand nous voyons le *mal* en eux, nous devons comprendre que c'est le résultat de notre vision impure. Celui qui *voit* le péché, commet le véritable *péché*. Le *péché* est une question de conscience et non une question d'action. La vision de l'imperfection est due à une perception imparfaite. Celui qui voit des défauts et le mal chez les autres, vit dans l'ombre de son esprit, sans le savoir.

Voir des fautes est déjà une erreur, en parler c'est se complaire dans l'erreur. Il n'y a absolument aucune raison de parler des erreurs ou des échecs d'autrui. Pourquoi entretenir des propos négatifs sur autrui ? Pourquoi en dire quoi que ce soit après tout ? Baba aimait bien souligner notre propension au bavardage. Dans ses discours, il parlait souvent des gens qu'il voyait aller et venir dans l'ashram et qui passaient la majeure partie de leur temps à cancaner. Un jour, il a dit : "*Celui qui a quelque chose à dire sur un autre révèle sa propre erreur.*" Il insistait beaucoup là-dessus. Lors de prochaines leçons, nous nous étendrons davantage sur le sujet " d'autrui " .

De toutes façons, si vous devez absolument parler des autres, visez quelque chose de positif. Puisque nous ne faisons que projeter nos propres points de vue, pourquoi révéler que nous aussi sommes négatifs ? Que savons-nous réellement des autres ? Comment pouvons-nous être surs d'avoir raison ? Baba a dit un jour : "*Ne divulguez jamais les secrets des autres*". Sachons donc garder un secret.

Quand nous parlons à tort et à travers les uns des autres, que nous divulguons des secrets les uns aux autres, ne sommes-nous pas en train de satisfaire notre ego ? N'est-ce pas pour impressionner les autres ? En tous cas, dans le Siddha Yoga, celui qui parle des autres passe tout simplement pour un imbécile. Celui qui a un peu de compréhension sait que cela ne se fait pas, à moins d'être ignorant ou d'avoir un gros ego.

Autant que possible, renoncez à dire que les autres se trompent. Tout le monde devrait pouvoir dépasser ses propres illusions et résoudre son karma. Nous ne pouvons pas comprendre les autres puisque nous n'avons pas accès à leur thème karmique, et il est peu probable que cela puisse se faire. Si nous agissons d'une certaine manière, c'est parce que notre karma nous fait passer par certaines expériences. Comprenons au moins cela, et nous ne serons plus aussi enclins à juger. Nous aurons alors un peu plus de compassion.

Baba a dit : "*Si vous voyez toujours les autres sous le bon angle, votre vie sera un paradis.*" Cela ne signifie pas que nous devons être d'accord avec tout le monde ; cela ne signifie pas que nous devons tout défendre ou tout approuver. Cela veut dire que les points de vue et les actions de chacun sont *correctes* pour *lui*, parce que son karma lui dicte une certaine conduite et une direction à prendre. En assumant son karma, il va comprendre certaines choses qui lui échappaient auparavant, et ainsi, tout sera pour le mieux.

Le secret clé pour voir chacun correctement, c'est de toujours rester le témoin et non l'objet. Celui qui arrive à maintenir ce point de vue fait sa sadhana tout à fait autrement. Quand nous devenons ce qui est *vu*, c'est à dire l'objet de la perception des autres, nous sommes pris au piège de Maya. Si quelqu'un nous regarde et si nous nous identifions au sentiment *d'être regardé*, nous perdons le contact avec notre Soi.

Le Soi est celui qui voit, il n'est jamais ce qui est vu. Ce qui est vu n'est qu'un jeu ni réel, ni irréel. Donc, si on nous regarde, restons simplement celui *qui voit* l'autre. Quand nous regardons quelqu'un dans les yeux, nous *voyons* tout simplement, et dans ce cas, nous ne voyons qu'un reflet de notre propre Soi. Il n'y a jamais *personne d'autre* à voir, donc, ne tombez pas dans un sentiment de gêne, ne soyez pas l'objet, soyez le sujet. Celui qui vous regarde n'est qu'une partie du spectacle, il n'y a pas d'autre sujet à l'extérieur : votre propre Soi est le seul sujet qui soit, pratiquez et comprenez cela !

Au cours de cette première année, vous avez eu un aperçu du fonctionnement du Cours. Au cours de la seconde année, nous approfondirons le thème du Soi en tant que Tout, et en tant que notre propre conscience. Il y aura des leçons sur les *autres*, des leçons qui vous expliqueront que l'esprit crée notre réalité personnelle, et des leçons qui vous rappelleront que l'amour intérieur est la chose la plus importante, et que rien de valable ne sera accompli tant que l'amour véritable n'aura pas été réveillé.

Si vous relisez régulièrement cette leçon et assimilez vraiment son contenu, vous serez sûrement à jour, et vous comprendrez ce qu'il faut comprendre à la fin de cette première année de Cours, même si vous n'avez pas été très attentif aux leçons précédentes. Pensez à bien relire les leçons de seconde année, et faites au moins une fois les révisions suggérées. Alors vous serez à jour. Ce fut une joie que de partager cette première année du Cours avec vous. L'esprit et le cœur ouverts nous serons prêts pour la suite.

Gurumayi, citant le Yoga Vasishtha, a dit : "*De même que les gens dans leurs rêveries créent et voient divers objets, ce monde est la rêverie de l'Absolu.*" *Nous créons un tas de choses dans notre esprit; nous pensons voir mais nous ne voyons pas, nous pensons entendre mais nous n'entendons pas, nous pensons parler mais nous ne disons rien, nous pensons agir mais nous ne faisons rien.*

L'esprit n'est-il pas incroyable ? Nous pouvons atteindre Dieu si vite, si rapidement, nous pouvons faire l'expérience de l'amour si vite, si rapidement, mais l'esprit ne nous permet pas de le faire. Je suis sûre que certains d'entre-vous ressentent beaucoup d'amour en ce moment, tout en se disant : ' non, ce n'est pas l'amour, ce n'est qu'une création, ce sont tous ces gens-là qui ont créé cette atmosphère. '

Certains ont dit cela ! Même quand ils ressentent beaucoup d'amour, ils pensent que c'est autre chose ; ils n'aiment pas ressentir cet amour. Tant de gens se sentent à l'aise dans leur misère, tant de gens se sentent à l'aise dans leur souffrance ; si nous continuons comme cela, comment ferons-nous l'expérience de ce grand amour ? Comment ferons-nous l'expérience du Soi ? Comment ferons-nous l'expérience de l'existence de Dieu, à moins de Le voir dans la souffrance aussi ?

Mais pour cela, nous devons nous élever. Nous pourrons alors voir l'existence de Dieu dans la souffrance et dans la torture ; c'est possible. Mais avant tout, nous devons Le connaître dans Sa plénitude.

Laissez tomber le voile, et vous verrez alors que vous êtes fantastiques. C'est le voile de l'esprit, le voile de l'ego qui nous fait croire le contraire. Baba disait souvent : ' Vous êtes parfaits, vous êtes beaux, vous êtes merveilleux. ' Il ne s'agit pas là de quelques mots agréables à entendre, mais de la Vérité.

L'enseignement de Baba a toujours été simple ; il est simple et il restera simple. Si vous considérez les enseignements de tous les grands êtres, vous verrez qu'ils sont très simples. Dans la simplicité il y a l'humilité ; dans l'humilité il y a la divinité. Baba disait toujours : ' Méditez sur votre propre Soi, adorez votre propre Soi, agenouillez-vous devant votre propre Soi, respectez votre propre Soi. Dieu réside en vous en tant que vous. ' Laissez donc tomber le voile de l'esprit limité, de l'ego. Voyez cette divinité. "

avec amour