



L'amour est votre vie

Discours sur la **Bhagavad Gita**

Chapitre 12



Nithyananda



L'amour est votre vie est un commentaire sur le douzième chapitre de la Bhagavad Gita.

Nithyananda illustre chaque vers de ce chapitre dans un style inimitable. Il nous présente sa propre expérience qui est celle de vivre la Gita au quotidien. Il traite du sujet de l'amour et de l'abandon de Soi afin de nous faire comprendre que l'amour n'est pas une émotion, mais une qualité, la qualité de l'Etre, qui, lorsque découverte, a le pouvoir de nous libérer de tous nos conditionnements, et de nous conduire à la félicité intérieure.

Avertissement

Les techniques de méditation données dans ce livre ne doivent être pratiquées qu'après avoir reçu les instructions personnelles données par un professeur agréé de la fondation Nithyananda Dhyanaapeetam au cours des programmes de méditation proposés par l'organisation. Il n'est pas conseillé aux nouveaux lecteurs qui n'ont pas encore participés à l'un de ces programmes d'essayer ces techniques. Dans le cas où vous essaieriez ces techniques sans avoir initialement participé aux programmes de méditation de la fondation, vous le ferez à vos propres risques ; ni l'auteur, ni 'Life Bliss Foundation' ne sera tenu responsable pour les conséquences de vos actes.

Publié par la Life Bliss Foundation, Bangalore, India.

Copyright© 2006

Première édition française : Novembre 2006

Tous droits réservés. Aucune partie de ce livre ne peut être reproduite par quelque procédé mécanique, photographique, ou électronique, que ce soit par enregistrement phonographique ou pour un système de recherche documentaire, ni retransmise ou copiée en vue d'une utilisation publique ou privée sans la permission écrite de Life Bliss Foundation.

En cas d'utilisation personnelle des informations contenues dans ce livre, ni l'auteur, ni l'éditeur ne saurait assumer la responsabilité de vos actions.

Tout profit résultant de la vente de cet ouvrage sera versé comme contribution aux œuvres humanitaires de Life Bliss Foundation.

Imprimé en Inde par Judge Press, Bangalore. Ph : +91 +80 22211168

L'amour est votre vie

Discours sur la *Bhagavad Gītā*
Chapitre 12



Nithyananda

Nithyananda

Discours sur La Bhagavad Gita - Etats-Unis - Chapitre 12

TABLE DES MATIÈRES:

La Bhagavad Gita :	
quelques éléments de référence	7
Introduction	13
L'amour est votre vie	15
Annexe	
Rapport des recherches faites	194
par des neurologues américains	
sur le système nerveux de Nithyananda	
Les activités de Life Bliss Foundation	202

Bhagavad Gita : quelques éléments de référence

La Bhagavad Gita, ou Gita, comme elle est appelée populairement, est considérée comme une écriture Sainte, un *sruti*, (un enseignement retransmis oralement), tout comme les autres écritures Saintes très anciennes de l'Inde, les Védas et les Upanishads. Les Védas, et les Upanishads, ne sont pas des écrits délivrés par Dieu comme les gens le croient. Elles ont émergées de l'intuition, de la vision et de la Conscience de grands sages au moment où ils étaient dans 'l'état sans pensées'.

La Gita fait partie du récit épique Hindou du *Mahabharata*, qui est un *purana* (une histoire mythique), contrairement aux

Védas, qui sont l'expression de la vérité éternelle que les *Maharishis* (les grands sages) ont intériorisée, à l'instar des Upanishad qui sont des enseignements écrits par ces grands sages. Aucun autre *purana* n'a un statut aussi prestigieux que la Gita. La Gita s'élève de la Conscience Supérieure de Krishna, le *Parabrahma* (l'être Suprême). Elle est par conséquent considérée comme une écriture Sainte.

Mahabharata, signifie « la grande Bhârat », elle fait allusion à la nation et à la civilisation développée par les descendants de Bharata, un grand Roi qui dirigea la région que nous appellons l'Inde aujourd'hui. L'histoire de ce récit épique retrace les guerres de deux clans de la même famille : les Kaurava et les Pandava. Dritharashtra, le roi aveugle de Hastinapura était le père des cent Kauravas, et le frère aîné de Pandu. Les cinqs enfants de Pandu étaient appelés les Pandava.

Pandu fut couronné Roi de Hastinapura bien que Dritharashtra était l'aîné des deux frères. Mais du fait qu'il était aveugle, l'empire fut légué à Pandu. Cependant, un Sage avait jeté un sort à ce dernier. Alors, il passa les rênes du pouvoir ainsi que l'éducation de ses enfants à son frère aveugle Dritharashtra, puis il se retira dans la forêt avec ses femmes Kunti et Madri. Vyasa, le sage qui raconte l'histoire, dit que les cinq Pandava étaient nés de Kunti et Madri à travers leur union avec des Etres divins, car Pandu n'était pas capable de donner des enfants en raison du mauvais sort

jeté sur lui. Adolescente, Kunti avait reçu la grâce de pouvoir invoquer n'importe quel pouvoir divin quand elle le désirait.

Il n'y avait pas d'amour entre Duryodhana, le prince Kaurava et ses cousins, les cinq Pandava. Il essaya même de les tuer avec l'aide de son frère malveillant Dushassana, mais sans succès. Kunti eut un autre fils issu d'une union avec le Dieu soleil. Il était plus âgé que les Pandava. Son nom était Karna. Elle s'en était séparée dès sa naissance, comme il était né avant son mariage. Et par un coup étrange du destin, Karna s'allia à Duryodhana.

En grandissant, Yudhishtira, l'aîné des Princes Pandava, reçu la moitié du royaume des mains de Dritharashtra. Cela lui revenait de droit, car il était le trône que Pandu avait laissé derrière lui. Yudhishtira régnait depuis la nouvelle capitale Indraprashta, avec ses frères –Bhima, Arjuna, Nakula et Sahadeva. Arjuna conquit le cœur de la princesse Draupadi, fille de Drupada, Roi de Panchala. Pour tenir la promesse que les cinq frères Pandava avaient faite à leur mère Kunti, Draupadi devint la femme des cinq Pandava.

Duryodhana convaincu Yudhishtira de jouer à une partie de dés. Sakuni, qui jouait pour Duryodhana, battu le Roi Pandava. Au fur et à mesure delà partie, Yudhishtira céda tout ce qu'il possédait à Duryodhana : son royaume, ses frères, sa femme et pour finir, lui-même ! Draupadi fut humiliée en public lorsque Duryodhana essaya de la déshabiller. Les Pandava et Draupadi furent forcés de partir

en exil pendant 14 ans avec l'obligation de vivre la dernière année de cet exil dans l'anonymat le plus complet.

A la fin des 14 années, les frères Pandava tentèrent de réclamer leur royaume. Ils reçurent l'aide de Krishna, l'incarnation Divine de Vishnu. Mais leurs efforts étaient vains car Duryodhana était catégorique sur le fait qu'il ne partagerait pas son royaume. Finalement une guerre en résulta. La Grande Guerre, la Guerre du Mahabharata. Les dirigeants des divers royaumes s'allierent avec l'un ou l'autre des deux clans : les Kandavas ou les Pandavas.

Krishna qui était lui-même le leader du clan Yadava, proposa de rejoindre un des clans. Il dit : « l'Un de vous peut m'avoir de son côté. Je ne combattrai pas dans cette Guerre. L'autre possédera mon armée entière de Yadava. » La proposition fut faite à Duryodhana, qui bien sûr choisit la grande armée Yadava, plutôt que d'avoir un Krishna pacifiste et sans armes. Les armées se rassemblèrent dans la grande vallée de Kurukshetra, aujourd'hui dans l'état Indien que l'on nomme Haryana. Le char d'Arjuna, un des commandants de l'armée Pandava, était conduit par Krishna en personne. Face à l'armé Kaurava composée de nombreux amis, de sa famille et de ses professeurs, Arjuna fut pris de remords et de culpabilité et il voulu quitter le combat.

Le dialogue de Krishna avec Arjuna sur le champ de bataille de Kurukshetra est le contenu de la Bhagavad Gita, qui signifie « La Chanson du Divin ». Krishna persuada Arjuna de

prendre les armes et de vaincre ses ennemis. « Ils sont déjà morts » dit Krishna, « Tous ceux qui sont en face de toi sont déjà morts ! Lances-toi et fais ce que tu as à faire. C'est ton devoir ! »

La Bhagavad Gita comporte dix-huit chapitres, elle est présentée comme la narration de Sanjaya à Dritharashtra. Le Roi aveugle ne pouvant pas voir le combat, demanda à Sanjaya de le lui raconter, scène par scène. La Guerre dura dix-huit jours. Les Kaurava furent vaincus. Les Pandava étaient vainqueurs et récupérèrent leur royaume.

Dans ce dialogue entre Krishna et Arjuna, le dialogue est entre l'homme et Dieu ; *nara* (homme) et *Narayana* (Le Seigneur) en sanskrit. Les questions et les doutes d'Arjuna existent en chacun de nous. Les réponses du Divin, Krishna, transcendent le temps et l'espace. Le message de Krishna est aussi valable aujourd'hui qu'il l'était sur ce champ de bataille fatidique, il y a des milliers d'années de cela.

Comme Arjuna il y a des milliers d'années, vous êtes engagés dans un dialogue avec le Maître. Puissent les paroles du Maître résoudre vos questions et éclaircir vos doutes !

Nithyanandam !

Introduction

Dans ce volume, un jeune Maître réalisé, Nithyananda, commente la Bhagavad Gita. Des milliers de commentaires sur la Gita ont été écrits à travers les années. Parmi les premiers, figurait celui du grand Maître spirituel Sankara, il y a plus de mille ans. Il n'y a pas longtemps, d'autres Maîtres comme Ramakrishna Paramahansa et Bhagavan Sri Ramana Maharishi ont considérablement parlé de la Gita. Beaucoup d'autres ont écrit profusément sur ces merveilleuses écritures.

Ici, nous avons ajouté tous les vers en Sanskrit, et un résumé de la signification des vers. C'est ici que s'arrête la comparaison avec les autres écrits.

Le commentaire de Nithyananda sur la Bhagavad Gita n'est pas juste une traduction littéraire et une explication de la traduction. Il emmène le lecteur dans un tour du monde en parlant de chaque vers. Il est dit que chaque vers de la Bhagavad Gita contient sept niveaux de vérité. Le premier niveau est celui qui est le plus communément utilisé. Ici, un Maître illuminé nous emmène au-delà de l'interprétation commune pour atteindre le non commun, avec autant d'aise et de facilité.

Lire le commentaire de Nithyananda sur la Bhagavad Gita permet d'obtenir une vision qui est rare. Ce n'est pas une simple lecture ; c'est une expérience ; c'est une méditation.

Sankara, le grand Maître philosophe dit :

*‘Bhagavad gita kinchita dheeta,
Ganga jala lava kanika pita,
Sakrutapi ena murari samarcha,
Kriyate tasya yame na charcha’*

«Une petite lecture de la Gita, une goûte d'eau de la rivière sacrée du Gange à boire, se souvenir de Krishna de temps en temps, tout cela est une garantie que vous ne rencontrerez aucun problèmes avec le Dieu de la Mort. »

Que cette lecture vous aide dans votre envie d'atteindre la Vérité !

L'Amour est votre vie

Dans le dernier chapitre, Arjuna demanda et reçu le *vishwarupa darshan* (la Vision Cosmique), la vision de la forme Universelle de Krishna. Krishna résolut très patiemment les doutes d'Arjuna et répondit à toutes ses questions. Arjuna désira ensuite voir la vérité ultime qu'est Krishna, la forme derrière le sans forme, l'impérissable, l'Eternelle.

Krishna exauça le vœu de son ami et disciple, Arjuna, qui représente symboliquement l'être humain, *nara*. En voyant la forme cosmique de Krishna, incapable de supporter l'énergie, Arjuna supplie Krishna de reprendre sa forme humaine, de redevenir le Roi des Yadavas et de reprendre les rênes du char. Après avoir montré sa forme cosmique à Arjuna et après lui avoir fait vivre l'expérience de la Conscience

cosmique, Krishna lui parle maintenant de *bhakti*, l’amour dévotionnel.

La forme universelle, dévoilée par le Seigneur Krishna, est Sa Conscience cosmique, qui est notre Conscience collective. Grâce à Krishna, Arjuna comprit qu’il faisait aussi partie de cette Conscience cosmique, et en même temps, il se rendit compte que ce qu’il pouvait voir de Krishna n’était qu’une infime fraction de Son Etre cosmique éternel.

L’expérience de la forme divine de Krishna réveilla d’autres questions dans l’esprit d’Arjuna. La forme dont il venait d’être témoin était elle juste la glorieuse réalité du cosmos, la vérité ultime sur laquelle il devait se concentrer, ou alors l’Etre sans forme dont Krishna lui avait parlé plus tôt était-il plus important ?

Généralement, les gens pensent que c’est seulement après avoir acquis *bhakti* (l’amour dévotionnel) que se produit l’expérience spirituelle. Mais laissez moi vous dire la vérité : c’est seulement après l’expérience spirituelle que *bhakti* se produit ! Aucune *Bhakti* réelle ne peut vous arriver avant une expérience spirituelle.

L’orient a toujours cru que l’on doit d’abord faire l’expérience spirituelle avant de s’engager dans la vie sociale. Mais les religions occidentales croient que la vie sociale conduit à l’expérience spirituelle. Ceci ne peut jamais se produire ! On ne peut pas aider les autres sans avoir effectué notre propre

transformation intérieure. Lorsque nous agissons de la sorte, tout ce que nous faisons est vain et superficiel ! Nous le faisons pour stimuler notre ego ; pour entendre les autres dire à quel point nous sommes gentils et généreux.

C'est seulement lorsque l'ego disparaît à travers l'expérience spirituelle que l'on peut se connecter aux autres et se fondre dans la conscience collective, que l'on peut ressentir que nous sommes Un et que nous sommes identiques à tout le monde, riches, pauvres, noirs ou blancs. C'est seulement à ce moment là, que l'on peut apporter une contribution sensée aux autres.

Seule une personne qui considère chaque autre être comme faisant partie de la Conscience Cosmique peut réellement rayonner d'amour. Seule cette personne peut savoir ce qu'est l'amour. Personne d'autre ne peut savoir ce qu'est l'amour ! Les autres peuvent penser qu'ils aiment, ou agir comme s'ils 'aimaient.' Mais comprenez bien : parfois en jouant la comédie, ils commencent réellement à croire qu'ils sont amoureux... Voilà tout ! Vous ne pouvez jamais aimer en jouant la comédie !

L'amour doit faire partie intégrante de votre Etre ! L'Amour ne se produit que lorsque vous faites l'expérience de la Conscience Cosmique, lorsque vous avez une expérience spirituelle ; lorsque votre ego disparaît. Krishna nous donne clairement la technique, pas à pas. Je vous assure : après une expérience spirituelle, une telle gratitude apparaît dans votre

Etre, votre Etre déborde tellement d'amour que vous commencez à le rayonner ! Vous n'avez besoin de faire aucun effort, il coule simplement ; vous ne pouvez pas l'arrêter ! Personne ne peut vous montrer ou vous faire faire l'expérience de l'amour, à moins qu'elle ait eu elle même une expérience spirituelle.

L'amour, l'amour inconditionnel, ne peut pas être provoqué. Il fleurit en vous lorsque votre esprit est en paix, pure. Ce que l'on appelle couramment l'amour, est toujours l'amour conditionnel. Nous négocions notre amour. Voici comment cela se produit : tout d'abord, nous donnons notre approbation aux autres pour leurs actions et leurs paroles. Par la suite, en retour à ce certificat, nous nous attendons à ce qu'ils se soumettent. C'est cela que nous appelons l'amour !

Nous parlons d'aimer les autres. Nous sommes fiers de pouvoir aimer Tout le monde. En pratique, cependant, nous trouvons difficile d'aimer notre voisin, en particulier lorsqu'il est plus riche ou qu'il est plus qualifié que nous dans un certain domaine. Il y a des fois où l'un perdrat un œil avec plaisir pour que son voisin en perde deux ! C'est cette négativité qui naît de notre jalousie et de notre avidité. Comment pouvons nous aimer le monde lorsque nous ne pouvons même pas aimer notre voisin ? Comment pouvons nous envisager servir l'humanité, lorsque nous omettons l'acte de charité le plus élémentaire envers nos parents et nos amis ?

Les gens viennent me demander : « Maître, vous dites à tous vos adeptes de méditer, méditer et encore méditer. A quoi cela sert-il ? N'est-ce pas une pratique égoïste? Pourquoi ne leur demandez-vous pas d'aider la communauté ? Cela aiderait tellement de gens ! »

Il y a de nombreuses organisations spirituelles ; je ne peux pas dire ‘organisations spirituelles’, seulement « prétendues organisations spirituelles », qui sont engagées dans le service social, juste pour avoir un nom, pour la popularité et le prestige social. Il y a tellement d’organisations ; des organisations charitables dans ce domaine. Vous pouvez voir les personnes qui dirigent ces organisations - les personnes qui font partie de ces organisations - elles sont photographiées et figurent dans les journaux et les magazines.

Je dis toujours aux gens qui organisent des œuvres de charité que c'est un merveilleux moyen de tromper les autres et de se tromper soi-même. La charité ne peut jamais être organisée ; elle doit simplement couler de source. Ce n'est pas une expression extérieure ; c'est une conviction intérieure. A partir du moment que vous essayez d'organiser cette conviction, sa qualité change, elle devient différente, elle se transforme et l'objectif de cette œuvre de charité est différent. C'est seulement lorsque cela coule naturellement à la suite d'une expérience que la charité devient une expression solide d'amour.

La transformation intérieure doit se produire avant qu'une personne puisse aider les autres à se transformer. Tant que quelqu'un ne croira pas avec certitude qu'il fait réellement partie d'un tout ; que toutes les autres personnes sont liées à lui, il lui sera impossible de contribuer à aider les autres avec un amour véritable. Cette personne sera hypocrite.

Nous faisons partie d'un vaste Océan Cosmique ! Chacun d'entre nous n'en est qu'une simple goutte. Aussi longtemps que nous restons des gouttelettes et que nous ne comprenons pas cette vérité que nous faisons partie du même océan, nous restons séparé. Nos sentiments sont toujours dirigés par le « Je » et le « Mien ». Aussi longtemps que cette séparation existe, il ne peut y avoir d'amour ; il ne peut y avoir l'expression de l'amour inconditionnel.

Il y a un dicton magnifique du Bouddhisme Zen : Tout ce que Bouddha fait, tout ce qu'un Etre illuminé fait, même s'il tue quelqu'un, ça ne lui fera que du bien. Cela fera du bien à la fois à Bouddha mais également à la personne à qui il fait cette chose. Bouddha est toujours dirigé par la Conscience Cosmique ; donc ce qu'il fait sera toujours une bonne chose pour tout le monde.

Mais un Etre non illuminé, quelque soit ce qu'il fait, même s'il rend un service incroyable, se fera du mal et fera du mal à la société, en particulier s'il le fait pour son ego. Le bien et le mal ne dépendent pas de l'action en particulier, mais des qualités de l'Etre. Avec un être illuminé, même des choses

minimes deviennent incroyables et positives pour le monde. Lorsqu'un Etre qui n'est pas illuminé agit, même les Vérités les plus ultimes provoquent la misère et la destruction, en particulier lorsqu'il le fait sans aucune connaissance.

Voyez les mots simples utilisés par Bouddha, comme par exemple, « regardez votre respiration », ou « observez », « soyez témoin de votre inspiration et de votre expiration ». Cette simple vérité, une technique donnée par Bouddha, a mené des milliers de personnes vers l'illumination ; cette simple technique de méditation est appelée *vipassana*. A travers cette technique de *vipassana*, des milliers de personnes sont devenues illuminées ; leurs vies ont été transformées. En résultat, tout l'univers en a tiré profit.

Lorsque Bouddha prononce une vérité très simple et ordinaire; même très ordinaire, cela élève la Conscience de millier de personnes. Si une personne non illuminée découvre une vérité incroyable, cela provoque une destruction. Prenez la bombe atomique et la théorie de la relativité : ce sont des vérités incroyables, mais lorsqu'elles proviennent d'un esprit non illuminé, cela amène toujours la destruction.

Je lisais récemment un rapport statistique dans un magazine qui disait que les gouvernements de tous les pays du monde possèdent assez d'armes atomiques pour détruire la planète Terre mille fois ! Pas seulement une ou deux fois, mais les armes atomiques qu'ils ont amassées, qu'ils ont accumulées, peuvent détruire la planète Terre mille fois ! Ce rapport

n’était pas récent. Aujourd’hui, ils ont certainement deux fois plus de puissance ! Tout cela est le résultat d’un esprit non illuminé.

Nous faisons maintenant un travail scientifique sur le clonage, les recherches génétiques etc.... La qualité des résultats sera plus relative aux Etres qui conduisent les recherches, qu’à la qualité des esprits. Les esprits sont toujours dirigés par l’ego tandis que l’Etre est dirigé par la Conscience de l’Amour Universel.

Une seule personne avec une mauvaise attitude, si elle est en position de pouvoir, peut mettre l’humanité toute entière en danger. Tout est déjà prêt ; tout ce dont on a besoin, c’est quelqu’un qui vienne appuyer sur le bouton! Il doit être assez fâché et assez sadique pour appuyer sur le bouton. S’il le fait, un homicide global se produira. Voilà combien d’armes atomiques ont été accumulées aujourd’hui !

Vous voyez, c’est une vérité incroyable ; la vérité de la ‘fissure atomique’ ! Les atomes peuvent être séparés, et lorsqu’ils se séparent ils dégagent une quantité impressionnante d’énergie. C’est une grande vérité, mais c’est l’expression d’un esprit non illuminé. Une vérité qui peut être utilisée pour tellement de projets constructifs; cette vérité peut transformer le monde. Mais tant qu’elle évoluera dans l’esprit non illuminé et qu’elle sera contrôlée par des Etres non illuminés, encrés dans leur ego, elle conduira toujours à la destruction.

Les actes et les mots eux-mêmes ne produisent ni le bien ni le mal ; ils font le bien ou le mal en fonction de la Conscience à partir de laquelle ils sont produits ; la Conscience à partir de laquelle ils sont exprimés. Cette conscience, cette prise de conscience, est directement liée aux sentiments qu'une personne éprouve pour les autres. La qualité de la Conscience de l'Etre sera le facteur qui décidera de l'avenir de l'humanité ; qui décidera si cela lui sera bénéfique, ou si cela détruira l'humanité.

C'est seulement après une expérience que votre Etre ressent de la gratitude.

Vous rayonnerez l'amour lorsque vous aurez eu l'expérience solide de la divinité de chaque Etre humain. Votre Etre entier devient Amour. Vous deviendrez vulnérable d'amour. L'expression de *Bhakti* (dévotion) et de l'amour coule de votre expérience spirituelle.

Krishna commence son discours sur le *bhakti* yoga après le *viswarupa darshan* yoga. Après l'expérience qu'il a offerte à Arjuna; il commence à parler du 'Bhakti Yoga' ; il parle de l'expression de l'amour dévotionnel. Maintenant, plongeons-nous dans les *sloka* (chants) !



अर्जुन उवाच :

एवं सततयुक्ता ये भक्तास्त्वां पर्युपासते।
येचाप्यक्षरमव्यक्तं तेषां के योगवित्तमाः ॥१२.१॥

arjuna uvaacha :

*evam satatayuktaa ye bhaktaastvaam paryupaasate
yechaapyaksharamavyaktam teshaam ke yogavittamaah (12.1)*

Arjuna demanda : «Qui consideres Tu comme étant parfait ? Est-ce celui qui est toujours sincèrement engagé dans l'adoration de Ta forme, ou celui qui adore le Toi impérissable, invisible et sans forme?»



Vous voyez, la manière dont Arjuna s'exprime maintenant est totalement différente. La tendance, l'attitude est différente.

Il demande : « Lequel de ces deux types de personne est considéré le meilleur ; celui qui est toujours engagé dans la *bhakti* envers Toi, envers Ta forme physique, ou celui qui se plonge dans le *Brahman* (l'Ame Universelle), le non manifesté, le sans forme, la conscience cosmique ? »

Soyez bien clair : ici, Arjuna ne pose pas la question pour lui-même. A partir de ce moment, le discours devient une simple conversation. C'est un moyen d'enregistrer la vérité pour les générations futures. Les prochaines questions ne sont ni des doutes ; ni des interrogations ; il cherche simplement à faire descendre ces vérités, pour les mettre à l'écrit, afin que les générations futures puissent les utiliser en tant que référence. C'est le flot d'amour qu'Arjuna a pour l'humanité, l'expression de son expérience divine, qui le pousse à chercher des réponses à ces questions et à recueillir les réponses du Seigneur lui-même.

Arjuna demande : « Laquelle de ces deux personnes est établie en Toi complètement; est ce une personne qui est dévote ou une personne qui est illuminée ? »

Il y a deux choses que nous devons comprendre : les personnes religieuses, ou soi disant religieuses, troublient sans arrêt les autres personnes avec ce *sloka* en utilisant cette question d'Arjuna ‘Adorer la forme ou adorer le sans forme

est il juste ?’ Ces personnes sont si troublées elles-mêmes, qu’elles ne font pas la différence entre le vrai et le faux, et elles utilisent leur arrogance intellectuelle pour troubler les autres en leur donnant de mauvaises informations.

Mais laissez moi vous dire que ce n'est pas ce qu'Arjuna veut exprimer en posant cette question. Si vous regardez la réponse de Krishna de près, vous comprendrez !

Arjuna demande : « Est-ce bien de s’ancrer dans l’expérience de la Conscience Divine, en se reposant en elle, en se divertissant de la félicité qui se dégage de cette expérience, ou alors est-il préférable d’exprimer l’amour et la gratitude qui est créée par l’expérience consciente, envers le monde entier et chaque Etre humain? Lequel est correct ? Lequel est préférable? »

Vous voyez, certains mystiques vivent une expérience spirituelle et restent dans cette même expérience avec les yeux fermés, tout simplement. C'est seulement avec les yeux fermés qu'ils peuvent voir Dieu. Ils ne veulent plus jamais ouvrir leurs yeux, ils ne cherchent jamais à utiliser leurs sens, puisque la félicité intérieure est si formidable, si magnifique, que rien, aucun sens ne peut égaler cette félicité.

Cependant, il y en a d’autres, qui sont guidés par l’univers à ouvrir leurs yeux pour transmettre aux autres cette expérience de la félicité à travers leur expression.

Ceux que l'on considère être les personnes « éduquées » débattent sans arrêt sur le sujet du *Savikalpa Samadhi* ou du *Nirvikalpa samadhi*. Le *Savikalpa samadhi* est l'état dans lequel l'expérience continue. Le *Nirvikalpa samadhi* est l'état dans lequel l'expérience commence. Le *Savikalpa samadhi* est sensé être l'état le plus ‘bas’ puis l'on est sensé atteindre l'étape supérieure du *nirvikalpa samadhi*. Cela s'applique peut-être dans certains cas, je n'en sais rien ; mais ce n'est pas une vérité inaltérable. En ce qui me concerne, les deux se sont produit ensemble. Je ne suis pas passé par deux étapes, mais une seule, puis j'ai atteint l'état dans lequel l'expérience peut s'exprimer. C'était la volonté du Divin, de *Parasakti*.

Comprenez, ces personnes n'exercent pas un choix. Ce n'est pas une option qui est proposée à ceux qui vivent une telle expérience ! Les êtres humains ordinaires sont libres de décider ce qu'ils veulent faire ; et le *karma* (cycle des désirs et actions insatisfaites) suit. Les personnes qui font l'expérience du Divin transcendent ce point lorsqu'ils le désirent ; ils sont totalement, pas à pas, dirigés par *Paraskti*, l'Energie Universelle ; par Krishna, la Conscience suprême du Divin. Ils n'ont pas le choix, dans ce cas, de décider s'ils restent assis là avec les yeux fermés ou s'ils préfèrent ouvrir leurs yeux et aider l'humanité.

Ce n'est pas qu'Arjuna ne sait pas déjà ceci. Ayant déjà fait l'expérience du Divin, Arjuna comprend parfaitement le fait que les autres personnes qui font cette expérience n'ont

aucun choix. Il sait que Krishna est celui qui décide de ce qu'il devra faire, et non Arjuna lui-même. Mais, il pose cette question quand même car il tient à ce que tout le monde le comprenne également.

C'est pour cette raison que La Bhagavad Gita est une écriture vivante. C'est pour cette raison que ses mots résonnent encore cinq ou dix mille ans après que Krishna les ait prononcés ! C'est un dialogue qui répond à toutes les questions qu'un chercheur peut se poser. Le rôle d'Arjuna est de représenter le chercheur spirituel.

Arjuna demande si c'est ce type de personne qui est extraordinaire, ou si c'est la personne qui ouvre ses yeux pour servir Dieu en chaque Etre qui est incroyable.

Comprenez, il ne demande pas si adorer la forme est mieux ou si adorer le sans forme est mieux ! Mais les soi disant Hommes religieux ont toujours interprétés cela de la sorte, et créés des problèmes entre Sankara et Ramanuja.

Sankara suivait *gnana*, le chemin de la connaissance, et Ramanuja suivait *bhakti*, la voie de la dévotion. *Gnana*, dans l'ensemble, se concentre sur le sans forme, en utilisant des méthodes intellectuelles. *Bhakti*, se concentre sur la forme, la dévotion pure, comme si le Divin était pleinement en vie, comme il l'est en réalité ! Cependant, ceux qui ont étudié à la fois Sankara et Ramanuja en profondeur savent qu'il y avait énormément de *bhakti* dans l'approche de Sankara et

beaucoup de *gnana* dans l'approche de Ramanuja ! Les deux approches sont convergentes. L'une ne fonctionne pas sans l'autre.

Aucune personne ayant lu le *Soundarya Lahiri* de Sankara ne peut rester de glace devant l'expression d'amour de ce Maître pour la Déesse Mère. Il est clair qu'il y a une signification métaphorique fantastique en termes philosophiques dans d'autres travaux dévotionnels similaires de Sankara, mais son intention était avant tout motivée par sa dévotion pour la forme qu'il décrit si merveilleusement. Il décrit la Déesse de la tête aux pieds comme s'il la voyait devant lui. C'est une description graphique, une description affectueuse et une interprétation dévotionnelle de cette expression.

D'un autre côté, la profondeur de la sagesse et de la perspicacité qui figure dans les commentaires de Ramanuja, les *bhashyam* (les commentaires) sur les *sutras* (techniques et écritures saintes) rivalisent avec ceux de Sankara, qui est considéré comme le pinacle de la philosophie religieuse. La vraie *gnana* ne peut exister sans *bhakti* et la vraie *bhakti* ne peut exister sans *gnana*.

Le débat continue sans arrêt. Mais si vous regardez les réponses, il est très clair que ce n'est pas ce qu'Arjuna a demandé. Il a demandé s'il devrait simplement s'enclencher dans cette expérience divine, ou s'il devrait exprimer la gratitude qui se produit en lui.

Exprimer la gratitude qui se produit avec l’expérience est *bhakti*. Vivre cette expérience, s’en réjouir, et rester dans l’expérience est *gnana*, tout simplement.

La réponse de Krishna est que les deux chemins sont les mêmes et ne forment qu’un.

Les chemins s’entrelacent ; le premier mène au second, et le second ramène au premier. Vous avez sûrement entendu parler du « cercle vicieux »- le premier emmène au second et le second nous ramène vers le premier. Maintenant, je voudrais vous apprendre un nouveau mot : « le cercle vertueux » ! Le cercle vicieux mène vers une énergie basse ou à un niveau plus faible de conscience ; le cercle vertueux mène vers une énergie élevée ou vers un niveau de conscience plus élevé. La félicité et la dévotion, la gratitude et la félicité, ces deux points forment le cercle vertueux, qui vous mène à un état de conscience encore plus élevé !

La félicité signifie l’expérience qui mène à l’expression de la gratitude et du service. Encore une fois, l’expression de la gratitude et du service vous mène vers la félicité. L’un mène à l’autre, qui revient vers le premier. C’est donc appelé le « cercle vertueux».

En général, nous sommes pris au piège dans un cercle vicieux ; la peur mène à l’avidité, l’avidité mène à la Peur. La peur mène à encore plus d’avidité, plus de peur mène à plus d’avidité et plus d’avidité mène à plus de peur. Plus de

peur mène à de plus en plus de peur. C'est un cercle vicieux, et ici, Krishna introduit le cercle vertueux. Le cercle vertueux est ce qu'il appelle le *dharma*, la droiture, qui doit être suivie sur le chemin de la Vérité.

Dharma signifie cercle vertueux qui mène vers une conscience de plus en plus élevée qui mène à des niveaux d'expériences de plus en plus élevés. La conscience et la félicité mènent vers l'expression de cette conscience et de cette félicité. Qui à son tour mène à des niveaux d'expériences plus élevés.



श्री भगवानुवाच :
मय्यावेश्य मनो ये मां नित्ययुक्ता उपासते ।
श्रद्धया परयोपेतास्ते मे युक्ततमा मताः ॥१२.२॥

*sri bhagavaan uvaacha :
mayyaavesya mano ye maam nityayuktaa upaasate
sraddhayaa parayopetaaste me yuktatamaa mataah (12.2)*

Le Seigneur Krishna répond :

« Ceux qui fixent leur esprit sur Moi éternellement, et ceux qui m'adorent fermement, avec une foi suprême, je les considère comme étant parfait dans le Yoga, prêts à être unis avec moi. »



Bhagavan dit : « Ceux qui sont ancrés dans la conscience, qui exprime la gratitude, *bhakti*, sont toujours engagés en Moi ; et ceux qui se concentrent sur la croyance transcendante, ce qui signifie sûr ce qu'ils vivent pendant une expérience cosmique, sont engagés en Moi ; les deux sont Ultime ; les deux sont unis à Moi.

Le Sanskrit est une si belle langue. Vous pouvez trouver n'importe quelle signification à n'importe quel mot. C'est pour cela que des milliers de commentaires sur la Gita sont possibles, mais elle est toujours aussi nouvelle ! Aucun autre livre n'a été commenté par autant de Maîtres ! Chacun cherche à donner sa propre compréhension.

Encore une fois, j'insiste : Si une personne sans expérience spirituelle s'exprime, ou fait un discours, naturellement, il rencontrera des obstacles et créera des obstacles pour les autres, comme lorsqu'un aveugle guide un aveugle, les deux se retrouvent dans les ennuis. Pareillement, lorsqu'une personne sans expérience spirituelle traduit ou parle, elle 'torture' automatiquement le texte !

C'est seulement lorsqu'une personne a vécue une réelle expérience spirituelle et s'est libérée des bavardages intérieurs, quelle peut être vraie envers les autres et envers elle-même. C'est seulement à ce moment là qu'une personne peut se mettre à nue de manière totalement transparente et honnête sans penser autres. Tant qu'il y a des bavardages à l'intérieur, il nous faut sans cesse filtrer nos pensées ; il nous

faut toujours de l'entraînement. On n'ose pas formuler à haute voix ce que l'on se dit à l'intérieur ! Nous avons peur que ce que l'on va dire ne soit pas accepté. Donc, on filtre et remplace ce que l'on ressent réellement à l'intérieur, avec des mensonges. On remplit nos vies de mensonges.

Comprenez ce simple exemple : Je dessine un diagramme et vous explique ce concept. Après quelques jours, vous présentez un simple CD audio de cette session à un de vos amis qui ne pouvait pas assister au discours. Vous n'avez pas vécu l'Expérience. Vous traduisez simplement mon expérience. Combien de choses pourrez-vous expliquer ? Quelle sera la qualité de votre explication ? Combien de choses pourra-t-il comprendre ? Pas grand-chose car il lui manquera tellement d'éléments qu'il y avait dans le diagramme. Vous ne pourrez pas lui expliquer, car vous n'êtes pas celui qui a fait l'Expérience.

J'explique à travers une image. Si vous voyez et entendez, vous serez capable de comprendre ; même avec ces éléments, il est difficile de comprendre la vérité. Donc si vous donnez simplement un CD audio à un ami qui n'a pas assisté au programme, combien de choses pourra-t-il comprendre ? De la même manière, s'il essaie de comprendre le CD et veut parler de ce discours à quelqu'un d'autre, jusqu'à quel point cela sera t'il correct ?

De la même manière que quelqu'un qui n'a pas assisté au discours, qui a simplement un enregistrement audio, ou

seulement un livre, ne peut pas comprendre, la Bhagavad Gita est aussi un simple enregistrement audio, la retranscription d'un enregistrement audio. Ce n'est même pas un enregistrement audio. Si vous écoutez simplement l'enregistrement audio, vous pouvez au moins comprendre quelques éléments additionnels grâce aux modulations de la voix. Ici, même les modulations de la voix ne sont pas présentes. C'est la retranscription d'un enregistrement audio. Combien de choses pouvez-vous traduire et interpréter ?

C'est pour cette raison que Vivekananda insiste sans cesse, « ne lisez pas », ou « ne croyez rien qui vient d'une personne qui n'a pas directement fait l'expérience de cette vérité. »

Il dit autre chose d'encore plus important : « Ne vous occupez pas de ce qu'il dit ; occupez vous d'abord de *qui* parle. » Il accentue l'importance d'une expérience personnelle. Il ajoute : « Tous les livres de toutes les librairies de cette Terre ne peuvent vous conduire à la Vérité. Lorsque vous avez découvert la Vérité, vous n'avez besoin daucun livre. »

La compréhension, la compréhension intellectuelle, n'est pas égale à l'expérience. Comprendre est un phénomène de l'esprit. C'est un sous-produit de votre ego. Tout ce que nous comprenons est coloré par le filtre de notre esprit et de notre ego. C'est seulement de cette manière que l'esprit peut percevoir et comprendre. L'expérience, l'expérience spirituelle,

transcende l'esprit et l'ego. Elle est pure, non teintée et permanente.

En s'exprimant et en comprenant, au mieux une personne peut exprimer un fait ou une opinion ; mais jamais la vérité ! Il faut faire l'expérience de la vérité pour pouvoir l'exprimer. Mais la compréhension intellectuelle fortifie la conviction d'un individu à propos de la vérité et cela est nécessaire pour que cet individu soit aspiré à faire cette expérience.

Pour ceux qui exprime leur expérience sous forme de dévotion, le mot utilisé est *upasate*. Le mot *upassana* peut être traduit de diverses façons. Lorsque vous voyez le Divin en chacun, lorsque vous exprimez la vérité d'une expérience spirituelle, tout ce que vous faites est l'*upassana*.

Un jour, quelqu'un est allé voir Ramanuja. Ramanuja est un Grand Maître. Sans Ramajuna, le sud de l'Inde aurait totalement perdue sa spiritualité. Sankara était allé s'installer dans le nord de l'Inde. Bien qu'il soit né et ait grandi dans le sud, il passait la plupart de son temps dans les régions du nord. C'est grâce à Ramanuja que la dévotion et la spiritualité ont prospérés dans le sud de l'Inde. Ramanuja resta dans le sud de l'Inde jusqu'à la fin de sa vie. De plus, Sankara ne vécu que trente-deux ans. Mais Ramanuja vécu durant de longues années ; il vécu sur la planète Terre pendant longtemps et il inspira des milliers de personnes à suivre le chemin de la spiritualité et de la méditation.

Soyez bien clair : Lorsque vous ne voyez pas le Divin en chacun, vous ne pouvez pas voir le Divin dans une statue ou dans aucun Maître. Donc, si vous ne voyez pas le Divin en tous les Etres humains, vous ne pouvez pas non plus voir le Divin en Dieu ou en un Maître.

Un jeune homme va voir Ramanuja et lui demande : « Maître, dites-moi s'il vous plaît comme accomplir *bhakti*, comme remplir mon devoir de dévotion, comme atteindre Dieu. » Ramanuja lui demanda en retour : « As-tu déjà aimé quelqu'un dans ta vie ? » L'homme fut secoué. Il dit : « Je suis *Brahmachari** ; comment pouvez-vous me poser cette question ? Je suis venu vous voir pour mieux comprendre Dieu et vous me posez cette question ! »

**Brahmachari* : Ce mot sanskrit se traduit littéralement *brahma + acharya*, c'est à dire, celui qui suit le chemin, qui est lié à (*acharya*) l'existence (*brahma*), ce qui veut donc dire, celui qui vie sans attentes. Il est plus commun de dire de nos jours, bien que cela ne soit pas correct, que c'est une personne qui vit dans le célibat.

Ramanuja dit à cet homme : « Va d'abord aimer quelqu'un ; vois comment tu te sens quand tu es amoureux de quelqu'un. Ensuite reviens me voir et je t'apprendrais à connaître Dieu. Je t'enseignerais *bhakti*. »

Cet homme était bien sûr déconcerté. Il ne pouvait pas comprendre ce que Ramanuja lui avait dit.

Si vous n'avez jamais pu ressentir de l'amour pour quelqu'un que vous pouviez voir, comment pourrez vous ressentir de l'amour pour quelqu'un qu'il vous est impossible de voir ? Si vous ne pouvez pas aimer les Etres humains, que vous voyez tous les jours, comment pouvez vous aimer Dieu que vous n'avez jamais vu ? Ce que Ramanuja dit est vrai. Il nous faut aussi comprendre qu'à moins que l'on rayonne l'amour là où nous vivons, nous ne pouvons pas réellement aimer le monde entier, et surtout, nous ne pouvons pas aimer Dieu.

Je dis sans cesse aux gens qu'il est facile d'aimer le monde entier ; mais aimer votre propre vie est très difficile. Aimer le monde entier est très simple car vous n'avez rien à faire, vous devez simplement dire « J'aime le monde entier, j'aime le monde entier ! » Mais lorsque vous aimez votre vie vous devez changer d'attitude, changer votre esprit, changer vos paroles ; vous devez faire quelque chose. Vous devez faire quelque chose pour le prouver réellement.

Pour réellement aimer quelqu'un avec qui vous passez votre vie, pour que la familiarité ne devienne pas du mépris, vous devez abandonner votre « je » et votre « mien ». Aussi longtemps que votre époux (-ouse) vous appartient, ce qui se passe dans votre esprit et votre cœur est une forme de violence, et non d'amour. Vous devez contrôler l'autre, montrer que vous êtes en charge. Je vous assure, pour comprendre l'amour réel, vous devez abandonner ce sentiment de possession !

Le poète philosophe libanais Khalil Gibran parle de l’Amour dans son livre très célèbre le *Prophète* ; « Partagez votre pain avec ceux que vous aimez, mais ne mangez pas la même miche ». Partagez votre boisson avec ceux que vous aimez mais ne buvez pas du même verre. Vous ne vous possédez pas l’un l’autre.

Ceux d’entre vous qui pensent avoir tous les droits de dire ce qu’ils veulent à leurs époux (-ouse) – ne se sentirait ils pas profondément offensé si on leur disait qu’ils n’ont aucun droit de le dire ? Réfléchissez : Oseriez-vous dire la même chose à un étranger ? Non ! Les courtoisies sociales ne s’appliquent pas aux époux, parce que vous dites que vous les aimez ! Combien d’entre vous, peuvent jurer la main sur le cœur, que tout ce qu’ils disent à leur mari ou à leur femme vient d’un amour complètement inconditionnel ?

Mais c’est seulement lorsque vous aimez votre femme, lorsque vous aimez réellement votre femme que vous pouvez commencer à comprendre comment aimer le monde. C’est là toute l’idée des rituels associés aux mariages et la raison pour laquelle ils sont considérés si sacrés. En développant ce lien-l’amour entre deux personnes qui sont unies pour le reste de leurs vies- il est possible de développer cette expérience qui est la vérité. Cela emmène ensuite à l’expression de cette même vérité « l’amour pour le reste de l’humanité. » S’il n’y a pas d’amour réel entre mari et femme, comment est-ce possible pour eux de ressentir de l’amour pour le reste de l’humanité ?

Etre établit dans cette Conscience ou l’exprimer face à l’univers, ces deux points ne forment qu’un et sont pareils. Lorsqu’une personne est établie dans l’amour, elle rayonnera automatiquement. Soyez bien clair, si l’amour ne se manifeste pas, si l’expression ne se manifeste pas, cette personne n’a pas vécue l’expérience !

Lorsque l’expérience est réellement vécue, elle s’exprime automatiquement. L’expérience n’est pas quelque chose que l’on peut posséder ou garder dans son armoire. Non ! L’expérience vous possédera et coulera en vous. Elle s’exprimera sans vous demander votre avis.

Un disciple demande à un Maître Zen : « Un Maître réalisé parlera-t-il ? »

Le Maître dit : « Non, un Etre réalisé ne parlera jamais ; seulement une personne qui ne sait pas parlera. »

Il demanda ensuite : « Un Maître réalisé restera t’il muet alors ? »

Le Maître répondit : « Non, un Maître réalisé ne restera jamais muet. S’il reste muet, soyez bien clair, il n’est pas illuminé. » Le disciple était confus. « Vous dites qu’il ne parlera pas mais qu’il ne restera pas muet non plus ; que fera-t-il alors ? »

Le Maître répondit : « Il chantera, son Etre chantera. Il ne parlera, ni ne restera muet ; son Etre lui-même sera une

chanson. »

C'est parce que vous ne pouvez pas posséder l'expérience, c'est l'expérience qui vous possèdera. Lorsque l'expérience vous possède, tout ce que vous faites sera une chanson ; quelque soit le mot que vous prononcerez, il sera une chanson. Votre Etre deviendra une lumière ; vous flotterez. Votre simple marche sera une danse ; votre langage du corps rayonnera de grâce. Toutes vos expressions seront un service, un grand service à l'humanité. Il dit de manière merveilleuse qu'un Etre illuminé ne restera jamais muet ni ne parlera, il chantera, tout simplement !

C'est pour cela que la Gita est écrite sous forme de chanson. La Gita, n'est pas une prose mais une chanson. De grandes vérités ne peuvent jamais être exprimées par la logique ; elles ne peuvent être exprimées que par la poésie. La prose est logique; elle a des limites ; elle est rigide. Mais la poésie, c'est l'émotion ; c'est l'amour ; ça coule !

Krishna dit : « Une personne qui est établie dans la conscience est formidable, mais une personne qui s'exprime, qui partage et qui rayonne automatiquement, sera bien plus grand que celui qui s'est ancré. Mais en vérité ; si un homme est établit dans la Conscience, il rayonnera automatiquement, il chantera. »

Laissez moi vous raconter une petite histoire d'un grand dévot, un *bhakta*, qui vivait à Varanasi. Il était un grand

bhakta de Krishna. Il avait un petit livre de la Bhagavad Gita. C'est tout ce qu'il possédait, c'était toute sa fortune. Tous les matins, il se baignait dans la rivière sacrée du Gange en récitant le message de Krishna, la Bhagavad Gita avec toute sa dévotion. Il passait ses journées entières assit en méditant sur Krishna. Il était constamment en extase en pensant à Krishna. Il rayonnait la *bhakti* de Krishna, l'amour dévotionnel envers Krishna.

Bien sûr, on aperçoit souvent ce genre d'âmes en Inde. Les gens peuvent simplement rester assis et être en extase, la société ne les perturbera jamais, la société prendra soin d'eux. Dans un autre pays, ils seraient appelés SDF, la police s'acharnerait sur eux en public, ils seraient mis dans un foyer, ne bénéficiant d'aucun respect. Mais cette culture est si magnifique ; même si vous vous asseyez, si vous êtes en extase, vous êtes respecté, vous êtes adoré !

Ce *Bhakta* est en extase, toujours en train de chanter le nom de Krishna, toujours en train de méditer sur Krishna ! Il est absorbé dans la Conscience de Krishna.

Un jour un mendiant vient le voir et lui demande : « Oh Swami ! Donnez moi quelque chose s'il vous plaît. Cela fait trois jours que je n'ai pas mangé. » Cela pose un grand problème au *bhakta* qui est lui-même un mendiant, et ne possède qu'un seul objet: le livre de la Gita. Il ne possède rien d'autre. Il n'a rien ; et est toujours en extase. Si quelqu'un lui donne quelque chose à manger, il mange ;

sinon il chante simplement le nom de Krishna. Son seul objet personnel est le livre de la Bhagavad Gita.

Et ce mendiant vient demander de la nourriture car il n'a rien mangé depuis trois jours. Il se sent mal, il regarde autour de lui et ne voit rien. La seule chose qu'il voit est la Gita, qu'il a gardé avec lui et adoré depuis toutes ces années. C'est sa seule possession ; c'est presque son Dieu, elle représente tout pour lui !

Soudain, il prend son courage à deux mains et dit au mendiant : « Vois-tu, je n'ai rien ; je t'avoue que je ne possède que ce livre. Mais je peux t'assurer que si tu vas en ville et dis que ce livre m'appartient, si tu le mets aux enchères, il y aura forcément quelqu'un qui l'achètera ! Tant de gens me respectent ! Ils se sentent un peu comme mes dévots. Donc la bénédiction de Krishna est là. Vas juste au marché, et vends ce livre aux enchères. Prends cet argent, mange, satisfais toi et sois heureux ! »

Le mendiant prit le livre et s'en alla. Le matin suivant, lorsqu'il allait chanter la Gita, le *bhakta* dit : « Oh Krishna ! J'ai donné Tes paroles pour que Tes mots se conservent. Quelle est Ta parole ? Ta parole est de rayonner *bhakti*, rayonner la dévotion, et de rendre service. Je viens d'offrir tes paroles pour que tes paroles survivent ! »

Ce *bhakta* était un vrai *bhakta*. Il avait vu la Vérité ; il en avait fait l'expérience. Il était donc capable de l'exprimer. Il

pouvait traduire sa dévotion à Krishna, en donnant de l'amour et son service aux autres humains.

Conserver la parole de Krishna était beaucoup plus important que de garder le livre. Le *bhakta* conserva la parole de Krishna en l'abandonnant !

En réalité, si vous gardez le livre, si vous gardez sincèrement le livre et l'utilisez, vous ferez l'expérience ; vous rayonnerez Ses mots.



ये त्वक्षरमनिर्देश्यमव्यक्तं पर्युपासते ।
 सर्वत्रगमचिन्त्यं च कूटस्थमचलं ध्रुवम् ॥१२.३॥

संनियम्येन्द्रियग्रामं सर्वत्र समप्रुद्धयः ।
 ते प्राप्नुवन्ति मामेव सर्वभूतहिते रताः ॥१२.४॥

*ye tvaksaram anirdesyamavyaktam paryupaasate
 sarvatra-gam achintyam ca kuttasthamachalam dhruvam (12.3)*

*sanniyamyendriyagraamam sarvatra sama-buddhayah
 te praapnuvanti maam eva sarva-bhuta-hite rataah (12.4)*

‘Bhagavan continue : « Mais ceux qui adorent l’impérissable, le non manifesté, en étant conscient, cela qui se trouve au-delà de la perception des sens, ce qui pénètre tout, ce qui est inconcevable, constant, immobile et permanent, ceux qui l’adorent en refrénant leurs sens, et travaillent pour atteindre un esprit égal pour le bénéfice de l’humanité, M’atteignent également. »



Krishna est un *brahman saguna*, le cosmos dans une forme physique qui s'est montrée sous cette forme à Arjuna dans son *vishwarupa*. Krishna est également le *brahman nirguna*, la Conscience sans forme. Il est Krishna à la fois dans la forme et dans le sans forme, la conscience divine qui a tous les attributs dont Krishna parle ici.

Aksharam est l'aspect impérissable du Divin ; toutes les autres choses matérielles dans ce monde peuvent venir et partir, apparaître et disparaître, mais le Divin est éternel. *Anirdesyam* est unique, il a un aspect incomparable qui ne peut être comparé à autre chose tellement il est suprême. *Avyaktam* signifie ce qui ne se manifeste pas, ce qui ne peut pas être compris par les sens et donc ni par les pensées et l'esprit, *achintyam*, ce qui est la raison pour laquelle le corps et l'esprit d'un Etre doivent être transcendés pour pouvoir faire l'expérience du Divin.

Sarvatragam est l'aspect omniprésent, l'aspect sous lequel le Divin réside partout.

Le Prince Prahlad dit à son père démoniaque Hiranyakasipu qui défie son fils de prononcer le nom de Narayana qu'il déteste : « Narayana est partout ; Il est dans cette brindille, Il est dans ce pilier. »

Au moment où Prahlad dit ceci, à *Vaikunta*, Sa demeure paradisiaque, Vishnu ou Narayana comme il est également appelé, se relaxe avec son épouse Lakshmi. Il se lève en

vitesse. Irritée, Lakshmi se plaint comme le ferait toute femme : « Où vas-tu à cette heure de la nuit ? »

Vishnu répond : « Mon dévot Prahlad est sur le point de m'appeler. Je ne sais pas où il pointera du doigt, vers une brindille ou vers un pilier. Quelque soit l'endroit, je dois être prêt à apparaître. Je ne peux pas le laisser tomber. »

Le vrai dévot voit Dieu partout. Ramakrishna dit de l'amour d'un réel dévot que c'est comme l'amour d'une femme chaste envers son mari, comme l'amour d'un avare envers sa fortune énorme, la recherche désespérée d'une personne mondaine pour les plaisirs sensuels- tous imbriqués ensemble et adressés à Dieu, qui crée donc de la dévotion.

Le *Brahman* est également *kutastham*, inchangeable, *achalam*, immobile et *dhruvam*, qui garde le même aspect, forme et sans forme. Le vrai dévot qui suit une des deux voies avec conscience, avec ses sens concentrés sur Dieu en fait l'expérience et fait également l'expérience de la félicité de servir le reste de l'humanité. Le dévot voit Dieu en chaque personne qu'il rencontre. Son expérience de Son Dieu devient son expression de l'amour envers tous.

Radha commence à dire aux *gopikas* (gardiennes de vaches) : « Je ne sais pas ce qui s'est passé. Je ne sais pas ce qui se passe en moi. Je vois Krishna en tous ; Je ressens Krishna en tous. Je ne sais pas ce qui m'arrive. »

A cela, une des *gopika* répond : « Tu as *bhakti* ; *bhakti* comme *Anjana* (ombre à paupières noir) sur tes yeux. »

C'est comme ceci : lorsque vous portez des lunettes sombres, tout apparaît comme étant sombre. De la même manière, lorsque vous portez des lunettes d'une teinte verte, tout vous paraît vert. De la même manière, lorsque vous avez *bhakti anjana* dans vos yeux, quelque soit la personne que vous verrez, vous verrez Krishna apparaître, vous verrez le Divin apparaître.

Ici Krishna dit, la personne qui s'établit dans la Conscience suprême et la personne qui rayonne la dévotion sont identique. Ils ne sont pas deux groupes différents.

Comprenez : Krishna ne forment pas deux groupes ; Arjuna présente deux groupes en tant que la réalité qu'il voit : ceux qui s'ancrent et ceux qui rayonnent. Ici Krishna dit que les deux sont les mêmes. Il ne différencie pas deux groupes : ceux qui s'établissent et ceux qui rayonnent. Comprenez cela clairement.

Krishna dit qu'une personne qui est établie rayonnera toujours, et une personne qui rayonne sera toujours établie. Comme je vous le disais, c'est un cercle vertueux.

Ramakrishna dit : « Lorsqu'une cloche sonne, chaque coup a son propre son. Mais pourtant, même lorsque la cloche arrête de sonner, on peut toujours entendre un son. C'est de cette

manière que Dieu apparaît à la fois dans la forme et dans le sans forme. »

Dans son Bhaja Govindam, Sankara dit :

Guru chranambuja nirbhara bhaktah

Samsrat achirat bhava muktah

Sendriya manasa niyamat evam

Drikshasi nija hridayatvam devam

« Celui qui a contrôlé tous ses sens, qui s'est concentré sur son esprit, s'abandonne complètement au Maître, il voit Dieu dans son cœur. »

Krishna insiste encore sur le fait que lorsqu'un Etre a réalisé la nature sans forme du Divin, son éternité et sa nature non manifestée, avec les sens sous son contrôle, cet être travaillera pour le bien de l'humanité.

Une fois que l'expérience du sans forme se produit, elle n'est en rien différente de l'expérience de la forme ! Toutes deux mènent à la même vérité qui est que nous faisons partie de la conscience collective.

L'expression de cette réalisation est celle d'une profonde humilité et de compassion. Elle se manifeste sous forme de gratitude et d'abandon. On apprend à couler avec l'énergie de cet univers. On ne se bat plus contre les courants de la vie.

La philosophie chinoise de Tao parle du courant. Le roseau qui se plie sous l'effet du courant survie et fleurit. Le jeune

arbre qui est trop rigide pour se tordre disparaît. Si nous sommes comme le roseau, en abandon complet devant ce qui nous entoure, en acceptant les choses comme elles sont, sans se battre à tout moment pour dire ce que l'on pense être nos griefs face à la nature, alors nous pouvons rester dans la félicité !

Nous sommes remplis d'ego, nous avons tendance à contrôler. Nous croyons que nous pouvons remettre l'ordre dans un monde chaotique. Il ne faut qu'un moment pour se rendre compte que cet univers entier et cette planète Terre ne fonctionne pas grâce à nous mais, malgré nous. Des millions et des billions d'étoiles et de planètes dans cet univers fonctionnent dans un chaos apparent. Cet univers semble toujours être dans le chaos.

Nous, remplis d'ego, voulons qu'il soit ordonné. En réalité, nous sommes chaotiques. La vérité est que nous sommes chaotiques. La vérité est très chaotique. C'est lorsque nous nous abandonnons à la volonté de l'univers que nous nous rendons compte que les choses se produisent calmement dans un certain ordre, dans le chaos. Lorsque nous arrêtons de vouloir, nous recevons ce que nous voulons. Lorsque nous recevons ce que nous désirons réellement, cela bénéficie l'humanité. Parce que, lorsque nous nous abandonnons, Krishna nous prend en charge.



क्लेशोऽधिकतरस्तेषामव्यक्तासक्तचेतसाम् ।
अव्यक्ता हि गतिर्दुःखं देहवदभिरवाप्यते ॥१२.५॥

*Klesho'dhikatarasteshaaam avyaktaasaktachetasam
Avyaktaa hi gatirdukham dehavadbhiraavaaptyate (12.5)*

Krishna continue d'élaborer sur ceci :

« Pour ceux dont les esprits sont fixés sur le non manifesté, le sans forme, il est plus difficile d'avancer ; atteindre le sans forme non manifesté est difficile pour les hommes. »



Krishna dit ici ce que nombreux d'entre nous savent être la vérité. Les intellectuels rencontrent plus de difficultés à comprendre le divin.

Brahma et Vishnu se disputèrent un jour pour savoir lequel des deux étaient le plus grand. Ils ne pouvaient pas se mettre d'accord et allèrent voir Siva pour les conseiller. Siva prit la forme d'une colonne de lumière qui embrassait l'univers, sans fin, et leur dit : « Celui d'entre vous qui arrivera à trouver le bout de la colonne de lumière est le plus grand. »

Vishnu adopta la forme d'un sanglier et creusa la terre pour chercher la partie inférieure de la colonne de lumière. Brahma s'envola en prenant la forme d'un signe pour tenter d'atteindre la partie supérieure. Après un très très long moment, Vishnu comprit qu'il n'accomplissait rien, il retourna chercher Siva pour lui demander pardon d'avoir essayé de chercher ses limites.

Brahma continua sans se soucier de quoi que ce soit. Pendant qu'il s'envolait, il trouva une fleur flottant vers le bas. Lorsqu'il se renseigna, la fleur dit qu'elle tombait de la tête de Siva et qu'elle tombait depuis de nombreuses années de Brahma. Choqué, Brahma compris qu'il n'avait aucun moyen d'atteindre le bout de la colonne. Il força la fleur à venir voir Siva pour lui dire que lui, Brahma , avait rapporté cette fleur des locks de Siva.

Lorsqu'il entendit cette histoire, Siva fût furieux d'entendre

ce mensonge et trancha une des têtes de Brahma, lui interdit d'être adoré et jeta une malédiction sur la fleur pour qu'elle ne soit jamais utilisée pendant les *puja* (adoration rituels) faites à Siva.

La signification métaphorique de cette légende est la suivante : Vishnu représente la richesse et Brahma l'intellect. Il est vrai que quelqu'un qui possède de nombreuses richesses trouvera cela difficile d'atteindre Dieu. Mais il aura l'humilité d'accepter ses défauts et sera même prêt à abandonner sa fortune pour poursuivre sa recherche de la Vérité. Cependant, une personne intellectuelle trouva impossible d'abandonner son ego dans sa recherche de la vérité, et par conséquent, ne la trouvera jamais.

Dans la recherche de la Vérité, du Divin, du non manifesté, *nirguna Brahman* (sans attributs) qui est ce sur quoi l'intellectuel à la recherche de la vérité se concentre, l'intellect ou l'esprit qui constituent l'ego sont les obstacles qui rendent le chemin très difficile à traverser.

L'Etre ne transporte pas seulement un corps, mais un esprit également ; et avec cet esprit, il transporte l'ego. Jusqu'à ce que le lien esprit/corps soit transcendé, le voyage spirituel est difficile, comme le dit si bien Krishna.

Abandonner son ego est la chose la plus dure pour le système esprit/corps. L'ego permet au lien esprit/corps d'avoir une identité, d'exister. Ce n'est pas pour rien que le philosophe

français René Descartes dit avec tant de fierté : « Je pense donc je suis ! » Le monde, que ce soit maintenant ou à l'époque de Krishna, tourne autour du pouvoir de la pensée ; le pouvoir qui a apparemment fournit une connaissance et des talents. Cela était donc essentiel pour la reconnaissance d'un Etre et son statut dans la vie.

Ramakrishna Paramahamsa était une incarnation. Pourtant avec une grande humilité, il accepta d'avoir trois Maîtres dans sa vie. Mais la vérité est qu'il était le moyen pour eux de se débarrasser de leur ego.

Bhairavi qui lui a enseigné les techniques *tantriques* et est finalement devenu son disciple. Il lui a fallut de nombreuses années avant de pouvoir abandonner son ego avec l'aide de Ramakrishna.

Totapuri, le grand érudit *advaitique* (non dualiste) ne restait jamais au même endroit pendant plus de trois nuits. Il voulait enseigner à Ramakrishna la nature *non-dualiste* de l'Existence. Ramakrishna disparu en disant qu'il avait besoin de la permission de sa Mère. Un Totapuri surprit le suivit, et le trouva en pleine conversation avec Mère Kali. Lorsque Totapuri le força à méditer sur le sans forme, Ramakrishna continua de dire qu'il ne pouvait pas abandonner Mère. Furieux, Totapuri plaça un morceau de verre brisé entre les sourcils de Ramakrishna, au niveau de son troisième oeil, et lui ordonna de couper Mère Kali en morceaux. Ramakrishna entra en *samadhi* (l'état sans pensée) et y resta pendant trois

semaines. Totapuri ne connaissait personne qui ait survécu aussi longtemps en état de *samadhi*, et qui soit revenu à une conscience corps/esprit normale ! Il resta avec Ramakrishna pendant plusieurs mois.

Il y avait aussi Jatadhari, un baba Ramait et un *vaishnavite*, qui était venu à Ramakrishna avec Ramlala, une idole de Ramachandra enfant. Pour Jatadhari, cette idole de l'enfant Rama était un être vivant ; il le lavait, le nourrissait, et lui parlait toute la journée. Après être resté quelques jours avec Ramakrishna, Jatadhari trouvait que Ramlala passait plus de temps avec Ramakrishna, et trouvait irritable que son cher Ramlala préférait jouer aux favoris avec quelqu'un d'autre. Jatadhari resta très longtemps à Dakshineshwar parce qu'il savait que Ramlala voulait rester avec Ramakrishna ! Un jour Jatadhari dit au revoir à Ramakrishna : « Ramlala m'a dit qu'il veut être avec vous et qu'il vous aime. Je suis heureux qu'Il se soit enfin révélé à moi grâce à vous. Je suis content de vous le laisser et de continuer ma route. Je suis rempli de félicité. » Ramlala resta avec Ramakrishna depuis ce jour.

Il fallut la simplicité de l'esprit sans pensée d'un grand Maître pour porter conseils à de grands érudits, et leur apprendre à abandonner leur ego. Abandonner cet ego est la chose la plus difficile pour l'esprit et le corps, en particulier lorsque l'on est centré sur son intellect.



ये तु सर्वाणि कर्माणि मयि संन्यस्य मत्पराः ।
अनन्येनैव योगेन मां ध्यायन्त उपासते ॥१२.६॥

तेषामहं समुद्धर्ता मृत्युसंसारसागरात् ।
भवामि नचिरात्पार्थं मय्यावेशितचेतसाम् ॥१२.७॥

*Ye tu sarvaani karmaani mayi samnyasya matparaah
Ananyenaiwa yogena maam dhyayanta upaasate (12.6)*

*Teshamaham samuddhartaa mrutyu samsaara saagaraat
Bhavami nachihraat paartha mayyaaveshita chetasaam (12.7)*

‘Mais ceux qui m’adorent avec une dévotion infaillible, renonçant aux fruits de toutes leurs activités, me voyant comme leur objectif suprême, l’esprit concentré sur moi ; ceux-là, je les délivrerai bientôt de l’Océan de la vie et de la mort.’



Ici, Bhagavan fait une promesse.

Krishna dit, sans équivoque, Je les délivreraï de leur existence matérielle ; leur océan de *samsara*, le cycle de la vie et de la mort.

Tout ce que Dieu demande est qu'un dévot lui soit dévoué. Krishna dit : « Si vous vous abandonnez à Moi, abandonnez toutes vos actions et les fruits de ces actions également, faites Mon service, méditez sur Mon Etre, concentrez vous uniquement sur Ma Conscience, Je vous sauverai, vous libérerai, et Je m'assurrai que vous n'ayez pas de nouvelles naissances. »

C'est le rugissement d'un lion. C'est le rugissement du Roi de l'univers : « Abandonnez vous à Moi, et Je vous sauverai. Servez Moi et Je vous sauverai. »

Un athéiste tomba d'une falaise, et alors qu'il tombait, il attrapa une petite plante et s'y accrocha désespérément. Il se demanda si il devait commencer à se soucier de l'existence de Dieu ou pas ; car tout ce qu'il désirait à ce moment là était de vivre, d'être sauvé. Il cria, « Dieu, si tu existes vraiment, sauves moi ! »

Soudain, une voix répondit, « Oui, j'existe bien, et je vais te sauver. Lâches cette plante. Tu seras alors sauvé. Je te porterai. »

L'athéiste s'écria, « Oh mon Dieu, y a-t-il quelqu'un d'autre qui puisse m'aider ? »

Toutes nos croyances en Dieu sont superficielles. Tout d'abord, pour la plupart d'entre nous, Dieu n'est qu'un concept. Et nous offrons notre adoration à ce concept. Nous prions comme cela, « Donnes moi ceci, Seigneur, donnes moi cela Seigneur ! » Il n'aura même pas le temps de répondre à notre prière, nous serons déjà en train de demander quelque chose d'autre !

Aussi longtemps que Dieu répond à nos prières, aussi longtemps que le Maître nous fournit ce dont nous avons besoin, notre foi en lui se renforce. Mais notre foi disparaît dès que nos prières ne sont plus exaucées. Nous changeons alors de Dieu, de Maître. Nous nous demandons, « Y a-t-il quelqu'un d'autre qui puisse répondre à mes questions de la manière que je veux ? »

On ne se rend pas compte que Dieu s'abstient souvent de répondre à nos questions par pure compassion, pour nous prouver son amour absolu pour notre bien-être. Mais à cause de notre ignorance, nous demandons sans cesse ; nous supplions sans cesse, sans un moment de répit. Nous ne comprenons même pas complètement les conséquences de ce qui arriverait si ces prières étaient exhaussées ; si notre situation s'améliorera ou si elle empirera. C'est pour cela qu'il est dit : « Attention à ce que vous demandez parce que vous

risqueriez de le recevoir ! » C'est par sa sagesse ultime que Dieu refuse certaines demandes telles que devenir riche, ou avoir des enfants et d'autres exemples comme cela. Et comment réagissons nous ? Nous lui tournons le dos !

S'abandonner au divin ne peut pas être conditionnel. Cela doit être total. Il ne peut pas y avoir de « si » ni de « mais ». Il ne peut pas y avoir de « Si tu réponds à mes prières, je te serai dévoué. » Ceci est du commerce. La plupart de nos relations avec Dieu sont un commerce.

Il existe trois types d'abandon.

Le premier type d'abandon est l'abandon de l'intellect. Il est possible pour de nombreux d'entre nous. Une fois que nous avons compris qu'il y a une Energie bien plus supérieure que nous, la plupart d'entre nous pouvons accepter le fait qu'il existe cette puissance suprême et accepter de s'abandonner à cette puissance intellectuelle. Au moins, vous pouvez dire : « Je m'abandonne ! » C'est comme cela que la plupart d'entre nous se prosternent dans un temple ou aux pieds du Maître, le corps tout entier couché sur le sol, ce qui signifie notre abandon. A ce moment, notre ego prend des vacances.

Le prochain niveau d'abandon est émotionnel. Une personne peut fondre juste en pensant à Dieu ou au Maître. Il y a l'amour, il y a la gratitude qui se déverse de nos coeurs, et nos larmes coulent. Nous devenons un *bhakta*, un dévot.

Ramakrishna dit : « Si vous avez des larmes aux yeux lorsque vous pensez à Dieu ou au Maître, sachez que c'est votre dernière naissance. Vous êtes prêts pour la libération. »

Nous sommes prêts, mais ne sommes pas libérés avant d'avoir atteint cette troisième et dernière étape. Cette étape est l'abandon des sens. Notre abandon est total à ce niveau, inconditionnel, spontané, instantané et naturel.

Dans la *Mahabharata*, le sage Vyasa relate un incident qui se passa lorsqu' Arjuna se baladait avec Krishna.

Krishna pointa soudainement un corbeau qui était assis sur la branche d'un arbre et dit : « Arjuna, peux-tu voir ce corbeau vert ? »

« Oui Krishna, je vois ce corbeau vert. », dit Arjuna.

Ils marchèrent un peu plus loin. Krishna montra un autre corbeau sur une branche, « Arjuna, regarde ce corbeau noir ! »

Arjuna dit : « Je vois ce corbeau noir, Krishna. »

Krishna se tourna vers Arjuna et dit : « Arjuna es-tu un idiot ? Je pensais que tu étais intelligent. Comment un corbeau peut-il être vert ? Pourquoi as-tu dit que le premier corbeau était vert, quand celui-là aussi est noir ? Voulais-tu me faire plaisir ? »

Arjuna dit : « Mon Dieu, lorsque Tu as pointé ce premier corbeau et m'as demandé de le regarder, tout ce que je vis fut un corbeau vert ! Krishna, que puis-je faire, je ne vois pas un corbeau noir, mes sens m'ont trompé. »

Les sens d'Arjuna ne l'ont pas abandonné. Ils devaient s'abandonner au Maître, au Divin. Une fois que cette étape est atteinte, on ne peut plus revenir en arrière. C'est un point de non retour ; c'est l'abandon total et absolu.

Krishna dit : « Lorsque tu t'abandonneras à Moi, Je te libèreras. » Pour l'atteindre, nous devons nous abandonner totalement. Nos sens doivent lui être abandonné. Notre Conscience entière ne doit appartenir qu'à lui seul, et personne d'autre.

Il n'y a rien d'autre à faire. C'est tellement simple ! La technique est si simple ! « Abandonnes-toi et je te sauverai. Je te sauverai sans délai, immédiatement. » Dit le Maître. Mais que faisons-nous ? Nous doutons : « Y a-t-il quelqu'un d'autre ? »

C'est si simple ! Le Seigneur l'a rendu si simple. Pourtant, nous trouvons cela si difficile ! Nous trouvons très dur de le croire.

L'AMOUR EST VOTRE VIE



मय्येव मन आधत्स्व मयि प्रुद्धिं निवेशय |
निवसिष्यसि मय्येव अत ऊर्ध्वं न संशयः ||१२.८||

*mayyeva mana aadhatsva mayi buddhim nivesaya
nivasishyasi mayyeva ata oordhvam na samsayah (12.8)*

« Fixez votre esprit sur Moi seulement, établissez votre esprit en Moi. Vous habiterez toujours en Moi. Il n'y a aucun doute. »



Fixez simplement votre esprit sur Moi, la personnalité suprême du Divin et engagez tout votre esprit, tout votre corps et tous vos sens en Moi, et ainsi, vous vivrez en Moi pour toujours, sans aucun doute ~Na samsayah.

Maintenant, il en vient à la technique. À un moment ou l'autre, le cercle vertueux doit commencer. Il explique d'abord le cercle vertueux, et puis en vient à la technique.

Comprenez que l'amour n'est pas une humeur ; il n'est pas une simple émotion. C'est toute votre Existence. Du moment qu'il est une humeur, il viendra et s'en ira. Il y a deux types d'amour – l'amour horizontal et l'amour vertical.

Laissez moi vous expliquer : l'amour horizontal est comme une ligne horizontale, plate. Il est en rapport avec le temps, il aura un début et une fin. Soyez bien clair, tout ce qui a un début a également une fin. Si un événement prend plus de temps pour se terminer que la normale, ne pensez pas qu'il soit permanent ! Tout ce qui commence doit se terminer ; cela peut prendre quelques mois ou quelques années, mais il y a une fin ; c'est impermanent et limité dans le temps. C'est cela l'amour horizontal.

L'amour horizontal est en rapport avec le temps et l'amour vertical est en rapport avec la Conscience. L'amour vertical n'a ni début ni fin, il ne discrimine rien ; c'est votre qualité réelle. Il coule simplement. Si vous faites preuve de discrimination et aimez, soyez bien clair, cela ne peut pas être

appelé de l'amour ; c'est simplement de l'engouement. Du moment que l'autre correspond à vos critères, votre amour grandit ; à partir de l'instant que cette personne ne correspond plus à ces critères, votre amour disparaît.

Dans nos retraites de méditation, dans la première session, la première pratique que je donne aux gens est de me dire honnêtement ou de faire une liste honnête d'une ou deux personnes qu'ils aiment réellement. Habituellement, au début, les gens viennent avec une grande liste : le mari, la femme, le père, la mère, le frère, la sœur, et ainsi de suite. Tous les gens qu'ils voudraient satisfaire, ou qu'ils satisfont pour leur propre bonheur. Tous sont inclus dans cette liste.

Lorsque je commence à parler de l'amour réel, les gens barrent des noms sur la liste, les après les autres. Lorsque cela se produit, soyez bien clair, ce n'est pas de l'amour ; mais les gens se retrouvent toujours coincés en ce qui concerne leurs fils et leurs filles. Je vous assure : votre amour se manifeste pour trois raisons : soit pour le profit économique ou le support psychologique –vous avez besoin de quelqu'un de votre famille, de votre communauté, ou de votre groupe qui serait susceptible de vous aider si vous traversez des difficultés. C'est cela le support psychologique.

La troisième raison est le besoin inconscient d'avoir le certificat de la « bonne personne », de toutes les personnes avec qui nous sommes associées. Certaines fois nous partageons de l'amour, nous montrons de l'amour. Nous ne

pouvons obtenir aucun profit économique ou de support psychologique mais pouvons espérer un certificat d'approbation, un certificat qui attire l'attention sur nous ; le besoin d'attention sera présent. Nous dépendons toujours de ce besoin pour pouvoir exprimer de l'amour. Ce n'est pas inconditionnel.

Dites s'il vous plaît : « Maître, je n'aime pas mon fils ou ma fille pour aucunes de ces trois raisons. » Je leur demande ensuite « Bon, si soudainement votre fils commence à faire des choses tout seul ; s'il prend des décisions lui-même ; s'il ne correspond plus à vos critères ; s'il ne suit pas vos paroles ; s'il ne vie pas selon vos règles, l'amour sera-t-il le même ? »

Réfléchissez sérieusement.

Bien sûr, en général, les gens reconnaissent que non, la qualité de l'amour sera moindre !

Qu'est-ce que cela veut dire ? Nous aimons nos enfants tant qu'ils sont une extension de nos vies. Nous accomplissons nos désirs à travers eux ; nous accomplissons nos vies à travers eux. Tout ce que nous ne pouvions accomplir, nous essayons de l'accomplir à travers eux. Du moment qu'ils agissent et vivent en tant qu'extension de vos vies, la relation est vraiment merveilleuse. Mais du moment qu'ils sentent que vous les étouffez et qu'ils se rebellent et disent « Non ! », la relation tout entière change !

Les enfants sentent qu'ils sont adultes dès qu'ils disent « Non » à leurs parents ; c'est un instinct basique. C'est seulement lorsque vous dites Non, que vous ressentez que vous êtes un individu. Ils ne s'occupent pas de ce que vous dites. Le seul mot qu'ils connaissent est « Non ! ». Ils ne connaissent rien d'autre. Ils se sentent forts lorsqu'ils disent Non. C'est pour cela que dans le monde entier, les jeunes se rebellent toujours. Que ce soit en Orient ou en Occident, dans tous les pays, partout dans le monde, dans toutes les cultures, la jeunesse dit « Non ! ». Parce que lorsqu'ils disent Non, ils se sentent très forts. Le Non leur apporte une certaine force.

Mais je vous assure, votre amour dépend seulement de l'approbation des autres; du moment que vous recevez un « Oui » des autres, votre amour est également réciproque; lorsque vous recevez un « Non », vous commencez à exprimer ce même « Non ». C'est l'amour horizontal, c'est pour cela qu'il s'achève. L'amour vertical ne se termine jamais, parce qu'il ne commence jamais. Soudainement, au bout d'un moment, vous vous rendez compte, que vous vivez à l'intérieur de votre corps, de la même manière que vous vivez dans tous les corps. C'est cela l'amour réel.

Il y a un exemple magnifique donné dans les Upanishads.

Un Maître demande à un disciple : « Appréciez-vous chacun de vos cinq sens ? »

Le disciple dit : « Oui ! »

Le Maître demande ensuite : « Si un de ces sens disparaissait, ressentiriez-vous la même quantité de joie ? »

Le disciple répondit : « Non, il y aurait 20% de moins, et si deux de mes sens disparaissaient, il y aurait 40% de moins. »

Le Maître dit ensuite : « Et si vous aviez cinq sens en plus ? »

Le disciple répondit : « Naturellement, ma joie augmenterait de 100%. Si je reçois un autre corps, naturellement, j'apprécierai tout deux fois plus. Ou encore, si je reçois cinq corps, naturellement, j'apprécierai les choses cinq fois plus ! »

Si vous faites l'expérience que vous vivez dans tous les corps de ce monde, comment seront votre joie et votre extase ?

Immesurable, éternelle et ultime, n'est-ce pas ?

C'est cela que les Êtres illuminés expérimentent. Lorsqu'ils font l'expérience qu'ils sont l'univers entier, ou qu'ils sont dans tous les corps, ils font l'expérience d'une extase fantastique, d'un plaisir fantastique, ils font l'expérience de la Félicité. C'est pour cela qu'ils n'ont besoin de rien dans le monde extérieur.

Un homme âgé est venu à un de nos programmes. À la fin du programme, il est venu me voir et m'a dit avec une

grande sympathie : « A un âge si précoce, vous êtes devenu un ascète et un Maître. Vous avez ratez votre vie ! »

Il exprimait sa compassion ; il ressentait que j'avais vraiment raté beaucoup de choses. Je lui ai dit : « Ne soyez pas compatissant à mon égard ; en réalité, Je suis celui qui devrait être compatissant à *votre* égard. Même après soixante ans, vous ne pouvez pas vous libérer. Même après soixante ans, vous souffrez dans *samsara*, l'illusion de la vie mondaine.

Ne soyez pas compatissant à mon égard, *Je* suis celui qui devrait être compatissant à *votre* égard ! »

Lorsque vous faites l'expérience de l'extase et de la félicité en vous, vous ne sentez pas qu'il vous manque quoique ce soit du monde extérieur. Vous ne ressentez aucun besoin.

Le renoncement réel n'est pas le renoncement au monde ; mais le monde qui renonce à vous. Lorsque vous avez cette satisfaction, l'extase et la félicité en vous, automatiquement, vous rayonnez ce qui se passe en vous, et vous ne ressentez jamais qu'il vous manque quelque chose, que vous avez perdu quelque chose !

Je dis toujours aux gens de ne pas renoncer au monde à moins qu'ils ne ressentent l'extase en leur Etre. N'abandonnez jamais ; ne travaillez que vers l'extase ! Lorsque l'extase se produit, le renoncement se produit automatiquement.

Soyez bien clair : « Si vous renoncez au monde extérieur sans vous être établit dans le monde intérieur, vous sombrerez dans la dépression ! »

J'ai vu tellement de *sanyasis* qui ont empruntés le chemin du renoncement sans accomplir l'expérience intérieure ; qui sont emprisonnés dans l'aide social et puis sombrent dans la dépression. Vers l'âge de quarante ou quarante-cinq ans, il sont déprimés. Ils donnent conseil au monde entier, alors qu'ils sont déprimés. Donc, de nombreux moines ont été la proie de la dépression. Ne renoncez jamais au monde à moins que vous n'ayez une expérience solide à l'intérieure !

Lorsque vous possédez l'expérience, vous n'êtes pas obligé de renoncer ; le renoncement se fait de lui-même. Toutes ces choses vous lâcheront. Au lieu que vous les laissiez tombé, ce sont elles qui vous laisseront tomber. Il y aura toujours des problèmes si c'est vous qui laissez les choses tomber ; c'est seulement correct si c'est eux qui vous laissent tomber. Lorsque vous avez cette satisfaction à l'intérieur de vous, lorsque vous commencez à faire l'expérience de la joie en vous, il n'y a rien à renoncer, les choses se produisent d'elles-mêmes.

Ici, Krishna donne des techniques pour commencer le cercle vertueux : « Fixez votre esprit sur Moi ; établissez votre intelligence en Moi. De cette manière, après avoir obtenu une conscience sans limites, vous vivrez en Moi, pour toujours. »

De quelle manière devrions-nous établir notre intelligence? Essayez de pratiquer toutes ces pensées et ces idées le plus souvent possible. Ramakrishna dit : « l'odeur que vous rotez dépend de ce que vous avez mangé. » La même odeur de ce que vous avez mangé se retrouvera dans ce que vous rejetez. Par exemple, si vous mangez un certain légume ou un certain fruit, la même odeur apparaîtra lorsque vous vomissez.

De la même manière, si vous amenez sans cesse ces idées dans votre esprit, dans votre Conscience, naturellement, vous les rayonnerez ; elles brilleront à travers votre être. La phrase : « Laissez votre intelligence s'établir dans Son Etre » signifie, lorsque vous rencontrez des ennuis, automatiquement, la solution viendra de vous, basée sur ces idées.

Si vous lisez maintenant et vous référez toujours aux livres, ou écoutez toujours un Maître, si vous essayez de digérer toutes ces idées, elles s'implanteront en vous. Lorsque vous rencontrerez des problèmes, ces idées commenceront à vous guider. Lorsque vous avez des ennuis, si vous essayez de lire ou d'écouter, vous ne parviendrez pas à digérer ces idées, parce que votre esprit sera tracassé par le problème à ce moment là. Vous ne pourrez pas les recevoir ou les digérer. Cela ne peut pas arriver.

Lorsque votre esprit est dans un état normal, laisser votre esprit recevoir ces idées devient une habitude tout à fait normale. Laissez cela devenir une partie de votre mode de

vie habituel. De la même manière que vous mangez tous les jours, que vous vous lavez, de la même manière, absorbez ses idées régulièrement.

Sankara a merveilleusement écrit dans son commentaire sur le *Chandogya Upanishad* sutra, sur *ahara sudhi* :

Ahara shuddho satva shuddho dhruvaa smrutiḥ

« Lorsque votre *ahara* est purifié, votre mémoire est purifiée. »

Ahara signifie la nourriture. Comprenez bien, *ahara* ne signifie pas juste la nourriture que vous avalez. Cela veut dire, tout ce que vous recevez par chacun des cinq sens. Le programme télévisé que vous regardez est *ahara* ; la musique que vous écoutez est *ahara* ; la nourriture que vous mangez est *ahara*. Les différentes odeurs que vous sentez sont *ahara* ; le toucher que vous appréciez est *ahara*. Tout ce que vos cinq sens vous apportent sont *ahara* et ils devraient être purs ; c'est seulement à ce moment que vous rayonnerez la pureté, que vous pourrez rayonner la Félicité, que vous pourrez rayonner l'extase, que vous pourrez rayonner l'Intelligence Divine. Comprenez, à moins que vous ne purifiiez *ahara*, qui se manifeste également à travers vos sens, vous ne pourrez pas vous attendre à ce que la purification de votre mémoire se produise.

Je me sens réellement bénî d'être né et d'avoir grandi dans un village, il n'y avait pas de télévision en ce temps là. Les gens me demandent : « Maître, comment arrivez vous à comprendre les choses si facilement ? » Bien sûr, d'une certaine façon, j'arrive à comprendre les choses très facilement, très rapidement. Une petite note : Il n'y a que deux ans que j'ai commencé à parler un anglais académique ; j'ai étudié l'anglais, mais j'ai effectué toute ma scolarité dans ma langue maternelle, le Tamoul. J'ai commencé à parler Anglais lors de mon premier voyage en Amérique, il y a donc deux ans, en Août 2003.

On m'a demandé comment j'ai appris si vite. Je lisais sans cesse. Les gens me demandent souvent : « Comment faites-vous pour lire tant de pages, tant de livres ? » C'est simplement car je n'ai jamais pris l'habitude de regarder la télévision ! La télévision détruit immédiatement votre Conscience. Comprenez : Pas seulement vos yeux ; la télévision détruit directement votre Conscience également.

Laissez-moi vous dire quelque chose d'important, comprenez cet exemple : vous voyagez dans un véhicule. Si vous vous déplacez à 60 Km, vous pouvez voir tous les trésors de la route, les panneaux de signalisation, etc. Tout ce qu'il y a à voir sur la route, vous serez capable de tout voir. Si vous vous déplacez à 150 Km, pourrez vous voir quoique ce soit ?

Vous ne pouvez pas ; vous ne pourrez pas voir les choses clairement. La raison pour cela est que vous voyez

maintenant un grand nombre d'images par secondes. C'est pour cela que vous ne pouvez pas voir ; vous ne pouvez pas discerner les images. Normalement, les yeux peuvent recevoir, analyser, traiter et classer l'information à condition qu'il ne leurs soient données pas plus de six images par seconde. Donc si un maximum de six images changent devant vos yeux, vos yeux peuvent recevoir ce message, l'analyser, le catégoriser, et le mettre dans votre esprit conscient, le mettre dans votre mémoire. Mais si c'est plus de six images par seconde, votre logique perdra son équilibre. A la télévision, vous êtes témoin d'au moins seize images par seconde. L'information est immédiatement forcée dans votre Etre.

Soyez bien clair. C'est comme cela : vous avez un gardien, un responsable de la sécurité devant votre maison. Un voleur apparaît, se débarrasse du gardien et le tue, et peut donc directement se diriger vers votre chambre à coucher. C'est la même chose qui se produit lorsque vous regardez la télévision et les films.

La logique est votre gardien ; c'est lui qui monte la garde. La logique est debout ; n'importe quelle information qui vient à vous, elle l'analyse et dit : cela est vrai, cela est un mensonge, c'est un jouet, c'est un vrai homme, cela est faux, cela est une poupée, etc. ! L'information est analysée et enregistrée. Lorsque vous regardez un film, lorsque seize images par seconde se suivent, lorsque l'information est forcée à l'intérieur de vous, votre logique perd son habilité à

analyser et l'information atteint immédiatement votre zone inconsciente. Votre inconscient est directement exploité. L'information vous pénètre. C'est comme un cambrioleur qui rentre directement dans votre chambre, après avoir tué le gardien !

Encore un élément : parce que l'information vous atteint directement, vous perdez la capacité d'analyse logique et l'équilibre émotionnel. C'est pour cela que même lorsque vous êtes sûrs que l'acteur est toujours en vie et que vous êtes également certains que l'actrice est elle aussi vivante, vous vous mettez à pleurer lorsque l'acteur se fait tuer dans le film ; vous vous mettez à pleurer automatiquement ; les larmes apparaissent de nulle part. Vous savez pertinemment que ça ne se passe pas réellement, que ce n'est pas vrai. Mais lorsqu'ils rient, vous riez, lorsqu'ils pleurent, vous pleurez.

Selon les scènes, vos humeurs aussi changent. Si vous regardez une scène déprimante, vous êtes déprimé, pourquoi ? Vous êtes une personne éduquée, vous savez que c'est un film dramatique, vous savez que la personne est toujours en vie, vous avez même peut-être vu l'acteur en personne quelques jours auparavant, mais lorsque vous regardez le film, vous ressentez de la douleur. Pourquoi ? Parce que la logique qui analyse la vérité et les mensonges est mise en veille et mise à l'écart et l'information est directement noyée dans votre système. Elle est amenée

directement dans votre inconscient. Votre inconscient est influencé directement donc soyez bien clair, ne regardez aucun programme qui créé de la dépression ou de la misère en vous.

Bien sûr, si vous regardez un programme qui vous procure de la joie, qui vous fait rire, qui ne blesse pas directement votre Conscience, vous perdrez sûrement un peu de temps ou mangerez un peu plus pendant que vous regardez le film, c'est tout ! Seule la menace de l'obésité est présente. A part cela, il n'y a aucun autre problème !

Les enquêtes démontrent que 80% des gens mangent pendant qu'ils regardent la télévision et par conséquent rencontrent des problèmes d'obésité. Donc dans ce cas, vous n'aurez qu'un petit problème, qui sera votre poids, rien d'autre. Mais regarder quelque chose qui créé de la dépression ou affecte votre humeur n'est pas recommandé.

Laissez moi répondre à une autre question essentielle : « Maître, existe-t-il des Etres tels que les esprits ou le diable? » Ceci est une question que je rencontre souvent. Laissez moi vous dire très clairement : Le diable et les démons n'existent pas, et il n'existe pas d'esprits. Soyez clairs, vous pouvez avoir milles références. Je sais que vos esprits amassent des références dans les films que vous regardez, dans les livres que vous avez lus ... Soyez clair, une fois que votre esprit se met à croire qu'il y a des esprits, vous projetez

cette idée et finissez par le voir réellement. Le Voyez vous ? Quoique ce soit que votre inconscient croit, vous le projetez et le voyez !

Maintenant, particulièrement après que de nombreuses recherches aient été faites sur l'hypnose, de nombreuses vérités sont découvertes. Si une personne est hypnotisée et que l'on met une flamme dans sa main et que l'hypnotiseur lui dit : « Vous tenez une fleur dans votre main, vous tenez une rose », non seulement la main est brûlée mais une fois que la flamme est retirée, la main a l'odeur d'une rose ! L'hypnose a une telle puissance ! Cela signifie que votre inconscient a une grande puissance. Vous êtes inconsciemment hypnotisés et l'on vous enseigne que les fantômes existent ; et vous finissez par projetez et voir des fantômes. Lorsque vous vivez une expérience, elle devient une croyance solide.

Il y a une chose encore plus troublante qu'ils ont découvert maintenant. Au moins aux Etats-Unis, dans la dernière décennie, plusieurs cas de traumatisme sont apparus chez les enfants. Ces enfants commençaient à dire qu'ils avaient été abusés sexuellement par leurs parents. Ces découvertes sont généralement faites lorsque, après avoir atteint l'âge adulte, ces personnes abusées vont voir des psychiatres, et de tels événements traumatiques sont découverts dans les états d'hypnose. Certains cas ont été signalés et des enquêtes ont été menées par la police et les autorités.

Il a été découvert dans un grand nombre de cas que certains abus n'ont jamais eu lieu. Certains patients ont développé ces idées sous hypnose, influencés par les suggestions des psychiatres. Des traitements qui étaient sensés guérir les gens de leurs traumatismes ont au contraire provoqué des traumatismes.

Regardez simplement des films d'horreur sans arrêt durant trois jours ; vous verrez des fantômes ! Même un rideau qui bouge ressemblera à un fantôme. Même si votre femme rentre dans la pièce, elle vous paraîtra être un fantôme. Bien sûr, pour *cela*, vous n'avez pas besoin de regarder un film d'horreur, vous ressentez de toute façon que vous êtes perturbé, parce que vous êtes toujours dans cette conscience ! De toutes les manières vous connecterez cela à tout ce qui se passe autour de vous.

Par exemple, disons que pendant que vous regardez un film d'horreur, vous avez envie de boire de l'eau. Vous allez à la cuisine ; brusquement, un chat vous bondit dessus. Maintenant, toute la scène est complète ! Maintenant, vous êtes sûr et certain que les fantômes existent. Soyez bien clair, c'est purement votre inconscient qui réagit ici. Parce que vous commencez à croire cela, vous commencez à le projeter ; une fois que vous le projetez, votre croyance est fortifiée. C'est un cercle vicieux dans lequel vous êtes emprisonné.

Une autre chose, les fantômes n'ont pas de corps physique. Vous voyez, vous avez trois corps : physique, subtil et causal. Même s'ils existent, ils n'ont pas de corps physique. Bien sur, tout d'abord ils n'existent pas. Mais au nom des arguments, si je rassemble tous vos arguments, et si je dois débattre, si j'accepte qu'ils existent, ils n'existent que dans des corps subtils et causaux. Ils n'ont pas de corps physique.

Aucun fantôme ne vient à vous sous une forme physique, à part votre épouse ! Cela veut donc dire qu'ils n'utilisent que 66% seulement de votre capacité ; vous avez trois corps qui donnent un total de 100% ; ils n'ont qu'un maximum de deux corps, seulement 66%. Cela signifie qu'ils sont moins puissants que vous. Donc même s'ils existent, il n'y a aucune raison d'avoir peur d'eux.

Comprenez cela logiquement : Même s'ils existent, vous ne devez pas en avoir peur. Ils sont des *jeevas* d'un niveau inférieur, ils sont des entités d'un niveau inférieur. Tout d'abord, ils n'existent pas ; mais pour l'amour des arguments, si je dois débattre, ce sont toujours des entités d'un niveau inférieur ; il n'y a aucune raison d'en avoir peur. Donc soyez bien clair, toutes ces conversations avec les fantômes, avec les voyants, vos conversations avec vos parents défunt, toutes ces choses ne sont que des histoires. Une histoire est inventée par rapport à une autre histoire ; une prochaine histoire est inventée sur la base de la deuxième histoire... Purement fictionnel, rien que de la fiction !

Une petite histoire :

Une femme va voir un voyant pour lui parler de la mort récente de son mari. Au début, le voyant attend, commence à marmonner, puis se met à parler : « Oh chérie, je suis là, demandes moi ce que tu veux ! »

La femme demande : « S'il te plaît, dis moi qui nous doit de l'argent et où tu as investit notre argent ? »

Il répond : « Le laitier nous doit 35,000 roupies. »

La femme demande : « Quoi d'autre mon chéri ? »

Le voyant marmonne : « J'ai déposé deux cents mille roupies à la banque pour toi, prends les s'il te plaît. » Le voyant continue : « Notre voisin nous doit cent mille roupies. Vas les chercher s'il te plaît. »

Tous ces comptes continuent, et la femme écoute joyeusement. Brusquement le mari dit : « Ma chérie, je dois te dire une dernière chose. Je dois un million de rupees à mon ami, rends les lui s'il te plaît. »

Brusquement la femme dit au voyant : « Cela ne ressemble pas à la voix de mon mari. Je ne pense pas que ce soit lui ! »

Soyez clairs : du moment qu'elles vous apportent leur soutien, toutes ces idées sont acceptables. Donc, ne croyez pas aux

voyants et toutes ces choses. Ne perdez pas votre temps à parler à des gens qui sont morts. Nous avons à peine le temps de parler aux gens qui sont en vie, pourquoi perdre notre temps à parler aux gens qui sont morts. Parlons d'abord à ceux qui nous sont directement liés dans nos affaires, dans nos vies ; parlons leurs en premier ; travaillons d'abord avec eux ! Pourquoi perdre notre temps avec d'autres choses ?

Ne laissez jamais ces choses horribles entrer dans votre conscience. Si vous n'acceptez aucune de ces choses dans votre conscience, automatiquement, votre intelligence sera établie dans le Divin. Les pensées que vous amenées à l'intérieur vont jouer un rôle majeur. C'est de ce concept dont Krishna parle : « Etablissez votre intelligence en Moi. » Comprenez s'il vous plaît que tout ce que vous acceptez à l'intérieur de vous, votre *ahara*, sera la base de ce sur quoi votre esprit s'établira. Gardez votre *ahara* purifié, laissé le *aharashuddhi* (*shuddha* - purification) se produire en vous ; automatiquement, votre conscience s'établira dans le Divin.

Encore et encore et encore, essayer d'absorber ces idées ! Laissez ces idées vous pénétrer, au lieu des idées qui vous baisse le moral, qui vous plonge dans la dépression. Par exemple, les onze derniers jours, vous avez écouté ces idées. Maintenant, lorsqu'un problème survient, vous vous souviendrez automatiquement que le Maître a dit cela ; vous direz : « J'ai entendu cette idée ; je pense que c'est ce que je dois comprendre maintenant. » Automatiquement cela s'élèvera de votre Etre.

Si cela commence à se produire, alors vous avez entendu ce que j'ai dit ; sinon vous êtes un 'auditeur silencieux'. Un 'auditeur silencieux' est une personne qui est assise et pense catégoriquement à quelque chose d'autre ! Si vous êtes un auditeur silencieux ou quelqu'un qui a vraiment entendu le discours ne peut être déterminé que par l'impact que ces mots ont sur vous.

Je dis toujours aux gens que lorsque la source des mots est la Conscience illuminée, ils vous pénètrent simplement et viennent automatiquement à votre esprit, à chaque fois que vous en avez besoin. Les gens me demandent : « Maître, comment puis-je me rappeler toutes ces idées et les mettre en pratique ? » Je leur dis, ne vous occupez pas de vous en rappeler ; écoutez, c'est suffisant ! Ces mots viennent de mon expérience. Donc naturellement, ils pénètreront votre être.

Chaque fois qu'ils sont nécessaires, vous n'avez pas à vous rappeler ces mots, les mots se souviendront de vous. Vous n'avez pas à vous souvenir d'eux ; les mots se souviendront simplement de vous. Automatiquement, ils viendront quand vous en avez besoin ; ils viendront automatiquement dans votre conscience ; comme un 'pop up' ! Comme un 'pop up' sur votre écran d'ordinateur, il viendront automatiquement dans votre conscience et vous guideront.

Vous n'avez rien à faire ; tout ce que vous avez à faire est d'écouter, comme un moyen de les mettre dans votre Etre.

Essayez d'écouter ces mots en boucle. Naturellement, votre conscience s'établira dans le divin.

Krishna dit : « Immergez complètement ton esprit en Moi. Concentres toute ton attention sur Moi. Sans aucun doute, tu atteindras l'état de félicité. »



अथ चित्तं समाधातुं न शक्नोषि मयि स्थिरम्।
अभ्यासयोगेन ततो मामिच्छाप्तुं धनञ्जय ॥१२.९॥

अभ्यासेऽप्यसमर्थोऽसि मत्कर्मपरमो भव।
मदर्थमपि कर्माणि कुर्वन् सिद्धिमवाप्स्यसि ॥१२.१०॥

*atha chittam samaadhaatum na saknoshi mayi sthiram
abhyasa-yogena tato maam icchaaptum dhananjaya (12.9)*

*abhyaaasepyasamarthosi matkarmaaparamo bhava
madarthatm api karmaani kurvan siddhim avaapsyasi (12.10)*

« Si tu n'es pas capable de te concentrer sur Moi, alors Arjuna, avec la pratique constante du Yoga, essaies de M'atteindre. Si tu n'es même pas capable de pratiquer ce yoga, alors en accomplissant tes devoirs et en Me dédiant toutes tes activités, tu atteindras la perfection. »



Ici, Krishna parle du Yoga *abhyasa*. Qu'est-ce que le yoga *abhyasa* ?

Le yoga *abhyasa* est la pratique de la méthode du yoga ; la pratique d'avoir constamment l'esprit dans un état d'union avec la divinité. C'est l'état d'immersion complète dans la conscience de Krishna.

Pourquoi Krishna parle t-il du yoga *abhyasa* ? Parce que durant le yoga *vishwarupa darshan*, Krishna donne à Arjuna un aperçu de l'expérience de la Conscience Universelle. Mais Arjuna est incapable d'y rester constamment. A cause de la peur et des vieux *samskaras*, les mémoires ancrées des désirs passés, Arjuna sort de l'expérience ; il s'échappe de cet état de conscience. Par conséquent, Krishna parle maintenant du yoga *abhyasa*, qui lui permettra de s'établir dans la même conscience. C'est pour cela qu'il parle de pratique.

« Oh Arjuna, si tu ne peux pas fixer ton esprit sur Moi, alors suis les principes normaux de *bhakti* (dévotion). De cette manière, à travers cet *abhyasa*, tu te trouveras établit en Moi. »

Ici, il donne un chemin solide et une solution solide pour prendre soin de toute notre vie, pour nous établir dans cette conscience. Continuellement, encore et encore, dans notre vie de tous les jours, recevons ces idées, digérons ces idées dans notre conscience, et laissons notre espace intérieur se remplir de ces idées ! Ne perdons pas une seule minute ;

que tout notre Etre soit rempli de ces grandes vérités ! C'est le moyen pour nous établir dans cette conscience.

Krishna donne plusieurs conseils pour s'établir dans cette conscience et pour rayonner cette *bhakti*, cette dévotion. Krishna commence à donner des instructions ; continuellement pendant les quatre autres *slokas*. Il donne diverses options, pas à pas. Il dit : si vous ne pouvez pas faire ceci, faites cela, faites autre chose. Krishna donne des options différentes, il donne des instructions différentes et la première chose qu'il dit est :

« Oh Dhananjaya, fixes ton esprit sur Moi ; avec une pratique constante, essaies de m'atteindre ; si tu ne peux pas accomplir cette pratique, alors fais des choses pour Moi. »

Une femme vint à Ramakrishna Paramahansa et lui expliqua que quoi qu'elle fasse, elle ne parvenait pas à méditer sur la forme de la Déesse Kali, comme Ramakrishna lui avait conseillé de faire. Elle avait essayé sans cesse, mais elle était toujours distraite. Elle vint à Ramakrishna très énervée parce qu'elle ne parvenait pas à faire des progrès spirituels.

Ramakrishna lui demanda si son attention était distraite par quelqu'un ou quelque chose d'autre. La femme avoua qu'elle pensait sans arrêt à son jeune neveu, un enfant, auquel elle était vraiment attachée. Immédiatement, Ramakrishna lui conseilla : « Concentres toi sur cet enfant que tu aimes. Méditez sur lui ! »

La femme revint après quelques semaines, très satisfaite. En ayant commencé à méditer sur cet enfant qu'elle aimait, elle se rendit compte qu'elle pouvait méditer et une fois qu'elle pouvait méditer, elle découvrit qu'elle pouvait transmettre sa concentration sur la Déesse Kali.

Notre esprit peut être formé. Ce qui est important est la concentration. Une fois que nous apprenons à nous concentrer entièrement sur quelque chose, sur cette chose uniquement, nous pouvons former l'esprit à devenir un rayon laser. Ce rayon laser peut être transféré sur n'importe quel objet avec la même facilité et le même succès.

Vivekananda dit : « Une fois que tu auras appris tout ce qu'il y a à savoir sur un morceau d'argile en lui accordant ton attention complète, tu sauras alors tout sur toutes les argiles du monde entier. »

La discipline et la pratique constante sont essentielles dans la perfection de tout effort. Nous sommes prêts à accepter cela pour tous nos objectifs matériaux, à subir toutes les souffrances et les inconforts pour atteindre des objectifs, et nous nous établissons dans la bonne santé et la richesse. Pourtant, nous croyons souvent que le progrès spirituel se produira de lui-même. Vous avez maintenant la parole de Dieu qui vous dit que ça ne ce passe pas comme cela.

Krishna fait ici référence au contrôle de l'esprit à travers la pratique constante de la méditation, *dhyana*, qui fait partie

du chemin du yoga. *Dhyana*, la méditation, n'est pas simplement s'asseoir avec les yeux fermés pendant une demi heure chaque jours ou tous les deux jours ou lorsque l'on a du temps. *Dhyana* est la concentration incessante et obsessive sur le Divin. *Dhyana* est un mode de vie.

Krishna propose cela comme une alternative, si l'esprit ne peut pas porter sa concentration sur lui avec le cœur, avec un amour pur et la dévotion, il dit : « Si votre esprit ne peut pas être fixé sur Moi, essayez ceci, pratiquez sans cesse la méditation pour vous unir avec Moi. »

Quand aucun des deux ne semblent possible, Krishna propose une autre façon : « Fais ce que tu as à faire. Accomplis tes devoirs comme tu le dois et comme tu le peux. Mais ensuite, abandonnes tout ce que tu fais à mes pieds. Quelque soit ce que tu fais, fais le pour Moi. »

En réalisant toutes nos actions avec une croyance totale en lui, et avec un sentiment profond d'abandon à son égard, nous l'atteignons.

Krishna suggère deux idées ici.

Tout d'abord que tout ce qui est fait devrait être fait avec une attitude de reddition totale envers lui. Le résultat, de toutes nos actions lui revient. Notre responsabilité est de faire et de faire bien. Nous avons simplement le droit d'être à l'origine de nos actions, mais pas de les posséder. Le

Seigneur est le possesseur des fruits des actions que nous accomplissons pour lui.

Lorsque nous apprenons à faire cela, nous absorbons automatiquement le concept du non attachement au résultat final. Ce qui arrive est dans ses mains, pas dans les nôtres. Nous nous concentrerons ensuite sur le chemin, pas l'objectif ; nous concentrerons notre esprit sur le processus, et non le produit. Lorsque nous faisons cela, nos performances s'améliorent, parce que nous ne sommes plus stressés par ce qui pourrait être le résultat final. Nous ne sommes plus inquiets ; le résultat est dans des mains sûres. Tout ce qui arrive est bien, pour le bien de tous. Quelque soit le chemin que nous empruntons, si nous le suivons consciemment, quelque soit la destination que nous atteignons, cela est la bonne destination.

Dans l'épique Tamoul *Periapuranam*, les vies des 63 grands saints sont décrites en détails. Ils sont tous des Etre illuminés. Si l'on étudie leurs vies, on découvre que beaucoup d'entre eux n'ont strictement rien fait. Ils accomplissaient leurs tâches journalières comme beaucoup d'entre vous, mais ils adoraient le Divin avec toute leur conscience.

S'ils cueillaient des fleurs pour la divinité, ils le faisaient avec une concentration et une dévotion exemplaire. Rien d'autre n'avait d'importance. Lorsqu'ils priaient ou chantaient, leur

esprit, leur cœur et leur Etre étaient entièrement immergés dans le plaisir dont ils faisaient l’expérience. Ils ressentaient vivement la forme dans le sans forme. Les idoles en pierre et en métal leur parlaient, telle était la sensibilité de leur conscience.

Mais qu’arrive t-il lorsque nous offrons nos prières ? Notre adoration devient une corvée, un travail forcé. Dans le cas de ces Maîtres, leur travail devenait un acte d’adoration. Si vous regardez les gens qui passent du temps dans les rituels, vous verrez qu’ils se précipitent pour les finir et pouvoir passer à autre chose. Passer à quoi ? Où peuvent-ils aller qui soit à l’écart du Divin ?

Les pires coupables peuvent être aperçus dans les lieux de culte. Pour eux, le culte est devenu une opération commerciale. Dieu est à vendre et ils sont les marchands. Ce qui détermine l’attention que quelqu’un reçoit est la quantité d’argent que cette personne dépose dans la boîte de donations. Le royaume du paradis vient en économie, en commerce et des taxes de premières classes. Si vous faites bien attention, vous pouvez également trouver des coupons de réduction au paradis.

Sur l’île de Bali où les gens ont adoptés les croyances de la religion hindoue, ils suivent également le système des castes. Cependant, dans leur système, le prêtre n’est pas prêtre de naissance mais de qualification. Il n’est pas nécessaire qu’un prêtre soit né *brahmîne* (la caste des prêtres) pour être

qualifié. Sur cette île, le culte est un mode de vie. Tous les jours les hommes et les femmes offrent des fleurs et de la nourriture aux déités qui sont logées dans de petites châsses, mais également, ils les offrent à la mer et aux temples communaux. La religion et la spiritualité font partie intégrante de leurs vies.

Quand le culte devient un mode de vie, lorsque la spiritualité devient une activité de tous les jours, il y a une attitude d'abandon au Divin. On sent instinctivement que tout ce qui arrivera sera pour le bien de tous ; et que quoi qu'il arrive pour le bien commun est bon pour l'individu. Cela n'a pas d'importance si notre voisin a tout ce que nous avons. En fait, nous sommes heureux que notre voisin ait tout ce que nous avons.

Nous n'avons plus d'attentes. Les attentes sont ce que nous espérons recevoir. Lorsque la reddition se produit, on ne cherche plus à atteindre un certain but. Quelque soit l'endroit où le chemin nous conduit est la bonne destination. Si vous oubliez votre objectif, et vous concentrez seulement sur le chemin, les attentes sur ce qui pourrait arriver vont disparaître. Tout ce qui arrive devient formidable !

Le non attachement et l'absence d'attentes est la marque du *karma yogi*, celui qui dédie toutes ses actions au Divin.

Krishna ajoute une autre chose. Il veut que nous accomplissions Ses services. Il veut que nous travaillions pour

Sa mission. Il dit : « Engagez-vous dans des activités qui Me sont dédiées et vous M'atteindrez. »

Je dis aux personnes qui viennent me voir : « Ne vous occupez pas de savoir si je suis là physiquement ou pas ! Ne soyez pas triste si je vous quitte pour aller autre part. Si vous me poursuivez, vous ne ferez jamais Un avec moi. Travaillez sur ma mission. Du mieux que vous pouvez, faites des activités qui profitent à l'humanité. Travaillez pour moi. Ensuite, au lieu de me poursuivre, c'est moi qui vous poursuivrai. Je serais toujours avec vous. »

Travailler pour la mission du Divin est un moyen sûr d'atteindre la Divinité.



अथैतदप्यशक्तोऽसि कर्तुं मद्योगमाश्रितः ।
सर्वकर्मफलत्यागं ततः कुरु यतात्मवान् ॥१२.११॥

*athaitad apy asakto'si kartum madyogamaas
sarva-karma-phala-tyaagam tatah kuru yataatmavaan (12.11)*

« Si vous ne parvenez pas à travailler même de cette manière, en vous abandonnant à moi, offrez-moi le résultat de vos actions sans ego. »



Krishna propose différentes options à Arjuna, les unes après les autres. Sa compassion pour l'évolution spirituelle d'Arjuna n'a aucunes limites. Si tu ne peux pas faire ceci, alors fais cela ; et si tu ne peux pas faire cela non plus, alors au moins fait ça, continue Krishna. Dans les quatre derniers *sloka*, il donne sans arrêt des options à Arjuna.

Krishna se mit à dire : « Concentrez-vous sur Moi seul. Vivez en Moi. » Ensuite il sentit qu'il devait donner une option à Arjuna au cas où Arjuna ne pourrait pas accomplir cette mission. « Si tu ne parvient pas à te concentrer uniquement sur Moi, entraînes toi encore et encore », lui conseilla t'il.

Il s'adoucit encore : « Si tu ne peux pas faire cet entraînement répétitif non plus, si même cela est trop pour toi, alors considères Ma mission comme ton travail ; tout ce que tu fais, fais le pour Moi. »

Krishna dit maintenant : « Si tu es incapable de faire même ceci, de travailler pour Moi, alors essaies cela : abandonnes ton ego et diriges les résultats de toutes tes actions vers Moi. »

Krishna adouci son point de vue. Il pense qu'il y aurait peut-être des conditions qui pourraient empêcher Arjuna de dévouer tout son temps seulement pour accomplir les activités de Krishna.

Vous voyez, le conseil de Krishna est si pertinent, même encore aujourd’hui ! Aucun d’entre nous ne peut espérer que l’on va s’occuper de nous si l’on reste assis sans rien faire. Nous devons être actif. Dans la réalité de la vie de tous les jours, ce n’est pas tout le monde qui peut travailler pour la mission de Dieu seul sans arrêt. Une personne pourra passer du temps à accomplir des activités désintéressées, des activités qui seront bénéfique pour l’humanité, et des activités spirituelles. Cependant, à côté de cela, on aura besoin aussi de travailler pour nos proches.

Rien n'est perdu assure le Seigneur ! Krishna nous fournit un pont entre les occupations matérielles et les activités spirituelles.

Krishna introduit ici le concept qui est au cœur de la Gita.

« Fais ce que tu as à faire », dit le Seigneur, « Fais le avec une attitude d’abandon et de lâcher prise ; de sacrifice, tous les résultats de tes actions Me reviennent, fais le avec un contrôle total de toi-même et de ton ego. »

Nous nous sentons toujours responsables du résultat de nos actions. Que nous réussissions ou que nous échouons dans ce que nous faisons, nous nous sentons responsables, que nous soyons fier ou content, coupables et tristes. C'est notre ego qui nous fait nous sentir responsable. Nous nous identifions avec ce que nous faisons, et le résultat de ce que nous faisons. La réussite et la défaite dans ce que nous faisons fait

une grande différence pour nous ; ils représentent une différence dans la manière dont les gens nous voient ; ils font une différence dans nos relations et dans notre statut matériel ; ou en tout cas, nous le ressentons comme tel.

Krishna dit ici : « Si tu ne peux rien faire de ce que je t'ai dit de faire, fais au moins cela : abandonnes, abandonnes ton ego, abandonnes le fruit de tes actions ; abandonnes les à Moi. »

La liberté qui résulte du conseil de Krishna est une réelle libération. Une fois que nous prenons conscience que nous ne sommes plus les maîtres de notre destiné, ceux qui décident du résultat de nos actions, nous sentons un poids se retirer de nos épaules. C'est Lui qui est maintenant responsable du résultat de nos actions ; nous sommes toujours les 'acteurs', mais nous ne sommes plus les 'propriétaires' de nos actions.

On peut se demander : Comment puis-je survivre dans ce monde où le chien mange le chien ? Comment puis-je réussir dans ce monde de brute ?

Rappelez-vous : Même si vous réussissez dans ce monde de brutes, vous restez toujours une brute ! C'est une illusion de notre esprit de penser que nous et nos actions décidons du résultat de nos actions. Elles les influencent jusqu'à un certain point. Dans chacune de nos activités, nous sommes tellement interdépendants les uns les autres! Nous avons peu

ou même aucun contrôle sur l'issue de l'affaire; croire que l'on décide du résultat de nos actions est une pure fantaisie de notre part!

Nous ne pouvons même pas être sur que nous serons encore vivant dans cinq minutes ! Notre propre survie n'est même pas entre nos mains ! Alors, quelle arrogance d'imaginer que les activités du monde sont soumises à notre contrôle ! Cependant, une fois que nous nous réalisons et une fois que nous croyons qu'une force au dessus de nous décide du résultat de nos actions, nous commençons à croire en la sagesse de cette force supérieure. Des choses étranges commencent à nous arriver.

Tout ce que nous avons à faire est de laisser l'univers, *Parasakti*, Krishna, le Divin, décider de ce qui est mieux pour nous et pour le reste de l'humanité, et d'abandonner les fruits de nos actions au pied de cette puissance sacrée. Tout ce qui nous arrive est pour notre bien, pour notre propre bien, et le bien de tous les autres dans cet univers.

Cela peut paraître étrange, même bizarre, pour notre esprit intellectuel, qui a été éduqué toute sa vie à croire que nous et nous seuls sommes responsables de nos actions et du résultat de nos actions.

Nous sommes dans l'univers, la puissance cosmique qui nous entoure, sans laquelle nous ne pouvons vivre notre prochain souffle. Tant que nous ne nous abandonnons pas à cette force

primordiale, la *shakti*, rien ne peut être accompli. « Fais ce que tu penses être le mieux pour Moi.’ –dites cela au Seigneur avec une conscience profonde, et voyez ce qui arrive. A la fin, vous bénéficierez non seulement du matériel, mais vous ressentirez également un soulagement immense.

« Abandonnes toi à Moi », dit Krishna, « Abandonnes toi, et je te libérerai. »



श्रेयो हि ज्ञानमभ्यासाज्ज्ञानादध्यानं विशिष्यते ।
ध्यानात्कर्मफलत्यागस्त्यागाच्छान्तिरनन्तरम् ॥१२.१२॥

*sreyo hi jnaanam abhyaasaajjnaanaad dhyaanam visishyate
dhyaanaat karma-phala-tyaagas tyaagaahaantir anantaram (12.12)*

« La connaissance est mieux que la pratique simple. La méditation est supérieure à la connaissance. Le renoncement du fruit de nos actions est mieux que la méditation. Une fois que nous renonçons aux fruits de nos actions, nous atteignons immédiatement la paix. »



Krishna donne tellement d'instructions ; pas à pas, il propose des options. En réalité, il ne s'adresse pas seulement à Arjuna, il s'adresse à toutes les sortes d'esprits.

Laissez-moi vous raconter une petite histoire de la vie de Bhagavan Ramana Maharishi :

Quelqu'un va voir Bhagavan et lui demande : « Bhagavan, quelle technique spirituelle devrais-je pratiquer ? »

Bhagavan dit : 'Fais *atma-vichara*, la recherche du Soi. Commences à te poser la question ; Qui suis-je ? »

Après quelques jours il revint et dit : « Il est très difficile de faire une recherche sur Soi-même, puis-je simplement méditer ? » Bhagavan dit : « D'accord, méditez ! »

Après une semaine, il revient et dit : « La méditation est vraiment difficile. Est-ce que je peux faire du *japa*, la répétition des *mantras* (chants) et de *stotra* (vers) ? » Bhagavan dit : « Entendu, fais cela ! »

Après quelques jours il revient en disant : « Le *japa* aussi est très difficile. Puis-je faire de la *puja*, le rituel de l'adoration ? » Bhagavan dit : 'D'accord, fais la *puja*. »

Après quelques jours il revint : « La *puja* est aussi très difficile ; puis-je simplement aller au temple ? » Bhagavan dit : « Bien ! Fais ce que tu veux ! »

Les Maîtres ne ferment la porte à personne. Comprenez qu'ils donnent des options pour tout le monde. Ici, dans ces quatre *sloka*, Krishna propose des options pour tout le monde.

Vous devez avoir une spontanéité fantastique pour comprendre cela. Vous pourrez pratiquer ces quatre instructions seulement si vous avez cette spontanéité. Par exemple, si vous ne voulez pas méditer et que vous êtes de mauvaise humeur, alors n'essayez pas de rester assis dans une pièce avec la porte fermée en vous forçant à méditer !

Sortez simplement, allez au temple ; passez du temps à marcher, à vous déplacer ; cela vous relaxera, ensuite vous pourrez entrer en méditation. Et si vous ne pouvez pas faire ça non plus, faites autre chose. Faites quelque chose qui vous aide à vous relaxer ; ensuite vous pourrez entrer en méditation.

Ici, Krishna essaie de vous donner des instructions les unes après les autres, jusqu'au pas ultime, la dernière marche, **Etre**, simplement Etre dans la Conscience, dans la Félicité. Mais ne laissez pas tout tomber parce que vous ne pouvez faire cela; faites quelque chose pour commencer !

J'ai vu des gens qui parleront de la méditation, d'*atma-sadhana* et de toutes sortes de choses compliquées. Mais lorsqu'il s'agit de pratiquer cette méditation, juste penser à méditer leur fait stopper tous leurs *puja*, tous leurs rituels, tout. Et à la fin, ils ne méditent même pas !

Et lorsque vous leurs demandez pourquoi ils ne peuvent pas méditer : « Parce que je n'ai pas assez de temps Maître ; mon esprit ne se concentre pas ; je ne peux pas m'asseoir silencieusement » ! Répondent ils. D'abord ils arrêtent tout pour la méditation, puis ils abandonnent aussi la méditation pour telle et telle raison. Ensuite ils n'ont ni ceci, ni cela. Krishna ne veut pas que cela nous arrive. Vous avez besoin de spontanéité pour décider de ce que vous devez faire à ce moment là.

A chaque fois que je prononce le mot ‘spontanéité’, je me souviens de cette histoire vraie.

Ce n'est pas qu'une simple histoire, c'est vraiment arrivé dans ma ville natale. C'était un petit village à l'époque, maintenant, c'est devenu une commune importante dans l'état du Tamil Nadou, une ville. Ils avaient l'habitude de réciter la Mahabharata tous les ans. En Inde, dans tous les villages traditionnels, on récite la Mahabharata une fois par an. On croit que les pluies seront abondantes si on récite la Mahabharata. Donc, ils ont l'habitude de réciter la Mahabharata. Dans le Nord de l'Inde, ils récitent le *Bhagavatam* (L'histoire de la vie de Krishna). Dans le Sud, ils récitent soit la Mahabharata soit la Ramayana.

Dans mon village, ils avaient l'habitude de réciter la Mahabharata une fois par an, pendant soixante jours. La journée, ils récitaient l'histoire, et le soir, une petite pièce de théâtre de village était mise en scène. Quatre personnes du

village présentaient la pièce. Leurs erreurs étaient encore plus divertissantes que la représentation elle-même.

Donc, les gens se réunissaient pour regarder la pièce, pas vraiment pour l'histoire, mais plus pour les erreurs qui se produisaient ! Le matériel était limité et ce qui servait de *veena* (instrument de musique) pour Saraswati, la déesse de la connaissance, était réutilisé en tant que *gadha* (massue) pour Arjuna, ou Hanuman, le Dieu singe. Hanuman utilisait le même pour le *gadhayudham* (la massue), et puis Saraswati revenait avec le même instrument en l'utilisant comme *veena*. C'était très marrant et quatre ou cinq personnes jouaient tous les rôles.

Le casting aussi était hilarant, Krishna était joué par un homme de quatre-vingt-cinq ans, une cane à la main et pratiquement incapable de marcher ! On l'aidait à monter sur la scène et il disait : « Oh Arjuna, lèves-toi ! » Avec le temps qu'il prenait pour dire : « Arjuna lèves-toi ! », lui-même tombait à la renverse ! C'était vraiment divertissant de regarder toutes ces pièces truffées d'erreurs !

J'allais regarder ce théâtre tous les soirs. Seuls les hommes avaient le droit de jouer; cela fait aussi partie de la tradition. Les gens qui y participaient devaient porter un fil sacré autour du poignet, c'était un rituel. Ils devaient réciter tous les poèmes en entier, et seuls les hommes avaient le droit d'être acteurs.

Un jour en particulier, la scène était la *vastrabharana*; Draupadi *vastrabharana*, le déshabillement de Draupadi, une scène de la Mahabharata. Donc la personne qui jouait ce rôle devait porter du maquillage et portait sept *saris*. Dans cette scène, Dushassana, le Prince Kaurava, qui déshonore Draupadi –La Princesse Pandava- en essayant de la déshabiller en public, était sensé tirer six *saris*, et au moment où il tirerait les six *saris*, il devait paraître fatigué, et prétendre qu'il tombait. A ce moment précis, Krishna devait apparaître, car au moment où Dushassana tomberait, Draupadi crierait : « Krishna ! Krishna ! Sauves moi ! »

A cours de cette scène, Dushassana oublia complètement le compte. Il était supposé dérouler six *saris* et au bout du sixième *sari*, il était sensé tomber. Une fois qu'il tombait, Draupadi était sensée appeler Krishna et Krishna devait apparaître sur scène. L'acteur qui jouait Dushassana oublia malheureusement de compter et tira le septième *sari* aussi ! Draupadi essaya de lui dire du regard : « Ho ! Septième *sari* ! Septième *sari* ! » Dushassana ne releva pas ; il pensait que Draupadi jouait bien son rôle et il continua de tirer les *saris*.

Puis tout d'un coup, Draupadi commença à frapper Dushassana en disant : « Laisses mon *sari*, laisse mon *sari* ! C'est mon *sari*, mon *sari* ! » Tout de suite, Draupadi attaqua Dushassana. Et tout le monde était surpris. Le matin, l'histoire racontait une chose, et le soir, la pièce racontait

quelque chose de complètement différent! Nous étions surpris. En fait, au bout du sixième *sari*, Dushassana devait tomber et Draupadi devait crier ‘Krishna, Krishna !’ et Krishna devait sauter sur scène.

Mais Krishna, ce jour là, attendait derrière la scène en fumant un *beedi* (une cigarette locale). Il fumait un *beedi* en attendant l’appel de Draupadi ! Et Draupadi disait : « Ho ! Dushassana ! Lâches mon *sari* ! » Alors l’acteur qui jouait Krishna pensait que la scène continuait ; que le sixième *sari* n’avait pas encore été retiré... !

Dushassana ne compris rien même après que Draupadi lui ait donné un coup de pied. Au contraire, cela l’énerva tellement qu’il retira le *sari* complètement. Soudainement sur la scène, Draupadi se retrouva habiller en fille au dessus et en short en bas ! En bas, un homme, et en haut, une femme ! Un maquillage au complet, de longs cheveux et des vêtements de femme. Heureusement cet acteur était spontané ; il se mit face au public et dit : « Oh Krishna ! Comme tu ne pouvais pas venir, tu m’as transformée en homme et as sauvé ma dignité !! »

Grâce à sa spontanéité, il contrôla la situation et rattrapa à la fois l’erreur de Dushassana mais aussi l’erreur de Krishna. Krishna n’apparu jamais sur scène ; il attendait toujours dans les coulisses l’appel de Draupadi en fumant son *beedi* !

Lorsque vous êtes spontané, vous pouvez contrôler n’importe quelle situation. A chaque fois que je me souviens du mot ‘spontanéité’, je me rappelle toujours de cette histoire !

En réalité, la spontanéité est une qualité spirituelle. Seul un homme qui n’est pas prisonnier de son passé, qui peut s’échapper de son passé, peut être spontané. Si vous n’avez pas d’intérêts dans les décisions passées, ce qui veut dire que vous êtes réellement ouverts à la compréhension des erreurs que vous avez faites dans le passé, et êtes prêts à mettre à jour et à vous améliorer, à ce moment là seulement pourrez vous être spontané.

Si vous n’êtes pas prisonnier de votre passé, par exemple, beaucoup de gens pensent : « Non, non, non, pendant toutes ces années, j’ai vécu en croyant cette idée, en comprenant les choses de cette manière. Aujourd’hui, je ne changerai pas, juste parce que l’on me dit quelque chose ; je ne peux pas ! Je ne changerai pas. Pendant les cinquante dernières années, j’ai vécu ma vie sur ce concept, je ne peux pas le changer maintenant. » Alors, vous ne pouvez pas être spontanné, vous raterez la vie, et vous la manquerez terriblement.

Soyez bien clair : la véritable qualité de la vie se remet à jour. Elle peut être appelée intelligence seulement si elle se remet constamment à jour. Si elle n’évolue plus, alors cela veut dire qu’on est dans l’intellect. Ca ne plus être appelé de l’intelligence. L’intelligence est une énergie vivante !

En sanskrit, nous avons un mot pour cela : ‘*dhee*’, ce qui signifie, ‘ce qui est vivant’. En sanskrit, le mot utilisé pour dire intelligence est *dhee*. *Dhee*, c'est l'énergie, qui est vivante ; qui se remet à jour sans cesse. Dans le *Mantra de la Gayatri*, qui est au cœur des prières hindoues, c'est l'énergie que l'on cherche à atteindre lorsque l'on prie le Divin.

C'est seulement si vous n'êtes pas accroché à votre passé, aux décisions de votre passé, ou à la manière dont vous viviez le passé qu'alors seulement vous pourrez être spontané. La spontanéité est une incroyable qualité spirituelle.

Un autre incident, également sur la spontanéité :

Une fois, je parlais de *l’Upanishad Isavasya* ; je donnais un discours. Une personne âgée, qui ressemblait à un élève, un élève âgé, marchait dans le hall. Lorsque je terminai mon discours, il n'eut même pas la courtoisie de poser ses questions avec politesse. Il se leva simplement et dit : « Tous ces idiots n'ont rien lus, c'est pour cela que tu parviens à les faire écouter ! Mais tu n'arriveras pas à faire écouter des personnes éduquées comme moi. »

J'ai juste dit : ‘Monsieur, venez plus près s'il vous plaît, je n'arrive pas à comprendre ce que vous dites ? »

Il se rapprocha. Je dis: « Venez de ce côté s'il vous plaît, que vouliez-vous dire ? »

Il se déplaça de ce côté.

Et je dis ; « Je pense qu'il y a une table dans le chemin, déplacez vous encore un peu de ce côté s'il vous plaît »

Bien sur ; il se rapprocha. Puis je dis : « Vous m'avez déjà écouté trois fois. Maintenant asseyez-vous, et écoutez ce que j'ai à dire. Vous avez l'air d'être une bonne personne. Asseyez vous simplement et écoutez ! »

Vous ne pouvez jamais échapper à la spontanéité ! Plus tard, j'étais surpris lorsque je lu une histoire Zen très semblable. Peu après cet incident, je lisais un livre, et je lu quelque chose de similaire qui était arrivé à un Maître Zen. J'étais surpris de voir que l'histoire se répétait. Cette personne était choquée, choquée de ce qui était arrivé. En fait, lorsque vous êtes spontané, rien ne peut vous arrêter. La spontanéité est une grande qualité spirituelle.

Krishna vous donne ici quatre instructions différentes. Soit vous vous installez dans le *bhakti Yoga*, soit vous vivez une vie normale de routines spirituelles, soit vous sacrifiez tous les fruits de vos actions à Dieu, soit vous vivez dans la Conscience et puis agissez. Vous pouvez faire ce que vous voulez faire. Il dit : « Au moins si vous ne faites pas ceci, faites cela, et ainsi de suite. »

Maintenant, tout ce que nous devons comprendre ; c'est que nous ne devrions pas nous arrêter à un niveau inférieur ;

mais nous devrions toujours essayer d'atteindre un niveau élevé. Lorsque vous ne pouvez plus vous éléver, au moins, restez sur le niveau moins élevé ; ne renoncez pas à tous vos efforts. Quelqu'un m'a demandé : « Maître, pourquoi avons-nous tant de Dieux ici en Inde et dans les autres religions orientales ? »

Toutes les religions orientales ont de nombreux Dieux, que ce soit l'Hindouisme, le Bouddhisme, ou le Jainisme. Ils ont tous tellement de Dieux, tellement de Saints, et tellement de Maîtres, alors que les religions occidentales n'ont qu'un seul Dieu. Pourquoi ?

Vivekananda explique magnifiquement cela dans un de ses discours : « La liberté est une condition indispensable à la croissance, dans tous les domaines ; s'il doit se produire une croissance, alors il doit y avoir de la liberté à la base. »

En Orient, les gens ont toujours eu une liberté intérieure.

Personne ne trouble leur religion ; la pratique spirituelle est une option. C'est pour cela que nous avons le concept d'*Ishtadevata*, de Dieu' favori'. *Ishtadevata* signifie que vous pouvez adorer n'importe quelle forme qui vous plaît. Dans les écritures anciennes sacrées, il est mentionné qu'il existe trois cent trente millions de Dieux ; en réalité, je pense qu'en ce temps là, c'était la population totale ; donc les écritures stipulaient que chacun avait son propre Dieu personnel. C'est pour cela qu'il y avait trois cent trente millions de Dieux. Si

les écritures étaient écrites aujourd’hui, elles diraient qu'il y a six milliards de Dieux ! Chacun a la liberté de choisir son chemin propre; chacun a le droit de choisir son Dieu propre. Chacun a la liberté de se considérer comme Dieu, puisque chacun sait qu'il peut réaliser la divinité qui est en lui.

Les gens sont libres intérieurement ; c'est d'ailleurs pour cela que l'orient a tant évolué au niveau de la spiritualité. En Occident, vous ne pouvez pas avoir votre propre Dieu. Les gens sont nourris à la cuillère avec des idées toutes prêtes à être consommées. En Orient, n'importe qui peut se proclamer Saint en une nuit ! Tout ce dont vous avez besoin est de dix roupies pour imprimer un poster, ou quelqu'un pour vous financer les dix rupees. Vous n'avez besoin de rien d'autre. Vous pouvez vous faire appeler Saint sans problème.

Mais en Occident, vous ne pouvez pas. C'est seulement après votre mort que cela peut être déclaré, et cela doit être déclaré par une institution. C'est l'institution qui déclare qui est un Saint.

Les attitudes sont totalement différentes. Bien sûr, les deux ont leurs avantages et leurs inconvénients ; avec cette liberté il y a tant de choses qui peuvent se produire. Des recherches incroyables ont été faites dans le monde intérieur grâce à cette liberté. Tellelement de recherches ont été faites dans le monde intérieur ; et tant de vérités liées au monde intérieur ont été ramenées à la surface, ramenées à l'humanité, parce que tant de personnes s'y sont plongé. Bien sur, il y aura

toujours quelques usurpateurs. Soyez bien clair : lorsque tant de personnes prennent le chemin, et que des millions de choses sont exprimées, il y aura toujours un ou deux moutons noirs qui apparaîtront.

Vous pensez peut-être que les superstitions n'existent qu'en relation avec la spiritualité. Mais beaucoup plus de superstitions existent dans la science. Au moins, dans la spiritualité, il 'n'y a pas d'intérêts cachés' derrière les déclarations faites ; quelque soit ce que les Maîtres disent, rien d'important ne s'ajoutera à leurs vies personnelles au bout du compte. Ils mangeront toujours la même quantité de nourriture et porteront toujours les mêmes vêtements. Rien ne changera dans leurs vies !

Mais en ce qui concerne les scientifiques, ce qu'ils diront leur apportera un nom et une popularité, de l'argent, un confort en plus dans leur vie. Donc naturellement, ils ont un intérêt derrière leur recherche. Plus les personnes spirituelles renoncent, moins elles apprécieront le confort du monde extérieur, plus elles sont respectées. Donc naturellement, les vérités qu'ils déclarent et les recherches qu'ils font n'ajouteront rien de nouveau à leurs vies personnelles. Le respect qui leur est accordé n'est basé que sur leurs vies, et non sur leurs mots.

Avec les scientifiques, ce respect est basé sur leurs mots. Ainsi, dans le domaine scientifique, il y a plus de chance de trouver un mouton noir que dans la spiritualité. Et lorsque

de plus en plus de personnes choisissent cette vie, il en résultera toujours un ou deux escrocs. On ne peut pas dire pour autant que la liberté religieuse en elle-même est mauvaise, que la liberté spirituelle en elle-même est incorrecte. Il y en résulte de nombreux bénéfices aussi.

Il y a une liberté sociale en occident. Vous pouvez vous mariez autant de fois que vous voulez. Vous pouvez changer de maison à votre guise. Vous avez la possibilité de changer de métier autant de fois que vous le désirez. Vous portez les vêtements que vous voulez. Cela ne gênera personne. Personne n'y accordera d'importance. Même maintenant, je connais des gens en Inde qui suivent les traditions familiales, qui n'ont pas quitté le domicile familial ; ils ne déménagent même pas ! Alors en Orient, ils n'ont pas de liberté sociale, mais ils possèdent la liberté spirituelle. En Occident, ils n'ont pas de liberté spirituelle, mais ils possèdent la liberté sociale. Pour qu'une évolution se produise, quelle qu'elle soit, la liberté est un outil indispensable.

Dans ces quatre *slokas*, Krishna exprime la liberté spirituelle ; il accorde une liberté spirituelle à chacun d'entre nous. Il dit : « Il y a tant de chemins ; choisissez quelque chose qui correspond à votre mentalité, et pratiquez le, faites quelque chose. » Pourquoi pensez-vous que les gens visitent rarement des endroits spirituels en Occident ? L'autre jour je lisais un sondage statistique : Seulement 2% de la population Américaine va à l'Eglise. En Inde, au moins 70% de la population visite régulièrement un lieu spirituel d'adoration.

Cela peut être un temple dans le voisinage, dans la rue où ils habitent, ou quelque chose dans leur quartier. Dans tous les cas, 70% de la population a pour habitude d'aller dans un lieu saint, fréquemment.

Pourquoi ? Pourquoi cela ne se produit-il pas en Occident ? Parce que l'Occident a oublié une chose très importante ; il n'a pas donné de choix à son peuple. Il n'y a qu'un système. Si une personne peut accepter le système, cette personne l'accepte, sinon, elle reste sans religion, c'est tout !

De nombreux choix sont proposés dans les traditions orientales. Si une personne a un esprit intellectuel, alors il choisira le Seigneur Siva. Cet individu va constamment s'asseoir et méditer. Si un individu est attiré par *bhakti* ou la dévotion, Lord Vishnu sera le meilleur choix. Ce chemin inclue le chant et la danse, comme Chaitanya et Meera- les Maîtres de jadis. Un individu chante la gloire du Seigneur comme l'ont fait les *azhwars*, qui étaient les Saints du Tamil Nadou qui adoraient Vishnu. Si une personne s'intéresse au yoga, si un individu est un yogi, alors Devi est la déité qu'il doit prier. Cet individu méditera sur elle, lui offrira la *puja* et lui accordera des pratiques *tantriques*.

Il y a tant de techniques différentes, tant d'options ! Alors il vous est sans arrêt proposé des options différentes. Vous pouvez choisir votre chemin personnalisé pour votre évolution personnelle. Alors naturellement, quelque soit l'endroit où une personne se trouve, elle pourra grandir spirituellement, et

atteindre le niveau qu’elle est sensée atteindre. Il y a des échelles de toutes les tailles, avec toutes sortes de marches. Vous avez sans cesse le choix. Alors naturellement, on choisira ce qui nous convient le mieux.

L’Orient a exploré beaucoup d’espaces et réalisé beaucoup de recherches dans le monde intérieur grâce à cette liberté spirituelle. L’Occident a accompli tant de choses au niveau social grâce à la liberté social ! Bien sûr, l’Inde a souffert à cause du manque de liberté social, mais elle a développée énormément de choses grâce à sa liberté spirituelle.

Ici, Krishna explique en exposant de nombreux choix et en accordant une liberté spirituelle : faites ceci ou alors ceci, ou encore cela. On ne peut attendre d’un Maître autre qu’un Maître oriental d’avoir tant de compassion, de se sentir si concerné, d’être si aimant et d’offrir autant d’options. En Occident, c’est la loi qui offre beaucoup de compassion ; elle propose de nombreuses options. En Orient, c’est le système spirituel qui est plein de compassion et qui propose de nombreuses options.

En Occident, il y a certains domaines dans lesquels vous êtes respectés et dans lesquels chaque individu est respecté : par exemple dans les domaines comme l’aide sociale et d’autres domaines du même type. Donc beaucoup d’options sont également proposées dans le scénario social. Si un individu ne peut plus vivre avec son mari ou sa femme, ils peuvent simplement choisir de s’en aller. Socialement, une

personne n'a pas de limites, elle est relativement libre.

Mais en Inde, on accorde plus d'importance à la liberté spirituelle. Ces quatre *slokas* sont représentatifs de la liberté spirituelle qui est accordée à la société. Ici, Krishna donne la liberté de choisir à Arjuna; bien sûr, pas seulement à Arjuna, mais à nous tous à travers Arjuna.

*Abhyaasepyasamarthosi mat-karma-paramo bhava
Mad-artham api karmaani kurvan siddhim avaapsyasi* (12.10)

« Si vous ne pouvez pas pratiquer les règles du *bhakti* Yoga, essayez simplement de travailler pour Moi ; car en travaillant pour Moi, vous atteindrez l'état parfait, le *siddhim avaapsyasi*. »
Ensuite, il enumere toutes les options possibles et dit :

*Sreyo hi jnaanam abhyaasaaj jnaanaad dhyaanan visisshyate
Dhyaanaat karma-phala-tyaagas tyaagaac chaantir anataram*
(12.11)

Si vous ne pouvez pas suivre ces pratiques, alors engagez-vous dans la recherche de la connaissance. Il dit : récoltez au moins toutes ces solutions pour votre vie. La recherche de la connaissance vise à trouver des solutions pour pallier aux fluctuations de la vie : comment éviter la dépression, comment être courageux, comment être fort, comment éviter que vos désirs et vos émotions vous contrôlent ? C'est ce type de connaissance que vous pouvez gagner pour apporter des solutions qui peuvent vous aider et vous protéger dans la vie.

Par exemple, à Los Angeles, en Californie, on parle de kits anti-tremblements de terre et de kits anti-cycloniques ; ils disent que des bouteilles d'eau et beaucoup d'autres outils vitaux devraient être inclus dans le kit et se trouver dans toutes les voitures. Sur le site Internet de la caserne des pompiers, il y a une grande liste de tout ce qu'une personne doit faire pour se préparer à un tremblement de terre ; ils l'appellent le kit anti-tremblement de terre.

Ici, en Occident, ils préparent les gens pour toutes ces éventualités, mais ils ne les préparent pas à faire face aux tremblements de terre qui se produisent à l'intérieur d'eux, les déséquilibres émotionnels qui se manifestent à l'intérieur de leur Etre. De la même manière qu'un individu se prépare pour un tremblement de terre externe, il a également besoin de posséder un kit pour les tremblements de terre internes. Ce tremblement de terre interne est ce que j'appelle les « Solutions de la vie », ou ce que j'appelle la connaissance.

Récoltez tous ces éléments maintenant, comme cela, si la dépression pointe le bout de son nez, vous aurez les clefs nécessaires en mains. Soyez bien clair : nous allons tous faire face à une sorte de tremblement de terre interne dans notre vie à un moment ou à un autre. Quand quelqu'un meurt, il n'y a plus aucun problème, parce que cette personne est morte ; alors il ne peut plus y avoir de tremblement de terre ! Mais aussi longtemps qu'une personne sera en vie, naturellement, à un moment ou à un autre, cette personne

perdra des amis, des membres de sa familles décèderont, ses proches et ceux qu'elle aime tomberont malades ou mourront peut-être ; toutes ces choses sont inévitables...

L'inévitabilité de chaque moment doit être intégré. Comprendre l'inévitabilité de la vie et aspirer à la connaissance, récolter les outils pour apporter son support à celui qui traverse ces moments, récolter les idées pour équilibrer ceux qui traversent ces moments est ce que j'appelle *gnana*, la connaissance. Nous avons le devoir de préparer ces kits anti tremblements de terre pour nos vies ; autrement, nous serons incapable de nous remettre de ces événements.

Les contre coups seront terribles. Maintenant, les répercussions de nos comportements sont terribles, les autorités n'ont jamais réfléchi et ne s'attendaient pas du tout à ce que des cyclones de catégorie 5 apparaissent ! Les gens se débattent, c'est difficile pour eux. De la même manière, si vous ne vous attendez pas aux éventualités de la vie, et vous n'y réfléchissez pas maintenant, lorsque les tremblements de terre internes se produisent dans notre vie, quand les cyclones viennent perturber votre vie, ou si une tempête se produit dans votre vies, le contrecoup sera extrêmement difficile à supporter. Alors s'il vous plaît, préparez-vous des maintenant à cela...

Dans le système oriental, les gens se préparent sans arrêt pour les cyclones intérieurs, les tornades intérieures, les tremblements de terres intérieurs ; *gnana* est le kit anti tremblement de terre, la connaissance est le kit anti tremblement de terre pour le monde intérieur ! Maintenant, les êtres humains se sont développés et ont avancés à tous les niveaux ; nous n'avons plus à choisir entre l'espace extérieur et l'espace intérieur. Vous pouvez simplement avoir un kit anti tremblement de terre externe dans votre voiture et un kit anti tremblement de terre intérieur dans votre cœur ! Vous n'avez plus à choisir ; vous pouvez avoir les deux !

Quelqu'un m'a demandé : « Maître, il est dit que Buddha a conduit dix milles personnes à l'illumination. Quel est votre but ? »

Je lui est répondu « sans journaux, sans télégrammes, sans Internet, sans avions, si Buddha a réussi à guider dix milles personnes à l'illumination, alors avec toutes ces infrastructures, nous devrions pouvoir conduire au moins un million de personnes à l'illumination ! Alors ces infrastructures auront réellement servies à quelque chose ! »

Maintenant vous pouvez tout avoir, dans le monde intérieur et dans le

monde extérieur. Soyez sur d'avoir un kit anti-tremblement de terre dans votre voiture et de la même manière, ayez un kit

anti-tremblement de terre intérieur dans votre cœur ou dans votre espace intérieur et ne prenez jamais les tremblements de terre qui se produisent à l'intérieur de vous à la légère.

Prendre le tremblement de terre intérieur à la légère signifie que vous agissez dans l'ignorance ; vous vous attirez de gros ennuis, et vous ne vous préparez pas contre l'onde de choc qui va suivre. Soyez bien clair, lorsqu'une secousse se produit dans le monde extérieur, vous pouvez toujours accuser les responsables gouvernementaux, les directeurs, les politiciens ; vous pouvez rejeter la faute sur quelqu'un et vous débarrasser de toutes responsabilités. Vous pouvez remettre la responsabilité sur les épaules de quelqu'un d'autre. Mais lorsque cela concerne le monde intérieur, vous ne pouvez accuser personne. C'est vous qui devez en prendre l'entièvre responsabilité.

Comme Krishna le dit dans un des chapitres précédents.

*Uttare atma natmanam atmanam ava sadhaye
Admam yeva bhanduhu aram tribuh pratmai vaha*

« Vous êtes celui qui doit vous aider à vous améliorer ; si vous favorisez votre ascension, vous êtes votre meilleur ami. Sinon, vous êtes votre pire ennemi. »

Il propose des options pour des chemins différents : l'entraînement, la recherche de la connaissance, la méditation et le renoncement des fruits de nos actions – *karma phala yaga*.

Parmi ces chemins, l'un est meilleur que l'autre. Il cite en premier lieu le chemin de la connaissance ; mieux que la connaissance, il y a *dhyana*, la méditation. Mieux encore, tout offrir aux pieds de Dieu. Et il dit, en renonçant à tout *karma phala*, en renonçant aux fruits de nos actions, immédiatement, on réalise la paix. Du moment que vous pensez que ‘tout vous appartient’, vous souffrez ! C'est dès que vous vous abandonnez et reposez tout entre les mains du divin que la *guérison intérieure* se produit Les gens pensent souvent que l'abandon est une perte de contrôle ; ils pensent que le lâcher prise est une forme de faiblesse et d'irresponsabilité. Comprenez bien cela, le contrôle est une expression de l'ego. Tout le contrôle naît du besoin du ‘je’ et du ‘mien’. Le contrôle recherche le pouvoir. Et le pouvoir corrompt !

L'abandon est La libération. L'abandon est l'expression du non choix, donnez le meilleur de vous-même puis laissez le Divin décider de l'issue de vos actes ! Si nous nous agrippons à nos attentes, à nos attachements et aux résultats de nos actions, nous créons simplement de plus en plus de stress en nous, qui réduisent nos performances au lieu de les améliorer !

Lorsque nous apprenons à nous concentrer totalement sur ce que nous devons faire, lorsque nous travaillons sur le processus, lorsque nous suivons notre chemin, sans nous inquiéter de la destination, à la fin— incroyablement— nous découvrirons que tout ce que nous faisons est de meilleure qualité, nous travaillons plus vite et plus efficacement.

L'enseignement de Krishna n'est pas seulement spirituel, il est également très pratique. Ce n'est pas seulement un enseignement qui prépare à la vie après la mort, mais c'est aussi un enseignement qui aide à supporter la vie actuelle également.

Santi anantaram – Il dit qu'une personne qui renonce aux fruits de ses actions récoltera la paix éternelle. Lorsque l'on renonce à posséder ce que l'on fait, et que l'on remet l'issue de cela entre les mains du Divin, la paix et la félicité se manifestent. C'est une réelle libération de lâcher prise sur les attachements des résultats de ce que l'on fait. Cette libération survient de l'absence d'attentes sur les résultats de nos actions, ce qui nous permet de nous concentrer complètement sur ce que nous possédons déjà, sur l'instant présent. Vivre le moment présent, c'est vivre en paix, vivre dans la félicité, dans la libération, ou *moksha*.



अद्वेष्टा सर्वभूतानां मैत्रः करुण व च।
निर्ममो निरहङ्कारः समदुःखसुखः क्षमी ॥१२.१३॥

सन्तुष्टः सततं योगी यतात्मा दृढनिश्चयः।
मय्यर्पितमनोप्रुद्धिर्यो मद्भक्तः स मे प्रियः ॥१२.१४॥

*adveshtaa sarva-bhooataanaam maitra karuna eva cha
nirmamo nirahankaarah sama-dukha-sukhah kshamee (12.13)*

*santushttaah satatam yataatmaa drdha-nischayah
mayyarpita-mano-buddhiryo mad-bhaktah sa me priyah (12.14)*

« Quelqu'un qui n'a aucun dégoût ni aucune envie envers qui que ce soit, qui agit de manière amicale et pleine de compassion avec tout le monde, qui est libérée de l'idée du 'je' et du 'mien', de l'ego, qui reste équanime à la fois dans la joie et dans la tristesse, qui sait pardonner, qui est toujours satisfait, unit dans le Yoga, qui est entièrement engagé en Moi et qui a fixé son esprit et son intellect sur Moi, un tel dévot M'est très cher. »



Dans tous les *slokas* qui ont précédés, Krishna a dit à Ajurna de faire ceci ou cela. Maintenant il ne dit plus ‘Fais ceci’ ou ‘Fais cela’. Il dit que ‘ceux qui font toutes ces choses me sont très chers’. Si vous ne faites pas ces choses ce n'est pas un problème, mais si vous les faites, vous me serez très chers’. En d'autres termes, il emploie le chantage émotionnel, pas directement, mais indirectement ! Tout cela pour la bonne cause.

« Quelqu'un qui n'est pas envieux, mais qui est un ami sympathique, un ami tendre envers tous les êtres vivants, qui ne se considère pas propriétaire, et qui est libéré du faux ego, qui est le même dans la joie et la détresse, qui est tolérant, toujours satisfait, qui sait se contrôler, et qui est engagé dans le service dévotionnel avec détermination, son esprit et son intelligence fixés sur Moi, un tel dévot M'est cher ! »

Comprenez ici : il dit, « Celui qui n'est pas envieux et qui est ami avec tous les êtres vivants. » Ce sont des qualités très importantes. Analysons nos esprits. Lorsque nous analysons sincèrement nos esprits, nous réalisons que, si à un moment quelconque quelqu'un venait vous dire qu'il vous aime, vous ne le croiriez pas. La première chose que vous feriez serait d'essayer de savoir ce qu'il attend de vous. Vous ne croyez même pas que vous méritez d'être aimé. Ensuite, vous ne croyez pas que quelqu'un puisse réellement vous aimer, parce que vous-même n'aimez personne réellement.

Parce que vous êtes toujours calculateur, vous vous attendez à ce que l'autre soit calculateur également ! Tout notre amour est superficiel!

Ici, il dit, « une personne qui est un ami envers tous, un bon ami avec tous, qui rend service honnêtement, ressent de l'amitié de la part de tous et qui est libéré de son faux ego. » Maintenant, nous devrions comprendre le terme « faux ego ». L'ego ne signifie pas seulement montrer ce que vous n'avez pas, mais également cacher ce que vous avez.

Il y a deux types d'ego : L'ego actif et l'ego passif. L'ego actif montre ce qu'il possède, et l'ego passif est caractérisé par ce genre de pensées : « Oh, que puis-je faire, je ne suis qu'une personne toute simple, je ne peux rien accomplir, et je ne peux rien faire. » Se cacher est un résultat de l'ego passif. Ceci est un complexe d'infériorité et aussi une manifestation de l'ego.

Soyez bien clair : il y a au moins un point positif concernant le complexe de supériorité. Quelque soit l'endroit où l'on ira, on recevra un grand coup ! La société nous battra ; nous réaliserons que nous souffrons d'un complexe de supériorité. Mais, si nous souffrons d'un complexe d'infériorité, la société ne pourra pas nous battre ! C'est un moyen très rusé de se protéger de la vie. Vous ne saurez même pas que vous avez un problème. Donc, une personne qui se cache derrière l'ego qui se sent inférieur souffrira également, beaucoup plus que la personne qui souffre de l'ego qui se sent supérieur.

Une personne qui recherche la gloire et la popularité, de même qu'une personne qui ne veut ni gloire ni popularité, sont toutes deux égoïstes. Si vous recherchez la popularité, vous êtes égoïste. Et si vous ne la recherchez pas, c'est encore l'ego passif. Alors qu'une personne qui laisse les choses se faire simplement, qui laisse le courant l'amener là où il doit aller, cette personne seule vie dans la réalité.

Krishna fait un commentaire : « Après tout, qui va découvrir qui vous êtes ? Pourquoi pensez vous que vous êtes une si grande personne et que votre nom est si merveilleux et que tout le monde sait comment vous vous appelez ? Pourquoi vous cachez vous timidement des gens qui connaissent votre nom. C'est seulement parce que vous sentez que de nombreuses personnes savent qui vous êtes que vous vous en cachez par timidité. C'est pour cela que vous ne voulez pas être connu. Je vous assure, personne ne vous connaît. » Bhagavan dit clairement, « Personne ne sait qui vous êtes, relax ! »

Personne ne sait comment vous vous appelez. Soyez bien clair : rechercher la gloire et la popularité et dire « je ne veux ni gloire ni popularité » sont deux types d'ego différents. L'ego de l'infériorité est aussi un type d'ego, c'est pour cela que nous l'appelons « faux ego ». Vous n'êtes pas seulement sensé être libéré de votre « ego actif », vous êtes sensé être libéré de votre « faux ego » également. Vous ne devriez pas vous cachez derrière un complexe d'infériorité.

Un Maître dit à son disciple, « S'il te plaît, masses donc un peu mes pieds. Fais un peu de *Pada Puja* ! (services rendus aux pieds du Maître) »

Le disciple répondit, « Oh, Je suis pécheur, comment pourrais je toucher vos pieds si sacrés ? Il ne veut simplement pas le faire parce qu'il est paresseux ! »

Un peu plus tard, un dévot apporta des fruits et du *prasad* (des offrandes de nourritures) à l'ashram du Maître. Le Maître en mangea juste un petit peu, et laissa le reste de côté. Le jour suivant, il ne vit plus rien sur l'assiette de nourriture. Il demanda à ce même disciple, « Où sont passés les fruits et le *prasad* ? »

Le dévot répondit, « Le *prasad* du Maître ! Comment pourrais je le laisser traîner sur cette assiette ? J'ai tout mangé, car c'est une offrande. »

Voyez comment l'esprit fonctionne ! Il manipule joliment les situations en fonction de ses concepts du moment ! Nous utilisons les concepts qui nous sont avantageux. Lorsqu'il ne voulait pas travailler, il disait, « Non ! Comment pourrais je toucher vos pieds ? Je ne suis pas qualifié pour cela ! Mon âme n'est pas assez pure ! » Par contre, lorsqu'il désirait la nourriture, elle devenait le *prasad* très sacré du Maître, et il le mangea complètement !

Nous collectons tous des concepts pour supporter notre idéologie. C'est pour cela que l'on dit couramment que « le démon cite la Bible » ! Lorsque vous citez des passages de la Bible, il y a un intérêt caché derrière. Par contre, dès que vous comprenez l'essence de la Bible dans son entier, alors vous devenez comme ceux qui l'on écrit. Vous n'aurez alors plus besoin de citer la Bible du tout ! Ce seront les gens eux même qui citeront vos dires !

Dès que vous comprenez la futilité de vos soit disant buts et richesses, lorsque vous comprenez que rien ne vous appartient, lorsque cela est bien compris, alors toutes ces qualités commencent alors à rayonner à travers votre Etre. Vous serez transformé, et deviendrez une personne établie dans le pardon, qui maintient l'équanimité d'esprit, qui est satisfaite et unie dans le Yoga. En fait, vous rayonnez toutes ces qualités dès que vous êtes dans la félicité intérieure. L'homme qui est complètement heureux à l'intérieur rayonnera quelque chose de plaisant, sans raisons apparentes !

Je parlais d'ailleurs récemment de cela dans une de mes lectures. Nous transportons une pointe d'irritation dans notre Etre, et nous sommes toujours prêts à sauter sur quelqu'un. Dès que nous en avons l'opportunité, nous bondissons et hurlons sur quelqu'un à la moindre provocation à cause de cette irritation latente en nous. Nous vomissons continuellement nos misères et nos souffrances sur les autres.

Nous sommes irrités car nous nous faisons du souci constamment, et intérieurement, nous ruminons nos peurs de ne pas avoir ce que nous voulons. Nous nous faisons du souci par rapport à l'avenir, sur la base de ce qui nous est arrivé dans le passé ! Ces soucis se rapportent aux attentes que nous avons. Nos soucis sont le résultat de l'écart entre ce que nous attendons, et ce que nous pensons être capable de faire et d'avoir. Alors nous devenons anxieux à propos de savoir si les choses vont bien se passer comme nous le désirons.

Les soucis sont si futiles ! Nous ne pouvons rien maîtriser dans la vie ! Tant de différents facteurs autres que nos propres capacités déterminent l'issue de ce que nous faisons ! Ces attentes même sont futiles, car l'avenir est spéculatif. Nous ne pouvons même pas contrôler notre souffle, nous ne pouvons pas dire avec certitudes que nous serons encore vivant dans cinq minutes. Quelle arrogance de penser que nous pouvons déterminer notre avenir, et l'issue de nos activités !

Les soucis, l'anxiété et l'irritation se dissolvent dès que nous nous installons fermement dans le moment présent. C'est seulement dans cet état là que nous sommes en position d'influencer nos actions et la conséquence de nos actions. Lorsque nous sommes bien ancrés dans le moment présent, les pensées s'arrêtent, les soucis et l'irritation disparaissent ; et nous réalisons combien nous faire du souci est non productif.

Pendant nos retraites de méditation, je demande aux gens de noter sur papier tout ce qu'ils pensent leur donner du souci à ce moment là. Il y en a qui écrivent des volumes ! Je leur demande alors de garder le papier avec eux, et de revenir me voir dans six mois pour voir combien de ces soucis se sont en fait matérialisés. Vous serez surpris, mais en général, moins de 20% de leurs soucis se sont réellement matérialisés !

Les soucis et l'irritation sont inutiles ! Une fois que vous comprendrez la futilité de la chose, les tensions créées par cette irritation ne resteront pas avec vous. Lorsque vous comprendrez l'importance de l'état d'Etre, vous commencerez alors automatiquement à rayonner quelque chose de très plaisant, vous commencez à rayonner la joie.

Pour vraiment faire l'expérience de *bhakti yoga*, je préconise une méditation simple à tout le monde. Pratiquez cette technique simple : *rayonner le contentement*. Comment se pratique donc cette méditation ? Du matin au soir, toutes les fois que vous y penserez, inspirez, inspirez seulement les qualités supérieures de la félicité. Visualisez que vous inhalez et expirez la félicité, votre corps dans sa totalité sera rempli de joie. Au début, vous commencerez à visualiser et imaginer que vous inspirez la félicité. Mais au bout de quelques jours, vous réaliserez que cette qualité est votre propriété.

Il vous faut savoir aussi qu'imaginer et visualiser sont deux choses bien distinctes. L'imagination, en sanskrit, est traduite par *kalpana*, alors que la visualisation est traduite par

bhavana. *Bhavana* est différent de *kalpana*. *Kalpana* signifie imaginer les choses qui ne peuvent pas se réaliser dans la réalité. Par exemple, si vous imaginez un éléphant à dix trompes : c'est de l'imagination, donc *kalpana* ne peut être la réalité. Mais *bhavana* signifie' la visualisation de ce qui est la réalité', le moment présent.

Dans la journée, quand vous visualisez les étoiles dans le ciel, ce n'est pas de l'imagination, c'est de la visualisation. Car les étoiles sont présentes, mais vous ne pouvez simplement pas les voir, c'est tout. Alors, la visualisation des étoiles n'est pas l'imagination. Visualiser ce qui existe, bien qu'on ne puisse le voir dans le moment présent, est la visualisation. Imaginer ce qui ne peut jamais exister, c'est l'imagination.

Soyons clair : Méditez sur les Dieux et les Déesses n'est pas de l'imagination, c'est de la visualisation. Car ils existent, ce qu'il vous faut faire, c'est vous mettre sur leur longueur d'onde, c'est comme régler votre téléviseur sur la chaîne de votre choix. Si votre téléviseur est réglé comme il faut, vous pourrez commencer à regarder les différents programmes. De la même façon, visualiser c'est se régler, se connecter avec ce qui existe comme la réalité.

Continuez à visualisez que vous inhalez la félicité, que vous expirez le *prana* qu'on inspire et que l'on expire. Le *Prana* est l'énergie vitale, la félicité. Comprenez bien ceci, le *prana* n'est pas de l'air mais de l'énergie qui se meut en utilisant

l'air comme support. Par exemple, un camion s'arrête devant votre maison, dépose des bagages et s'en va. Le camion représente l'air, les bagages sont le *prana*, le *prana* n'est pas l'air. En utilisant l'air comme support, nous inspirons le *prana*, le *prana-shakti* est la partie subtile de l'air. *Prana-shakti* est l'énergie de la félicité, *ananda shakti*.

Donc, toutes les fois, que vous inspirez, visualisez que vous inspirez la félicité, quand vous expirez, visualisez que vous expirez la félicité. Inhalez la lumière, expirez la lumière. Imaginez que tout votre corps est un sac d'haricots rempli de lumière. Et naturellement, à la place de l'irritation, la félicité commencera à prendre place et à rayonner. Au lieu de cracher le poison de la colère et de la jalousie sur les autres, vous émanerez l'amour et la béatitude !

« Un disciple ayant ces qualités à une place particulière dans Mon cœur », déclare Krishna. Krishna dit que si quelqu'un vit de cette manière, alors ce disciple est proche de Lui. Il ne dit pas faites ceci ou ne faites pas cela. Il ne veut pas créer d'avantage de règles. Il en a assez de créer des règles ! Il a atteint le stade où il permet au disciple d'agir, de choisir la voie qui l'intéresse, autrement, que faire d'autre ? Il est d'humeur compatissante.

Je pense que cela se passe avec tous les Maîtres. Tous les Maîtres, atteignent ce niveau, et après quelque temps, ils déclarent : « Très bien, vous êtes libre de faire comme bon vous semble, que peut on bien faire d'autre ? Nous pouvons

vous guider ou vous montrez la voie jusqu'à un certain point. » Et puis, les gens commencent à penser que les Maîtres ont des intérêts cachés à vouloir donner l'illumination. Comme si en apportant l'illumination à dix personnes de plus, cela me permettrait d'avoir une place particulière au paradis, ou que mon salaire serait augmenté ! Comprenez : Nous ne faisons que partager ce que nous avons avec joie et félicité.

Une petite histoire :

Un aveugle marche dans les Himalayas. Tout à coup, ses mains atterrissent sur un serpent congelé par le froid. Le serpent allongé dans la neige ressemblait à un bout de bois. L'homme pensa « Oh, parfait, ce bout de bois me servira de canne. » Il ramasse donc le serpent pensant que c'est un morceau de bois, et commence à marcher.

Un sanyasi (ascète), voit l'homme avec la canne et lui crie de loin, « Débarrasses toi de ce que tu as à la main, ce n'est pas un bout de bois comme tu le penses, c'est un serpent ! Dans deux heures, le soleil va se lever et le serpent reviendra à la vie, et tu te feras mordre ! »

L'aveugle lui répond, « Non, je comprends bien où tu veux en venir ! Tais-toi. Occupes-toi de tes affaires. »

L'ascète, de nouveau, essaie de mettre en garde l'aveugle « Ecoutes-moi, la canne que tu tiens est un serpent, tu vas

te faire mordre et tu mourras! » L'homme lui rétorque, « Je pense que vous n'avez pas de canne. Vous me demandez de me débarrasser de la mienne afin de la récupérer. Je ne vais pas m'en débarrasser, j'ai déjà eu à faire à des gens de votre espèce. »

Alors l'ascète dit, « Idiot, cela ne te servira à rien, tu vas perdre la vie. Il essaie alors d'arracher la canne des mains de l'aveugle qui à son tour essaie de le frapper avec cette dernière ! » C'est exactement ce qui se passe dans la vie courante.

Quand le Maître demande d'abandonner le « Je » et le « mien », les gens ont peur que le Maître les récupère et les garde pour lui ! Il se peut qu'il prenne ce « Je », pour en faire Dieu sait quoi? Ils pensent qu'il en a besoin personnellement, ce qui le pousse à demander aux gens de tout lâcher ! Les gens sont toujours très suspicieux ! C'est la raison pour laquelle le Maître dit parfois, « Ceci est l'unique façon d'y parvenir, toutefois, faites comme il vous plaît.' »

« Celui qui a l'esprit et l'intellect centré sur Moi », dit Krishna. Il est si difficile pour un disciple d'avoir cette attitude, de s'abandonner au Maître et à l'univers ! Aussi longtemps que les choses fonctionnent de la façon qu'il le désir, dès que le Maître permet au disciple de faire ce qu'il veut, le Maître est grand et digne de louanges. Mais dès que le Maître devient sérieux, et prend la responsabilité

d’opérer le disciple, celui ci veut partir en courant !

Je demande toujours aux gens de décider à l’avance si je suis le Maître qu’il leur faut. Le Maître prend ses responsabilités au sérieux. Sa responsabilité la plus importante est de pratiquer l’opération sur le cancer de l’ego. Dès que le disciple prend son engagement, le Maître prend aussi son engagement. Il est dangereux de quitter la table d’opération en courant ! Nombreux sont ceux qui devront attendre plusieurs vies avant d’avoir la chance de trouver un Maître.

Ici, Krishna est dans une humeur compatissante Il déclare, « Un tel disciple à une place particulière dans Mon cœur », c'est tout. Il fait référence à l’engagement que le disciple prend avec Lui. Il déclare, « Celui qui prend cet engagement envers Moi et garde son esprit et son intellect sur Moi, est très précieux à Mes yeux, il connaîtra la libération, » déclare le grand Maître.

Ainsi, Krishna conclut magnifiquement ce chapitre. Ce chapitre est très court, c'est la raison pour laquelle nous pouvons presque l'étudier dans son intégralité.



यस्मान्नोद्विजते लोको लोकान्नोद्विजते च यः ।
हर्षमर्षभयोद्वेगैर्मुक्तो यः स च मे प्रियः ॥१२.१५॥

*Yasmaanno dwijate loko lokaanno dwijate cha ya
Harshaamarshabhayodhvegairmukto yah sa cha me priyah (12.15)*

« Celui qui ne montre aucune hostilité envers les autres, qui n'est pas affecté par l'adversité du monde, celui qui est libéré de la joie, de la colère, et de l'anxiété, celui-ci est précieux pour Moi. »



« Celui qui n'est pas affecté par l'hostilité ou l'agitation du monde et qui en retour n'affecte pas ou ne cause aucune agitation dans ce monde... »

Tous ceux qui sont nés dans ce monde et y vivent ne vivent jamais seuls. John Donne, un célèbre philosophe, déclare, « Aucun homme n'est une île. »

Personne n'est indépendant. Nous sommes tous interconnectés. Tout ce que nous faisons, pensons, désirons, affecte les autres dans ce monde. Nos pensées, désirs et actions produisent des effets sur l'énergie de la Terre et de l'Univers, qui en retour génèrent d'avantage d'effets car elles sont en interaction avec les désirs, intentions et actions des autres.

Carl Jung, psychanalyste de renommé, développe le concept du Super ego, qu'il attribue au « ça » et à l'ego que Freud avait développé antérieurement.

Selon Freud et Jung, le « ça » représente l'intelligence première de l'Etre humain qui stocke toutes les mémoires véhiculées pendant son évolution de l'animal à l'Homme. Cette partie du cerveau est aussi considérée comme le cerveau reptilien car elle a la capacité de stocker des mémoires qui datent d'avant l'apparition des premiers mammifères sur la planète Terre.

Le « ça » est la partie instinctive de l'activité de notre esprit. Il en est la partie subconsciente et inconsciente. Bien plus de 90 % du fonctionnement de notre cerveau et de notre esprit se passe dans ces régions. Il a été conçu par la nature de cette façon dans le but précis de nous protéger des dangers grâce à une réponse spontanée et instinctive face à un danger extrême. Le fonctionnement de cette partie du cerveau est aveuglément rapide, peut-être 100 millions de fois plus rapide que le cerveau conscient.

L'ego représente notre identité, la partie de notre esprit qui nous donne notre personnalité. C'est l'ego qui décide tout le temps pour nous sans que nous en soyons conscient. Ses décisions sont basées sur des mémoires qui sont profondément ancrées en nous, qui sont stockées dans le « ça » et l'ego, et décident comment nous devrions agir dans une situation particulière. Le problème ici, c'est que nous ne sommes pas du tout conscient du pourquoi de nos décisions, bien que nous aimerais tous croire que nous le sommes.

Le Super ego, comme Jung l'a pensé, est l'inconscient collectif de la race humaine. Dans sa théorie Jung déclare que nous avons tous tendance à agir d'une manière collective qui ne peut être expliquée rationnellement.

Les scientifiques sont arrivés à la théorie suivante : le centième principe du singe. Concrètement, voilà comment fonctionne cette théorie : Disons qu'il existe 100 singes, ils vivent isolément sur une île retirée et coupée du continent.

Imaginons que ces singes apprennent ou qu'on leur apprend de nouvelles techniques ou de nouveaux stratagèmes, ou que certains changements se passent dans leur groupe. Il a été prouvé que ces aptitudes sont transmises sans qu'il y ait eu contact physique ou mental avec les singes du continent.

C'est vrai, il n'est pas nécessaire de former tous les singes de la planète terre pour que la connaissance soit transmise dans l'espèce. Tout ce qui reste à faire, c'est de former un groupe de singes quelque part, et très rapidement tous les singes de la planète acquérons ces qualités, cette connaissance. Ils n'ont pas besoin d'étudier, ni de se concerter, ni de regarder la télévision ou d'avoir accès à internet. La connaissance et les techniques sont transmises à travers un mécanisme qui est encore inconnu à ce jour pour les scientifiques. Ils savent que ce phénomène existe mais ne savent pas l'expliquer !

Ce type de transfert s'est répété à plusieurs reprises lors de grandes découvertes scientifiques. A l'époque de Madame Curie, la découverte de la radioactivité dans le Radium, d'autres scientifiques indépendamment à travers le monde annoncèrent la même découverte.

Le Super ego, cette inconscient collectif, n'est pas vraiment inconscient ; il est super conscient. La conscience collective est l'aspect le plus important de l'existence humaine. Nous sommes tous interconnectés. Nous sommes tous la même énergie. Nous nous affectons mutuellement. Nos pensées et actions nous influencent mutuellement. En pénétrant cette

espace de la conscience collective, nous entrons dans le monde de l'énergie universelle. Notre Moi individuel, devient partie intégrante du Moi universel. Nous devenons Divin.

Quelque chose d'étrange se passe quand nous accédons à la conscience collective. Tant que nous n'y avons pas accès ; nous faisons des vagues, nous affectons les autres et les autres nous affectent, le plus souvent avec hostilité, car nous n'avons aucune notion de ce que c'est d'être altruiste, notre conception, notre perception des choses est égoïste. Cependant, à partir du moment que nous entrons dans la zone de la conscience collective, nous sommes intégrés l'un à l'autre, nous devenons Un. Dans cet état nous ne pouvons faire aucune vague car nous sommes un seul et même océan, la même rivière qui suit le même courant sans faire de distinction avec les autres.

Quand Krishna déclare « n'étant pas affecté et n'affectant pas le monde » Il fait référence à cet état de conscience collective, l'état Divin, dans lequel vous et moi formons Un avec Lui.

Krishna va plus loin « Celui qui ne connaît ni joie ni peine, ni colère ou anxiété. » Que veut-il dire ? Nous pouvons comprendre au moins la colère et l'angoisse, mais pas la joie, jamais ! « Quel est le problème de ce gars ? » Demandons nous, quand nous voyons quelqu'un qui est heureux sans raison.

Pour la plupart d'entre nous, la joie est une période de pause entre les expériences de bonheur et de tristesse. C'est comme une période de répit sur un champ de bataille que nous appelons « paix, » qui est tout à fait fugace et irréel.

La joie et le plaisir temporel prennent leur source dans les expériences sensorielles du monde extérieur et elles conduisent invariablement à la douleur. La joie est le sous-produit de la satisfaction d'une attente comblée. Quand cette dernière est réalisée, nous éprouvons du bonheur. Il y a de forte chance que cela ne se reproduise pas la prochaine fois. Quand cela se produit, au lieu de la joie, l'amertume s'installe.

La joie ne peut être expérimentée qu'intérieurement, ce n'est que de cette façon qu'elle peut durer. Une telle joie se nomme Félicité. La félicité est éternelle, contrairement à la joie qui est éphémère. La félicité est éternelle puisqu'elle survient quand nous n'avons plus d'attente, quand nous restons déconnecté, quand nous sommes dans l'humeur et le mode du non attachement.

« *Satssangatve nissangatvam*
Nissangatve nirmohatvam
Nirmohatve nischalitatvam
Nischalitatve jeevan muktihi »

Déclare Sankara dans son hymne, Bhaja Govindam. Le non attachement conduit à l'élimination des désirs, à l'état du

non désir qui nous permet de faire l'expérience d'un esprit calme et apaisé, un esprit rempli de félicité. L'état de félicité conduit à la libération.

Quand Krishna parle de l'état dans lequel on n'est pas dans la joie, il fait référence à cette joie temporaire, qui est le sous produit de nos *samskaras*, la joie qui se manifeste et ne dure pas, la joie issue du jeu de nos *samskaras*, alimentée par nos illusions et nos fantasmes. C'est seulement quand on peut aller au-delà des limites des hauts et des bas de nos joie éphémères que l'on peut vraiment atteindre l'état de félicité.

Pour faire l'expérience de la félicité, il nous faut transcender la joie et l'amertume.

L'anxiété est le cancer de notre esprit. Dès que nous avons la capacité de penser, nous sommes inquiets. Nous nous faisons du souci tout le temps. L'inquiétude, l'anxiété, et le stress qui en résulte sont nos béquilles dans la vie.

Nos angoisses surviennent de la peur de ne peut être pas pouvoir réaliser nos objectifs. Nous avons nos propres désirs et espoirs. Nous avons un potentiel dont nous sommes généralement conscients. Très souvent, nos désirs n'ont aucune base réelle, ils n'ont rien à voir avec nos aptitudes. Il existe un fossé entre nos désirs et nos capacités propres à réaliser les choses. Ce fossé ce traduit alors en inquiétude.

Si nous essayons de fermer les yeux pour nous concentrer sur un objet ou un évènement quelconque, nous remarquerons que nos efforts dans ce sens seront immédiatement contrecarrés par des pensées autres que ce que nous voulons traiter. C'est le bavardage intérieur de notre esprit. C'est ce que Buddha a nommé « le mental de singe ».

Ce bavardage intérieur est le va et vient incessant de notre esprit entre le passé et le futur. C'est le périple qu'entreprend notre esprit entre ce qu'il a expérimenté et stocké comme mémoire ; et l'inconnu, qui déborde d'attentes et de spéculations. Ce va et vient, ce mouvement est ce que nous appelons les pensées.

L'anxiété survient quand notre esprit réalise que ce que nous désirons a très peu de chance de se réaliser. La perte d'une chose qui ne s'est même pas réalisée, qui est le fruit d'une parfaite spéulation, crée des émotions si intenses à l'intérieur de nous ! Nous anticipons le pire avec inquiétude, bien avant que la chose se produise, puis nous attendons que l'évènement se passe en retenant notre souffle.

Bien souvent, vous éprouverez une sorte de soulagement quand le pire que vous aviez imaginé s'est effectivement manifesté. Vous trouverez qu'il n'y a plus d'anxiété à avoir quand le futur se manifeste dans le présent.

L'anxiété trouve sa place dans le futur, sa source est l'ego. C'est l'ego qui crée l'attente, l'attente du « Je » et du

« Mien », et simultanément la crainte de ce que vous attendiez peut ne pas se manifester. Pour vous débarrasser de l'anxiété, revenez au présent. Ce n'est que dans le présent que votre bavardage intérieur s'arrêtera, et vos peurs disparaîtront.

Quand Krishna déclare « Celui qui ne connaît pas l'angoisse Me connaîtra » Cela veut dire, « Celui qui est dans le moment présent arrivera à Moi ». Dans le moment présent, nos pensées s'arrêtent, et ainsi, nous pouvons voir clairement la vérité concernant notre existence, nous sommes alors dans la Conscience de Krishna, et nous sommes alors unis à Lui.

« Lâchez la colère », dit Krishna, « Celui qui ne connaît point la colère arrivera jusqu'à Moi ».

Par la compréhension littérale de ce verset, nul ne peut atteindre Krishna. Chaque individu, à un moment ou un autre, a exprimé la colère. La colère est une énergie positive. Exprimer la colère peut être quelque chose de très positif, pour celui qui exprime la colère et celui qui la reçoit. Ce que je dis peut évidemment vous paraître bizarre !

La colère est souvent le fruit de la culpabilité. Nous sommes sur la défensive quand notre mari ou notre femme nous montre un point sur lequel nous n'avons pas été à la hauteur. Nous prenons une attitude défensive, nous ressentons de la culpabilité quand nous réalisons que nous avons tort. Mais,

au lieu d'accepter notre tort, nous nous mettons en colère. Nous souhaiterions que ce tort ne soit jamais dévoilé, et nous détestons la personne qui essaie de l'étaler au grand jour. C'est comme le lépreux qui ne souhaite pas voir ses plaies.

Dans ce sens, ce type de colère est aussi dirigé contre nous même. La culpabilité que nous ressentons est la manifestation de la rage intérieure contre notre propre faiblesse. La culpabilité est le plus grand des péchés que nous puissions commettre. Quoique nous fassions, nous le faisons avec connaissance et la conscience que nous possédons à ce moment précis. Et une fois que nous avons fait ce que nous avons fait, il n'y rien que nous puissions faire pour changer les choses.

« La main qui bouge écrit, et une fois cela terminé, elle continue à se déplacer » déclare Omar Khayyam dans Rubaiyat. Après avoir écrit, elle se déplace, et ni les larmes ni votre piété ne peuvent la faire revenir. Le passé ne peut être défait. Mais la culpabilité peut l'être, nous pouvons simplement nous en débarrasser. Vous pouvez accepter ce que vous avez fait et passer à autre chose. Vous pouvez même accepter que vous ne puissiez pas accepter ce que vous avez fait et passer à autre chose. Vous pouvez lâcher la culpabilité, vous pouvez vous en débarrasser.

Quand nous lâchons la culpabilité, nous nous débarrassons en même temps de la colère. Nous nous débarrassons des

émotions refoulées telles que la colère, le regret, se tenir sur la défensive, et de toute colère interne. La colère réprimée peut causer le cancer. Les gens qui paraissent calme en surface et contrôlent la colère qu'ils ressentent sans l'exprimer, sont assis sur une bombe à retardement ! Elle peut soit exploser de manière imprévue causant des dégâts graves pour eux-mêmes ainsi que pour les autres, ou elle peut se transformer par une auto destruction se manifestant par un cancer.

Dans la culture Malayan, dès leur plus jeune âge, on apprend aux enfants à ne pas exprimer les émotions négatives telles que la colère, l'irritation, le chagrin, etc... Chaque membre de cette société est sensé être calme, Maître de soi. Tout à coup cependant, ils explosent. On dit qu'ils sont « pris d'une crise de folie meurtrière ». On peut même trouver cette expression dans le dictionnaire. Cela signifie qu'une personne peut devenir parfaitement incontrôlable, déchaînée, faire des ravages. Essayez de contrôler les émotions aboutit à la perte totale de contrôle.

Si on apprend à lâcher la colère quand elle arrive, il n'y aura plus de crise de rage folle, plus d'explosion domestique. Nous empilons les émotions puis elles explosent. La colère intérieure ne cesse d'être accumulée depuis l'enfance pour des raisons multiples. Nous renforçons toute notre négativité concernant la société. Nous sommes incapables d'exprimer ce que nous ressentons pour des raisons sociales car ce n'est

pas convenable, pas digne de la culture que nous avons reçu, pas civilisé de notre part. Alors la colère doit exploser à un moment ou à un autre.

Nous devrions apprendre à diriger notre colère sur les problèmes plutôt que de la diriger vers les gens. Quand la colère monte envers quelqu'un, dirigez la de préférence vers le problème de la colère, non vers les gens. La personne sur laquelle vous déverserez votre colère n'est que la cause perçue comme vous la voyez. Le problème véritable reste sous jacent tant que vous dirigez la colère contre quelqu'un. Plus grave encore, cette colère refera en surface. La colère engendre la colère. C'est un cercle vicieux.

Si, toutefois, vous éprouvez le besoin d'exprimer la colère, exprimez la complètement, contre un incident, un évènement, un problème, sans la personnaliser. Nous pouvons nous débarrasser de la colère sans se faire du tort à soi même ni aux gens autour de nous. C'est tout à fait possible, il vous faut simplement vous entraîner, c'est tout !

Quand la mémoire de la colère est exprimée complètement, elle s'efface de la mémoire. Aucune trace de colère ne reste. Après un certain temps, la colère disparaît même avant qu'elle ne surgisse.

Krishna fait référence à cet état au-delà de la colère comme une possibilité pour arriver à Lui.



अनपेक्षः शुचिर्दक्ष उदासीनो गतव्यथः ।
सर्वारम्भपरित्यागी यो मद्भक्तः स मे प्रियः ॥१२.१६ ॥

*Anapekshaha suchirdaksha udaasino gatavyathah
Sarvaarambhaparithyaagi yo madbhaktah sa me priyah (12.16)*

« Celui qui est libre de tout désir, qui est pur et habile, insouciant, serein, qui est altruiste dans tout ce qu'il fait, celui qui m'est dévoué, celui-ci M'est cher. »



Krishna passe à la vitesse supérieure. Une fois que vous abandonnez la joie, l'anxiété et la colère, une fois que vous transcendez ces émotions, vous atteignez un état de calme qui vous rapproche de Lui. Maintenant, Il passe de « *nissangatvam* » à « *nirmohatvam* » ; du non attachement aux émotions, au non attachement aux désirs.

Il nous fait comprendre la différence entre les désirs et les besoins. Les besoins nous sont nécessaires pour survivre sur cette planète Terre. Il s'agit de notre nourriture de base, d'un habitat, etc.. Mahavîra dit, « L'univers a déjà pourvu pour tout ce dont vous avez besoin dès vous êtes nés sur cette planète. »

Il nous faut tout simplement faire confiance à l'univers, et nous recevrons exactement tout ce dont nous avons besoin pour vivre. Nous ne devrions pas désirer plus.

Mais en général, nous cherchons à avoir toujours plus. Nos besoins de base ne nous satisfont plus. Nous voyons les autres autour de nous vivre dans ce que nous jugeons être un confort plus intéressant. Nous ne pouvons pas supporter de voir les autres être plus heureux que nous. Nous nous sentons beaucoup plus à l'aise lorsque nous les voyons souffrir, car cela semble relativiser l'ampleur de nos soucis.

Si nos voisins achètent un nouvel appareil à air conditionné, la température dans notre maison augmente subitement ! Si le voisin achète un nouveau réfrigérateur, nos provisions

semblent ne plus se conserver aussi bien qu'avant ! Si le voisin achète une nouvelle voiture, notre voiture semble soudainement ne plus être aussi rapide qu'elle l'était ! Nous comparons constamment ce que nous avons avec ce que possède les autres.

Nous sommes ainsi tout le temps en train de nous demander ce que sera la prochaine chose que nous nous procurerons. Avant même que nous commencions à apprécier ce que nous avons acquis, nous commençons à faire des projets pour acquérir plus. Nous n'éprouvons en fait aucune joie à posséder les choses ! Notre joie réside dans l'acte de poursuivre nos désirs. Il n'y a pas de limites à cette poursuite.

Lorsque vous devenez le plus riche de votre famille, vous aurez aussi besoin de devenir le plus riche de votre quartier, le plus riche de votre pays, le plus riche du monde... Cela n'a pas de fin.

Bhagavan Ramana Maharishi a très joliment noté de façon poignante, 'Cet univers peut satisfaire les besoins de tous ses habitants, mais il ne peut pas pourvoir aux désirs d'une seule personne.'

Les désirs n'ont pas de fin. Ils provoquent tant de souffrances ! Les désirs naissent de nos comparaisons. Nos besoins, nos besoins de base, porte en eux l'énergie nécessaire pour être satisfaits. Mais nos désirs portent avec eux la graine de notre propre souffrance.

Durant nos programmes NSP, le programme Nithyananda Spurana, J'emmène les participants à travers les sept couches d'énergie que l'esprit traverse lorsque l'on meurt. Dans ce processus, l'esprit se rappelle tout ce qui s'est passé durant sa vie dans ce corps qu'il a occupé. Il visionne sa vie de manière très rapide, chaque incident est stocké dans le disque dur de notre mémoire.

Dans une de nos sessions, je demande au gens d'écrire tous leurs désirs, leurs besoins. Ils remplissent des pages et des pages... Je leur demande ensuite de revoir leurs notes plusieurs fois. Puis je leur demande de méditer. A la fin de leur méditation, Je leur demande de se rappeler de mémoire la liste de désirs qu'ils ont écrits. Ils ne se souviennent en général que d'une fraction de ce qu'ils ont écrits.

C'est comme s'ils avaient commencés avec un arbre plein de feuilles, leurs désirs. Durant la méditation, l'arbre a perdu presque toutes ses feuilles, comme si ces feuilles n'étaient en fait que des feuilles mortes. Celles qui restent brillent comme des feuilles d'or au soleil !

Tout ce qui reste dans leur mémoire, ces désirs brillent comme de l'or. Ils portent avec eux l'énergie nécessaire pour leur matérialisation. Ces désirs sont les vrais désirs qu'ils portent avec eux.

Ces désirs, si le processus est fait en conscience, sont toujours des désirs altruistes. Ils portent bénéfice à l'individu,

sans aucun doute, mais ils profitent aussi l'humanité toute entière généralement.

Seul de tels désirs désintéressés portent avec eux l'énergie de l'univers pour aider leur réalisation.

Lorsque nos désirs sont nos vrais désirs, lorsqu'ils reflètent nos vrais besoins, lorsqu'ils expriment notre énergie, nous ne devons pas rencontrer de difficultés à les réaliser. Nous réalisons intuitivement que ces désirs seront réalisés de manière naturelle et fluide. Nous ne sommes ni stressés ni troublés, mais confiants. Nous acceptons que cela va arriver.

Krishna conseille Arjuna, 'Libérez vous des désirs, soyez altruistes et vous ne serez plus troublés, vous M'atteindrez.'



यो न हृष्यति न द्वेष्टि न शोचति न काङ्क्षति ।
शुभाशुभपरित्यागी भक्तिमान्यः स मे प्रियः ॥१२.१७ ॥

*Yo na hrushyati na dveshti na sochati na kaankshati
Subhasubhaparityaagi bhatimaanyah sa me priyah (12.17)*

« Celui qui ne se réjouit pas ; qui ne déteste pas et ne désire rien ; celui qui a renoncé au bon et au mauvais et qui déborde de dévotion, est très cher à Mon cœur. »



Maintenant Krishna aborde un autre niveau pour nous permettre de contrôler l'esprit.

Il fait référence à celui qui n'aime pas ni ne déteste. Il ne veut pas dire manquer d'amour pour les autres. Quand nous aimons de la manière dont nous le faisons habituellement, en attendant quelque chose en retour, selon des critères précis, cela fonctionne bien, aussi longtemps que nos attentes des autres sont satisfaites. Quand les choses ne fonctionnent pas selon nos prévisions, l'amour disparaît comme une goutte de rosée sous le soleil.

L'amour et la haine sont les côtés opposés de la même pièce, tant que l'amour exprimé est soumis à des conditions. L'amour peut se transformer en haine en un clin d'œil, dès que nous ressentons que nos attentes sont menacées. Dans ce type d'amour, il existe la réjouissance extérieure, le partage de la joie et du bonheur, les manifestations de cet amour en public sont réelles tant que l'émotion est présente.

Souvent l'amour, ou ce que nous considérons comme tel, est associé au temps et à l'espace. Tant que la distance est importante et le temps de contact réduit, nous voyons très peu de défauts en ceux que nous professons aimer. Il n'y a pas suffisamment d'expérience et d'interaction pour établir des prévisions et jauger les résultats. Cependant, dès que nous nous rapprochons et passons du temps avec cette personne, nous avons une meilleure image d'elle et nous voyons mieux ses défauts. Les verrues commencent à se faire voir. Ce n'est

pas étonnant qu'on dise que la familiarité engendre le mépris, elle peut aussi transformer l'amour en haine.

Pour transcender l'amour et la haine, qui ne sont cependant que des expressions différentes de la même réalité, il nous faut nous débarrasser des attentes. Il nous faut développer le sens du non attachement. Nous devons donner de l'amour inconditionnel.

Nous passons tous, par plusieurs niveaux lors de nos relations amoureuses au cours d'une vie. Enfant, nous dépendons des parents. Nous sommes influencés par eux et notre amour pour eux est inconditionnel car il n'existe aucune autre option. Pour survivre, un enfant doit dépendre de ses parents. Le comportement naturel d'un enfant est d'être centré sur lui-même et quelques soient les émotions qui apparaissent pour les parents elles restent conditionnelles pour la survie de leur Moi. Cette dépendance est totale.

Quand nous atteignons l'adolescence, nous nous ouvrons au monde extérieur et commençons à remettre en question un grand nombre d'hypothèses que nous avions prises comme allant de soi quand nous étions enfants. Les adolescents, par conséquent, commencent à se rebeller, se débarrassent de la dépendance qu'ils avaient pour les parents et les aînés. Ils désirent être indépendants, ils ne respectent plus les règles.

Adultes, nous apprenons que pour survivre nous devons suivre les règles et réglementations de la société, il nous faut

coexister. Par conséquent, nous développons des aptitudes, des qualités pour coexister. Nous apprenons à vivre avec les autres, autrement nous devenons inadaptés à la société. L'unique et la plus importante leçon que nous apprenons à l'âge adulte est qu'il est important de communiquer avec les gens de façon significative. La plus importante de toutes les cohabitations est la relation entre époux.

A mesure que nous grandissons et que nous devenons mature, l'esprit, son développement devient plus important, nous cherchons des conseils. Nous cherchons un Maître.

Mais avec le Maître la relation est contraire à ce que nous avons vécu quand nous étions enfant. Une fois de plus ce qui nous intéresse est de survivre, la survie de l'esprit et non la survie de la relation esprit-corps. Afin d'aider la survie de cet esprit, la relation dont nous avons besoin avec le Maître doit être d'une dépendance absolue une fois de plus. Pour que cette relation fonctionne, il faut quelle soit totalement inconditionnelle.

La seule et unique relation qui porte des fruits avec le Maître qu'est Krishna est l'amour inconditionnel, lâcher prise est la condition absolue. Le lâcher prise transcende l'amour et la haine, seul le lâcher prise peut permettre une transcendance totale.

Quand on peut avoir l'attitude mentale pour s'abandonner complètement au Maître ou au Divin qui ne sont qu'une et

même chose, le concept du bien et du mal, le péché et le mérite disparaissent.

Spirituellement parlant, il n'existe rien de tel que le péché. Nos péchés ne sont pas enregistrés sur un petit carnet par quelqu'un qui décide si nous sommes qualifiés pour le paradis ou pour l'enfer. Le paradis et l'enfer n'existent pas. Le paradis et l'enfer ne sont pas des lieux géographiques, ils n'existent qu'au niveau psychologique dans les régions de notre esprit et dans notre comportement. Nous commettons des péchés car nous sommes dans notre propre enfer. Nous faisons du bien aux autres quand nous sommes dans notre propre paradis.

Les religions essayent de nous contrôler en utilisant les concepts du péché, du péché originel, l'enfer et le paradis. Comprenez, il n'existe rien de tel que le péché, le paradis et l'enfer. Ceux qui vous donnent l'étiquette de pécheurs sont eux-mêmes des pécheurs, c'est la raison pour laquelle ils vous appellent pécheurs car ils souhaitent vous contrôler. Les religions, toutes les religions, essayent de contrôler les gens par la peur et l'avidité, la carotte et le bâton. Autrement, les religions ne peuvent nous maîtriser, ne peuvent exister comme des entités commerciales, qui sont leur véritable nature.

Krishna brise le moule. Il déclare : « Allez au-delà du bon et du mauvais. » Il fait cette déclaration car il n'existe point d'enfer, point de paradis sinon au niveau de notre esprit. Quand nous comprenons cette vérité, nous sommes dans Son royaume. C'est la promesse qu'Il nous fait.



समः शत्रौ च मित्रे च तथा मानापमानयोः ।
शीतोष्णसुखदुःखेषु समः सङ्गविवर्जितः ॥१२.१८ ॥

*samah satrau cha mitre cha tathaa maanaapamaanayoh
seetoshna-sukha-duhkhesu samah sanga-vivarjitaḥ (12.18)*

तुल्यनिन्दास्तुतिर्मानी सन्तुष्टो येनकेनचित् ।
अनिकेतः स्थिरमतिर्भक्तिमान्मे प्रियो नरः ॥१२.१९ ॥

*tulya-nindaa-stutir maunee santusshto yena kenachit
aniketah sthira-matir bhaktimaan me priyo narah (12.19)*

« Celui qui considère les amis et les ennemis de la même manière, qui reste équanime face à l'honneur et au déshonneur, à la chaleur comme au froid, au bonheur comme au désarroi, aux louanges comme à l'infamie, celui qui est libre de tout attachement, silencieux et satisfait de ce qu'il a, sans domicile fixe, dont l'esprit est stable, et qui M'est entièrement dévoué, une telle personne M'est très chère »



Ici, Krishna dit encore, « Un tel homme emplit de dévotion est très cher à Mon cœur ». Il n'est plus sur le point d'énoncer de nouvelles règles, ce qui veut dire qu'il est sur le point de terminer Ses instructions. Il dit presque, « Ceci est la voie. J'aime quiconque est comme cela. Voilà tout. Je ne suis intéressé par rien d'autre. »

Il dit, « Celui qui est neutre envers ses amis tout comme ses ennemis, qui reste identique dans l'honneur et le déshonneur, dans la chaleur ou le froid, la joie ou le désarroi, libéré de l'attachement aux fruits de ses actions, qui reste le même face aux louanges comme aux critiques, qui est réfléchi, qui ne cherche pas à avoir une maison qui lui est propre, qui est content de ce qu'il possède, et dont l'esprit est résolu ; un tel homme, plein de dévotion, M'est très cher. »

Voilà une déclaration magnifique : « Celui qui ne cherche pas à avoir une maison », qui ne se soucie pas de se construire une maison.

Laissez moi vous raconter une histoire : Ravana vécut pendant un *kalpa* (plusieurs milliers d'années) ; Vyasa vécut pendant quatre *kalpas*. Ravana construisait Lankapuri au Sri Lanka. Il reçut Lankapuri en cadeau de Shiva et il cherchait à développer cette cité.

Lorsque Vyasa visita la ville, Ravana lui demanda, « Oh Vyasa ! Avez vous vu mon palais et mon pays ? Ils sont si beaux ! »

Vyasa répliqua, « Oui, je les ai vous. »

Ravana l'emmena faire un tour et lui demanda, « Pourquoi ne construisez vous pas également une maison pour vous même ? »

Vyasa sourit et dit, »Ma vie ne durera que quatre *kalpas*, je n'ai pas de temps à perdre à me construire des maisons. Après tout, je ne vais vivre ici que pour quatre *kalpas*. Pourquoi devrais je perdre mon temps à construire des maisons ? »

Ravana ne vécut qu'un *kalpa*, pendant lequel il construisit une grande maison. Vyasa allait vivre quatre fois plus longtemps, et pensait que cela n'était pas nécessaire de perdre une partie de sa vie à construire des maisons.

Alors Krishna dit : « L'homme qui ne s'occupe pas de posséder une maison, est une personne qui est pleine de dévotion, et il est proche de Moi, il M'est cher. »

Laissez moi vous dire quelque chose : lorsque je vais dans la maison de mes dévots, ils me demandent souvent : « Maître, c'est la première fois que vous venez ici, avez vous tout de même bien dormit ? »

Je leur répond alors, « Ce n'est que lorsque vous êtes attaché à une maison en particulier qu'une autre maison devient un nouvel endroit, et que vous devez vous y

acclimater : Si vous avez abandonné l'attachement à l'idée d'une maison, vous vous sentez alors à la maison où que vous alliez. »

J'ai visité en tout 1200 maisons ces deux dernières années. En Inde, certains jours, je visite parfois près d'une quarantaine de maisons. Quelque fois, on m'offre le *Pada Puja*, ou alors je conduis moi même un *puja*. Je visite et bénis les gens. Je suis resté dans des centaines de maisons dans différents pays, mais je n'ai jamais ressentit d'inconfort à être dans ces nouveaux endroits ; je me sens toujours tout à fait à la maison. : Mais les gens me demandent toujours : « Maître, avez vous bien dormit ? Etiez vous à l'aise ? »

Je leur dis, « Où est le problème ? Si je tends la main, je reçois à manger ; si j'étends mes jambes, Je dors, voilà tout ! » C'est la vie ! Si vous n'êtes pas attaché à une maison en particulier, vous vous sentirez à la maison dans le monde entier ; vous serez complètement détendu où que vous soyez dans le monde !

Les gens me demandent parfois, « Comment faites vous pour voyager autant, Maître ? »

Cette question est généralement posée par les gens qui voyagent en relation à leur business. Ils me disent, « Si nous allons quelque part et y restons quelques temps, il nous faut ensuite une semaine entière pour nous réinstaller dans notre

routine, dans notre vie, pour nous y sentir à l'aise, pour nous retrouver ! Comment faites vous donc pour voyager sans cesse de la sorte ? »

Je reste au maximum une semaine dans un endroit, mais maintenant que nous avons un ashram à Los Angeles, je reste ici pour plus d'une semaine ; mais à part cela, je ne reste jamais plus d'une semaine quelque part.

Si vous ne vous sentez pas connecté à une maison ; alors vous vous sentez connecté avec le monde entier ! C'est cela le secret ! Vous ressentez une félicité profonde et sereine. Comme Krishna le dit ici, « Celui qui ne se focalise pas sur une maison, un tel homme plein de dévotion M'est très cher. » On ne peut être fixé en esprit que lorsque nous ne nous sentons pas fixé dans un endroit en particulier.

Lorsque des gens venaient et demandaient à Ramana Maharishi de leur suggérer une technique de méditation, il leur conseillait de marcher autour de la montagne d'Arunachala et de se concentrer sur la colline. Ils se demandaient alors, « Pourquoi me dit-il cela ? Comment peut on méditer tout en marchant ? D'ordinaire, on médite assis par terre les jambes croisées et les yeux fermés ! »

Non ! Comprenez bien cela. Lorsque le corps bouge, il est très facile de garder un mental fixe. Dans notre programme d'énergétisation des *chakras*, le programme « vivre dans la félicité », nous avons une méditation qui agit sur le *chakra*

Vishuddhi, le *chakra* de la gorge. Cette méditation implique des mouvements très actifs. Il s'agit en fait de courir en gardant l'esprit bien centré sur ce chakra de la gorge. Cette technique est très puissante, et elle infuse beaucoup d'énergie dans votre système. Il est bien plus facile de garder le mental centré lorsque le corps bouge.

Lorsqu'on est complètement dans le moment présent, lorsque l'on est complètement conscient, lorsque notre Conscience est bien éveillée, il ne peut pas y avoir de dualité. Notre Soi merge avec le Soi ; nous sommes alors Un avec le Divin. Les autres ne sont rien d'autre que nous même ; où est alors la question des amis et des ennemis ? Nous sommes Un avec la nature, où est la question de ressentir le froid ou la chaleur ? Pourquoi se sentir si inconfortable avec le froid ou la chaleur ? Lorsque nous sommes unis à l'univers, où est la question de se sentir honoré ou déshonoré ? De qui, par qui, et pour qui ? L'expérience et celui qui l'expérimente se fondent l'un dans l'autre. L'expression et l'expérience deviennent identiques.

Krishna nous emmène dans cet état, l'état de la Conscience de Krishna, l'état d'unité avec lui, le Divin, où toutes ces dualités mergent et disparaissent.



ये तु धर्मामृतमिदं यथोक्तं पर्युपासते।
श्रद्धाना मत्परमा भक्तास्तेऽतीव मे प्रियाः ॥१२.२०॥

*ye tu dharmaamrtam idam yathoktamm paryupaasate
sraddadhaanaa mat-paramaa bhaktaas teteeva me priyaah (12.20)*

‘Ceux qui suivent vraiment cette voie impérissable de la vertue avec foi, faisant de Moi le but Suprême, me sont très chers.’



Krishna conclut ainsi le chapitre sur le *Bhakti Yoga*, l'Union à travers la dévotion.

Le *Dharma* est la vertue spirituelle. Ce n'est pas un ensemble de règles et de règlements instaurés par la société et la religion. En fait, le *dharma* n'a rien avoir avec tout cela.

L'être humain a tendance à enfreindre les règles. Par exemple, à la vue d'un panneau de limitation de vitesse, un chauffeur accélèrera dès qu'il aura la conviction qu'il n'y a pas de gendarmes aux alentours. Les règles, en particulier les règles établies par la société, semblent restreindre la liberté d'expression et de mouvements. Les règles sont toujours une nécessité pour les autres mais jamais pour nous !

Les règles ainsi que les commandements religieux sont pires encore. Ils sont basés sur les principes de l'avidité et de la peur, et existent dans l'objectif de contrôler, de contrôler complètement. Contrairement aux gens qui dirigent la société, les leaders religieux savent qu'ils n'ont aucun pouvoir constitutionnel pour contrôler les gens ; par conséquent, ils sont forcés de créer des techniques plus subtiles pour contrôler les gens. Alors, ils ont inventés les péchés.

Parallèlement aux péchés, les religions ont crée le paradis et l'enfer. Mais comprenez clairement qu'il n'existe ni paradis ni enfer ! Le paradis et l'enfer ne sont pas des lieux géographiques, ils sont dans votre esprit ! Vous commettez des péchés car vous vivez dans un enfer mental ! Et vous

n'irez pas en enfer parce que vous avez commis des péchés !

Mais les religions aussi veulent continuer à exister et pour cela, elles doivent contrôler. Comment survivraient-elles si elles vous poussaient à prendre conscience de votre divinité? Alors elles doivent vous étiqueter ‘pécheur’, ‘pécheur’ depuis la naissance. Ainsi, on vous fait croire que seule la religion peut vous donner le salut et que vous ne pouvez pas vous racheter car votre nature intrinsèque est mauvaise.

Comprenez cela, vous n’êtes pas pécheur ! Le divin réside en Vous ! Notre seul et unique péché, le peche originel, est de ne pas reconnaître que nous sommes divin. Par consequent, nous n'avons pas besoin de lutter pour nous libérer. Il nous suffit juste que nous devenions conscient de notre divinité intérieure.

Dans les écritures Hindoues, les différentes vérités spirituelles sont appelées *yama* et se composent de la façon suivante : *Satya, Ahimsa, Asteya, Aparagriha et Bramacharya*.

Ces vérités spirituelles sont assez proches des Dix Commandements.

Satya est la Vérité ; c'est la vérité en pensées, en actions et en paroles. Ce qui se trouve à l'intérieur s'exprime à l'extérieur. La Vérité ne peut être exprimée que si l'on est dans le moment présent, lorsque l'esprit et l'ego sont désengagés, quand tout ce que nous ressentons est exprimé sans être filtré par l'ego.

Ahimsa correspond à la non-violence, une fois de plus au niveau des pensées, des actions et des mots. *Ahimsa* se manifeste par la réalisation de la conscience collective, par la réalisation que nous formons Un avec l'univers, que nous formons Un avec tous les Etres de l'univers. Quand cette réalisation se produit, faire du tort à autrui revient à se faire du tort à soi-même. La violence se transforme alors en compassion.

Asteya correspond à la convoitise. C'est prendre conscience que l'on est unique dans le cadre de la conscience collective, et ne pas convoiter les biens d'autrui.

Aparigraha est le fait de mener une vie simple en se contentant du minimum, dans la limite de ses besoins propres. Cela consiste également à ne pas développer des désirs basés sur l'avidité.

Bramacharya consiste à vivre dans la réalité. Ce mot est souvent mal traduit par le terme 'célibat'. En fait, il signifie se débarrasser des fantaisies, des illusions, des attentes et de vivre la vie comme elle se déroule.

Toutefois, suivre ces préceptes implicitement est humainement impossible de nos jours et à cette époque. Les *Sanyasis* qui font ce vœu ont beaucoup de difficultés à les respecter. Et pour tous ceux qui vivent dans le monde matériel, ils sont presque impossibles à réaliser.

En ce qui me concerne, je dirais que ces règles de *yama*, de conduite spirituelle, sont le résultat de l'illumination et non la voie qui mène à l'illumination. En cette époque moderne, la voie de la vertue dont parle Krishna, cette voie qui mène à lui, est la voie de la méditation. Quand on suit la voie de la méditation, automatiquement on atteint le cycle vertueux de la prise de conscience qui nous conduit vers la Conscience de Krishna.

La méditation est un processus qui calme le mental. Grâce à ce processus, nous atteignons l'état de non pensées, l'ego disparaît par conséquent, les barrières qui nous empêchent de réaliser notre vraie nature Divine disparaissent. Nous devenons ainsi conscient de qui nous sommes. Nous réalisons que nous ne formons qu'un avec le Divin.

Nous avons regroupé les questions de différents chapitres. Je vais essayer de répondre à quelques unes de ces questions et nous mettrons ensuite un terme à cette session.

Question : Maître, vous avez dit qu'il n'y a aucun mot en sanskrit pour traduire le mot 'divorce', mais le divorce est une réalité en Occident. Le divorce est-il possible spirituellement ?

Réponse : Soyez bien clairs. Si vous êtes spirituel, le divorce n'est pas nécessaire. Si vous éprouvez le besoin de divorcer, c'est qu'il y a quelque chose qui ne va vraiment pas. Comprenez bien cela, la spiritualité véritable fera de vous un

meilleur mari, une meilleure femme. Ne vous plaignez pas en disant : 'Non, non, il n'est pas spirituel, il n'est jamais sur la même longueur d'onde que moi. Toutes ces choses arrivent à cause de vos attentes.

En accord avec nos *samskaras* - nos mémoires passées – et tout ce que nous nous voyons en plus autour de nous, chacun de nous développe un modèle, une image de ce qu'il veut voir chez son compagnon, son âme sœur. Cette recherche du compagnon idéal est génétique, programmée par la nature afin d'assurer l'existence de l'espèce humaine.

Ce que nous voyons n'est pas ce que nous obtenons. Nous voyons une image toute rose et nous tombons amoureux. Comprenez, nous ne disons jamais « s'élever amoureux » ! Nous disons toujours « tomber amoureux ». C'est une descente, jamais une ascension. Quand nous devenons plus proches, les rencontres, le temps que nous passons ensemble semble de plus en plus long, l'espace diminue entre les deux personnes, la couleur passe du rose au jaune taché. Voilà un peu ce qu'est le mariage !

Un homme offre un chiot à un couple de jeunes mariés. Six mois plus tard, il rencontre le mari et lui demande comment va son couple. Le mari répond : « Au début, le chiot aboyait, et ma femme m'amenaît le journal. Maintenant, c'est le chien qui m'amène le journal et ma femme qui aboie après moi ! »

Nous sommes remplis d'attentes, si remplis de fantasmes que nous ne pouvons pas lâcher prise pour apprécier l'autre personne pour ce qu'elle est. Dieu nous a tous créé. Pourquoi essayons-nous de rendre l'autre personne meilleure que Dieu l'a créée ? Cela n'est pas possible, n'est-ce pas ? Toutefois, nous prenons un pinceau et essayons « de peindre et repeindre » la personne selon notre plan. Ou alors nous prenons un marteau et des ciseaux pour sculpter la personne selon notre goût. Ce n'est pas étonnant que le sang coule dans nos mariages. Dans les Sutras de Siva, Devi Parvati demande à Siva : « Seigneur, qu'est-ce qui rend un couple heureux ? »

Dans chaque mariage, il y a quatre personnes. Dans le lit de chaque couples, il y a quatre personnes : l'homme, la femme, la femme des fantasmes de l'homme et l'homme des fantasmes de la femme. Quand l'homme et la femme mettent de coté leurs fantasmes et qu'il ne reste que les deux membres du couple dans le lit, le mariage devient stable !

Laissez-moi vous dire honnêtement, vous voyez ce que vous projetez. Cela peut blesser votre ego, cela peut vous blesser. Mais regardez au fond de vous-même et vous comprendrez que vous aussi contribuez aux différents problèmes. Personne ne peut vous blesser, ne peut vous déranger, ni vous posséder, sans votre permission.

Vous devez sûrement avoir un intérêt direct pour que vous permettiez à ce type d'individu d'entrer dans votre vie.

Attirer les gens qui ne sont pas sur la même longueur d'onde que vous, en soi-même, n'est pas spirituel. Cela signifie qu'il y a quelque chose qui ne tourne pas rond au niveau de votre Etre. Cherchez, travaillez dessus, soignez vous, et tout deviendra parfaitement clair.

Q : J'ai lu des expériences et rencontré des gens qui ont vécus l'expérience de la mort et son sortis de leur corps. Ils disent tous que cela est une expérience extraordinaire ! Alors pourquoi la Gita l'a décrite comme étant douloureuse, comme la morsure d'un millier de scorpions ?

R : Comprenez que quand je parlais de l'expérience de la mort, je faisais allusion à une mort normale. Dans votre cas, vous dites, « j'ai lu et je connais quelques personnes qui ont fait cette expérience ». A partir du moment que vous dites « j'ai lu », cela signifie que vous avez lu quelque chose concernant leurs expériences. Lorsque vous dites « j'ai entendu parlé de ces gens », cela signifie que d'une façon ou d'une autre, ces personnes meditent et sont spirituelles. C'est la raison pour laquelle elles ont fait cette expérience et en sont revenues.

Je parlais moi de quitter le corps une fois pour toutes. Ce dont vous parlez est de « faire l'expérience » et revenir. Faire l'expérience de la mort et revenir signifie que l'expérience est une experience spirituelle, mais pas l'expérience ultime de la mort ! Je voulais parler de la mort physique et non d'une transformation consciente.

Ce que Ramana Maharishi a expérimenté fut une expérience de la mort au niveau de la conscience mais ce que j'essayais de vous décrire était en fait la mort normale de l'être humain ; la mort physique de l'Etre humain. Comprenez la différence.

Selon mon expérience de la vérité, lors de la mort, l'esprit passe à travers sept niveaux d'énergie. L'individu voit défiler toute sa vie, aucun détail n'est omit. Le corps fait de nouveau l'expérience des souffrances, des plaisirs, des désirs, des sentiments de culpabilité et toutes les émotions similaires que vous avez vécues au cours de votre vie. C'est comme cela que vous traversez l'enfer et le paradis.

La souffrance vécue à travers ce processus est similaire à la piqûre de milles scorpions. On a l'impression que le corps est ouvert en étant déchiré de la tête aux pieds. La seule façon d'éviter cette douleur, c'est d'avoir eu un aperçu de cette expérience au moins une fois dans sa vie. Ceci n'est possible qu'à travers la méditation.

C'est ce que je fais lors du programme N.S.P. . Je vous fais entreprendre le voyage que votre esprit traversera au moment de la mort, tout en méditant sur vos Samskaras à chaque étape afin de les dissoudre. Cela ouvre la possibilité de mourir sans souffrir et de ne plus renaître.

Q : Krishna dit « Mes dévots ne meurent jamais » Mais si tout est Dieu, peut on dire que les choses périssent

réellement? Krishna semble dire que seuls ses dévots ne périssent jamais, alors que les autres périssent... Expliquez-moi cela s'il vous plaît et enlevez mes doutes.

R : Comprenez bien cela: vous devenez dévot de Krishna dès que vous réalisez que vous ne périrez jamais. Il n'y a pas de catégories telles que les dévots de Krishna et les autres, ni de dogmes annonçant que les dévots de Krishna ne périront pas alors que les autres si ! Quiconque comprend qu'il ne périra pas devient automatiquement un dévot de Krishna. A partir du moment que vous comprenez ce concept, vous devenez Son **bhakta**, Son dévot. Que ce soit bien clair : si vous comprenez que tout est Dieu, alors rien ne périt.

Na me bhakta pranasyati : Il dit : « Mon dévot ne périt jamais. » Cette déclaration est relative si vous comprenez que tout est Dieu, rien ne périt. Quand vous comprenez ce niveau, si vous atteignez ce niveau, cette déclaration n'est pas pour vous. Cette déclaration est pour les gens normaux qui sont sur la voie, les gens qui essaient encore de comprendre. Tout d'abord, si vous avez fait l'expérience que tout est Dieu, il n'est pas nécessaire de vous questionner concernant cette déclaration.

Ensuite, à partir du moment que vous comprenez que rien ne périt, vous devenez un *bhakta* de Krishna. Donc Krishna ne fait aucune déclaration avec partialité. Il ne montre aucun

signe de favoritisme en disant que « seuls Mes dévots ne périront pas, tandis que les autres périront. »

Non ! Ce n'est pas ce qu'il veut dire. Quiconque comprend cette philosophie, cette science, ne périra pas. Si vous comprenez cette science sans même être un dévot de la flûte de Krishna ou de sa plume de Paon, vous ne périrez pas, donc ne vous en faites pas !

Si vous pensez que Krishna ne représente que la flûte et la plume de paon, alors seulement à ce moment là, la question fera surface. Mais si vous comprenez que Krishna est au delà de la flûte et de la plume de paon, vous n'aurez pas de doutes. « Mon dévot ne périt jamais. Lorsqu'il comprend cela, il ne périt point. » C'est ce que veut dire Krishna.

Krishna n'est pas le Krishna que vous croyez. Il n'est pas la forme unique à laquelle vous êtes habituée. Il est l'énergie de la Super Conscience, l'énergie cosmique, *Parasakti*.

Un groupe de dévots fanatiques de Krishna assistent à une de mes conférences. Ils me demandent : « Vous parlez de la Gita de manière si élégante. Croyez-vous en Krishna ? »

Je répondis « Bien sur. »

Ils dirent : « Alors si c'est vrai, comment pouvez vous considérer les autres Dieux comme des divinités ? Nous savons que vous avez un temple de Dakshinamurty dans votre Ashram. Comment pouvez-vous faire une telle chose ?

Krishna déclare clairement dans la Gita qu'il est tout et que rien d'autre n'est important. »

Je leur ai expliqué : dans la Mahabharata, après la guerre, Arjuna et Krishna se promènent. Arjuna se tourne vers Krishna et lui dit, « Je ne me rappelle plus tellement de ce que tu m'as dit avant que la guerre ne commence sur le champ de bataille. Peux-tu me rappeler toutes ces choses ? »

Krishna sourit et dit : « Oh ! Tu as oublié ? Mais je suis désolé Arjuna, j'ai aussi tout oublié ! »

Arjuna est perplexe et demande : « Krishna, comment est-ce possible ? »

Krishna répond : « Quand je l'ai enseigné sur le champ de bataille, j'étais dans l'état de super Conscience *Parabrahma* Krishna. Maintenant je suis *Vasudeva Krishna*. Je ne peux pas me rappeler ce que j'ai dit dans ce mode d'énergie universelle ou j'étais sans forme. »

Mais rempli de compassion, Krishna lui explique de nouveau l'essence de ses enseignements, qui forment aujourd'hui la compilation d'*Anu Gita*.

Ils furent satisfaits dès qu'ils comprirent le principe que la conscience Divine de Krishna est identique à toutes les autres divinités, bien que l'adoration soit différente.

Le Krishna qui déclare ‘Mes dévots ne périront pas’ est le *Parabrahma Krihna*. Dans cet état, il réside en chacun de nous. Si nous réalisons cette vérité nous devenons son dévot, nous aussi devenons Krishna et formons un avec la Conscience de Krishna et nous ne périrons pas.

Q : Pouvez-vous expliquer comment se débarrasser complètement des *samskara* (mémoires gravées) et aussi comment complètement lâcher prise et s’abandonner ?

A : Vous voulez savoir comment se débarrasser des *samskara*, comment tout lâcher et s’abandonner. Venez participer aux cours des deux prochains jours et je vous dirais. Ces cours traiteront des *samskara*. Nous allons travailler en profondeur sur chacun de vos *samskara*. Les *samskara* des désirs, les *samskara* de la culpabilité, les *samskara* de la souffrance; nous travaillerons séparément sur chaque *samskara*.

Non seulement il y aura un cours mais il sera interactif. Nous travaillerons ensemble pendant trois à quatre jours particulièrement sur le *guna hraya yoga* et sur tous les chapitres qui traitent surtout des *samskaras*.

(Ces différents chapitres sont disponibles dans des livres séparés)

Q : Swami, *Savasana* (la posture allongée) est elle favorable à la méditation, ou devrions nous être assis pour méditer ?

R : Si vous vous allongez, vous ne ferez que vous endormir ! Même assis il arrive que l'on s'endorme. Donc naturellement si vous vous allongez, vous allez vous endormir. S'il vous plaît, ne vous allongez pas pour méditer. Vous voyez, quand vous dormez, vous pouvez méditer, mais ne dormez pas pendant que vous méditez. Il n'y a rien de mal à ce que vous méditez pendant votre sommeil. Mais si vous dormez pendant que vous méditez, il y a un sérieux problème. Ne faites pas *savasana* pour méditer, mais méditez quand vous faites *savasana*.

Q : Si quelqu'un meurt un jour de *Mahashivaratri* ou n'importe quel autre jour favorable, est-ce que l'âme ira directement au paradis ?

R : Je pense avoir déjà répondu à cette question. Le *Dakshinayana* (mouvement du Soleil dans le sud du 22juin au 22décembre), *uttarayana* (mouvement du Soleil du 22décembre au 22juin) toutes ces choses ne sont que psychologiques, mais non chroniques. Quand je dis *uttarayana*, quand Krishna dit *uttarayana*, il se réfère au moment où votre énergie bouge vers le haut, c'est cela *uttrayana*. Quand vous êtes parfaitement à l'aise avec vous même, c'est l'état d'*uttarayana*.

Que ce soit clair, c'est psychologique, il n'existe rien de tout cela. A Disney World par exemple, il y a une réduction sur le prix des tickets le mardi et le mercredi ; car pendant ces deux jours, très peu de gens fréquentent ce lieu. Donc

pendant ces deux jours, il y a des remises et des offres spéciales. Il n'y a aucune remise ni d'offres spéciales au paradis. Cela dépend simplement de la qualité de vie de chacun. Donc comprenez bien, il n'y a aucune offre spéciale.

Siva, le mot Siva signifie : favorable, cet aspect favorable qui se manifeste spontanément. Il est sans cause, se manifeste naturellement ; Il se manifeste divinement. *Ratri* signifie aussi intensité et pas seulement « la nuit » comme nous l'entendons. *Sivaratri* ou *mahaśivaratri* est la période où le degré de « favorabilité » est à son maximum. Vos prières sincères avec une profonde conscience vont être exaucées. Si elles sont faites en faveur de l'Univers.

Comme je l'ai dit précédemment, il n'y a pas de paradis, il n'existe que dans les dictionnaires religieux. Le paradis n'est pas un lieu géographique, c'est un lieu qui n'existe que dans votre esprit. Si vous accédez à la prise de conscience totale, vous serez dans la félicité et vous serez au paradis.

Q : Si l'on ne doit avoir aucun but, réaliser la bénédiction en elle-même, n'est elle pas un but ? Aidez-moi à comprendre s'il vous plaît !

R : Atteindre la félicité ne doit pas être un but que vous vous fixez. Vous allez manquer la félicité et tout rendre confus. Lâchez tous vos buts ; la félicité se manifestera automatiquement ! Il est impossible de forcer une fleur de lotus à s'épanouir. Vous pouvez tout simplement créer les

conditions favorables à son épanouissement et attendre. Et naturellement la fleur de lotus s'épanouira de son propre chef. Il n'y a rien que vous puissez faire, si vous forcez les pétales à s'ouvrir, le lotus mourra, ce ne sera pas un lotus vivant. Donc n'essayez pas de tuer la félicité avec un faux sourire. Que le sourire prenne sa source de votre Etre ! Laissez ce sourire déborder comme une expérience de joie ! Si vous plantez une graine dans des conditions favorables, elle s'épanouira et grandira par elle-même. Il en est de même pour la félicité. Si vous enlevez constamment la graine de la terre pour vérifier si elle s'épanouit ou non, vous n'obtiendrez rien !

Laissez-moi vous raconter une petite histoire : trois singes trouvent une mangue. Ils ne veulent pas la partager et n'arrivent pas à décider qui va la manger. Ils décident d'aller voir un grand maître singe pour lui soumettre le problème. Le maître singe dit : « Laissez moi manger ce fruit. Prenez la graine et plantez la. Elle deviendra un arbre et portera des fruits en abondance, vous n'aurez plus aucun problème pour les partager. »

Les singes acceptèrent et permirent au Maître singe de manger les fruits, puis ils plantèrent la graine. L'un des singes arrosa l'endroit où il avait planté la graine, un autre mit de l'engrais à cet endroit, et le troisième dit, « Et moi, je me suis assuré que personne n'avait volé la graine. »

Le Maître singe demanda à ce troisième singe, « Mais qu'avez vous fait exactement ? »

Le troisième singe répondit, « Et bien, tous les jours j'ai déterré la graine et me suis assuré que tout allait bien, puis je l'ai remise à sa place ! »

Rien ne se passera aussi longtemps que vous continuez à vérifier! Si vous voulez arrêter de concevoir la félicité comme le but en Soi, alors vous devez tout oublier à ce sujet. Poursuivez la voie de la méditation, et la félicité s'épanouira d'elle même. Mais elle ne croîtra pas si vous vérifiez mentalement si vous êtes dans la félicité ou non tous les jours!

Q : Cher Maître, si quelqu'un passe sa vie à penser à l'argent, quel type de vie aura t'il à sa naissance suivante ? Aura t'il la vie d'un homme riche où d'un homme pauvre ?

R : Cela dépend de votre intelligence et de la quantité de responsabilité que vous voulez avoir. Si vous êtes assez intelligent pour prendre vos responsabilités, alors ne vous embêtez pas à penser aux vies suivantes ! Alors dans cette vie même, vous mènerez la vie d'un homme riche. Si vous n'êtes pas assez intelligent pour prendre des responsabilités, et pour travailler dans ce sens là, vous serez alors pauvre dans cette vie et également dans les autres vies ! Si vous êtes prêt à ajouter à votre vie les ingrédients nécessaires pour mener la vie d'un homme riche, alors vous serez capable d'y arriver.

Vous voyez, pour cuisiner un nouveau plat, vous devez mélanger tous les ingrédients nécessaires. Alors seulement serez vous capables de préparer cette recette. C'est comme cela. Mais bien sûr, parfois, les choses fonctionnent différemment !

Une femme cuisinait. Son mari entra dans la cuisine et lui dit, « Qu'est ce que tu cuisines ? » Elle répondit, « Je n'ai pas encore fixé de nom. Une fois que se sera prêt, je donnerai un nom à ce plat. Maintenant, je n'ai pas d'idées. »

Et parfois, même si vous y mettez tous les ingrédients, les choses ne tournent pas comme elles sont sensées tourner, cela est différent ! Mais pour pouvoir faire certaines recettes, on doit ajouter les ingrédients adéquats. De la même façon, pour suivre la vie d'un homme riche, une vie riche, vous devez ajouter les ingrédients qui sont : la responsabilité, la capacité à prendre des décisions, le courage de faire face à la vie. Si vous avez tous ses ingrédients en mains, vous pouvez rendre votre vie riche aujourd'hui même, vous n'avez pas besoin d'attendre la vie suivante.

Les gens me demandent parfois, ‘Personne ne désire naître mendiant. Alors, pourquoi y a-t-il des mendiants ?’

Si une personne à vécue une vie dans les richesses, et que son âme n'a plus le désir d'accumuler des richesses, ni de prendre des responsabilités, alors ce sentiment devient une *vasana*, une attitude mentale profonde, qui accompagnera

l'esprit qui quitte le corps. L'impression peut être si forte que l'âme peut même décider d'être un mendiant et de perdre toutes responsabilités dans son incarnation suivante.

Q : Maître respecté, j'offre l'adoration au Dieu sans forme. Puis-je tout de même devenir votre disciple ?

R : Comprenez moi bien ! J'ai déjà répondu à cette question. C'est seulement si vous adorez le sans forme dans la forme que vous pourrez me comprendre facilement, vous pourrez établir un rapport avec moi. Comme je vous l'ai dis, j'ai donné des instructions bien claires, mes disciples ne doivent pas méditer sur ma forme. Je leur demande de ne pas méditer sur ma forme. Ils doivent avoir des expériences conscientes seulement. Je ne veux pas qu'ils deviennent attachés à ma forme. Et pas seulement ma forme, mais n'importe quelle forme d'un Maître !

Dieu est un concept pour la plupart d'entre nous. Pour un Maître réalisé, il est une réalité. Un Maître, un Maître illuminé est bien plus que Dieu, car Il est une réalité pour vous, pas un concept. Que le Maître soit présent ou non, Sa présence agit, elle travaille.

Ne croyez pas que je suis présent quand je me tiens devant vous ; ne croyez pas non plus que je sois absent lorsque vous n'êtes pas en ma présence.

Je dis à mes disciples : Ne restez pas assis en adoration face à moi !

Me poursuivre ne vous aidera pas ! Travaillez pour ma mission, servez ma mission ; alors je vous poursuivrai ; je m'installerai dans vos coeurs.

C'est le message du Krishna Super Conscient.

Q : Pourquoi des Saints qui ont réalisés la Conscience Ultime se réincarnent ils ? Qu'est ce que cela signifie ?

R : Dans sa compassion immense, *Parashakti* (L'énergie existentielle sous la forme de la Mère divine), envoie quelques Maîtres réalisés sur terre. Elle décide 'd'activer' quelques corps destinés à l'illumination pour aider la planète à évoluer. C'est sa décision propre. Personne ne peut intervenir. Et nous ne savons pas sur quels critères elle se base pour prendre cette décision. Nous pouvons simplement proposer un formulaire d'application ! Nous ne savons pas comment cela se produit, pourquoi cela se produit, et pourquoi cela ne se produit pas. C'est comme pour le visa Américain ; vous devez faire une demande et attendre la réponse ! *Quand* la demande va être répondue, pourquoi elle est répondue, ou pourquoi elle ne l'est pas, on en sait rien ! On a juste le résultat, voilà tout ! On vous informera si cela se produit ou pas. On ne peut absolument rien y faire.

Parashakti prend ses décisions de la même manière, et l'on ne connaît rien à ce sujet.

Un Maître illuminé a dissout tous ses *Samskara*. Il n'a plus de *vasana* (désirs), et du fait, plus de renaissances. Renaître ne relève pas de son choix. C'est comme si il y avait un aspirateur sur cette planète qui 'ré aspire' l'Etre énergétique du Maître et l'installe dans le ventre d'une Femme.

Il y avait une lumière provenant d'Arunachala qui guida mon énergie sur terre lorsque je pris naissance.

Paramahamsa Ramakrishna parle de façon émouvante de sa renaissance. Parmis un groupe de sages réalisés, un enfant apparaît et est bénit par ces sages. Cet enfant est Ramakrishna qui réapparaissait alors sous forme humaine. Un des sages qui le bénit est Vivekananda. Les sages réalisés forment le champ énergétique qu'est la divinité ; *Parashakti* décide.

Q : Maître respecté, chaque jour je viens ici et je reçois des connaissances magnifiques. J'en suis si heureux ! Et puis, je rentre chez moi et je me sens confus, un petit peu déprimé. Que se passe t'il ?

R : Tout va bien, ne vous inquiétez pas ! Tout ce qui se passe est juste. Au début les choses se passent de la sorte. Ne comptez pas les moments de dépression, mais compter les moments de bénédictions. Voyez vous, par sa lumière même, la lune montre les tâches noires qui existent sur sa surface. Similairement, à l'aide de votre intelligence, vous êtes aptes à comprendre comment vous vous sentez confus et déprimé.

La réalisation que vous êtes confus et déprimé montre que votre intelligence grandit, que la lumière a commencée à rayonner.

Quand vous ne pensez à rien, vous n'êtes pas dans la confusion. Vous n'avez aucune attraction vers les buts élevés de l'Existence, et vous êtes satisfait avec ce que vous avez toujours fait, manger, boire, jouer, travailler, etc.... Les gens qui ne pensent pas, sont heureux à leur façon. Ils ne réfléchissent pas! Ils se comportent comme des animaux. Ils recherchent les mêmes plaisirs qu'un animal recherche. Ils sont satisfaits comme cela. Ils vivent et meurent de cette façon!

Les problèmes commencent lorsque vous commencez à penser. Vous commencez à réaliser que vous ne faites pas ce pourquoi vous êtes venu sur terre. Vous commencez à chercher un sens à votre vie. C'est la confusion. Vous devenez instable. A un moment vous êtes attirés par les plaisirs qui vous ont nourris pendant si longtemps. Puis, l'instant d'après, vous les rejetez comme ils ne sont pas ce qui vous rend foncièrement heureux. Vous commencez à voir la lumière. Peu à peu, vous bougez de l'obscurité à la lumière.

C'est à ce moment là que le Maître apparaît. Il vous conduit de l'obscurité de l'ignorance à la lumière de la vérité et de la réalité.

Et puis, vous atteignez l'état de *non pensées*. Cet état n'est pas le même que l'état sans pensées. L'état *sans pensées* est celui de l'animal, de l'instinct, l'état où l'on ne réfléchit pas. L'état de non pensées est l'état du divin, l'état de l'intuition. L'état remplis de pensées est celui de l'humain, du mental rationnel.

Et puis, vous atteignez l'état de *non -esprit*, de non pensées. Cet état n'est pas le même que l'état où l'on ne réfléchit pas. L'état *sans reflection* est celui de l'instinct, de l'animal. L'état sans pensées est l'état du Divin, l'état intuitif. L'état plein de pensées est l'état humain, l'état de l'esprit rationnel.

Le discours tout entier de la Bhagavad Gita émerge de la confusion qu'Arjuna développe dans son état d'humain plein de pensées. Krishna est installé dans un état Super conscient, et il clarifie la confusion d'Arjuna à partir de cet état. Les doutes et la confusion sont humains. Ils résultent de l'oscillation de l'esprit entre l'état de pensées ordinaires et l'état sans pensées.

Q : Maître respecté, j'ai une question : Allez vous conduire une retraite de méditation à Los Angeles dans un futur proche ?

R : Je pense que je vais organiser une retraite de méditation, après le *gīta gnana yagna*, *Arogya Spurana*. Cette retraite portera sur la santé, et dirigera votre corps, votre mental et votre esprit vers une santé holistique- guérissant votre corps, votre mental et votre esprit.

Selon moi, la santé et la spiritualité sont un Tout. Lorsque vous devenez réellement spirituel, vous allez rayonner un type de santé spécial, qui est au delà du corps. Le corps lui même est plein de maladies. Le corps lui même est une maladie ! Alors selon moi, ce n'est pas avant d'avoir expérimenté l'état sans limites que vous deviendrez en bonne santé.

Cette session de méditation de deux jours vise à réaliser la conscience sans limite, la liberté sans limites. Et cela guérit naturellement votre corps. Le programme « vivre dans la félicité » sera également conduit dans l'ashram par des *acharyas*, des professeurs que j'ai ordonnés. J'assisterai à quelques sessions. Mais je conduirai moi même complètement le programme *Arogya Spurana*. Je ne donne plus aucun programme Nithyananda Spurana en Amérique, mais j'en conduis encore à Vancouver.

Je conduis des classes très intenses pour nos ashramites. Tous nos ashramites ont des classes régulières. Tous les ‘healers’ peuvent y participer. Si vous êtes un ‘healer’ initié par moi, vous pouvez venir et participer à ces classes. Je conduis également des classes de nuit après le

Gita gnana yagna durant la soirée. Les cours du matin concernent tout le monde, mais les cours du soir sont seulement pour les ‘healers’, car les techniques qui y sont pratiquées sont de niveaux plus élevés, plus profonds. Comme

je passe plus de temps avec les ashramites, je ne conduirai pas d'autres programmes autres que le programme *Arogya Spurana*.

Q : Cher Maître, pendant la grande guerre du Mahabharata, tout le monde suivait des méthodes illégales. Pourquoi cela ?

R : Au début de la guerre du *Mahabharata*, tout le monde suivait le *dharma*, la droiture. Mais au bout d'un certain temps, on commença à constater *adharma*, le comportement incorrect, comme tuer pendant la nuit ; tous les frères Pandava furent tués pendant qu'ils dormaient. Arjuna attaqua Karna alors que celui ci était désarmé. Abhimanyu a été tué par un groupe de guerriers. Il était seul et sans arme, sans char, et il fut tué en la présence de son grand père, par les gens de sa propre famille ; il avait à peine 18 ans !

La question que vous soulevez est juste. La guerre éclata pour que le *dharma* soit préservé. Lentement, les kaurava firent une digression, alors les Pandava durent s'aligner sur eux. Mais les kaurava brisèrent plus de règles dharmiques en se vengeant. Alors, les Pandava devaient suivre le rythme des Kaurava.

Après le dixième jour, toutes les règles furent brisées, et la guerre devint très brutale. Après le dixième jour, cela ne pouvait plus être appelé *Dharmakshetra*, le lieu du *dharma* ! Cela était appelé *Dharmakshetra* aussi longtemps que Bhisma était en vie. Dès qu'il quitta le champ de bataille, dès ce

jour, on ne pouvait plus appeler cela *dharma-kshetra*. Ce n'était plus qu'un champ de brutes, plus un champ de bataille !

Q : Maître, si chaque réveil du matin est comme une petite naissance et chaque sommeil une petite mort, et si au moment de la naissance, nous nous créons une vie terrienne ; notre réveil est-il une opportunité de commencer tous les jours une nouvelle vie dans le même corps ?

R : Oui, chaque jour est une opportunité qui nous est offerte pour transformer notre corps et notre esprit. Laissez moi vous le dire clairement : Vous pouvez même transformer votre corps ! Pas seulement votre esprit, mais votre corps aussi ; car votre corps est crée par votre esprit. Soyez bien clair, chaque jour est une opportunité qui nous est offerte pour transformer nos vies. Chaque sommeil est une petite mort, et chaque réveil est comme une nouvelle naissance : ceci est appellé *janana* et *marana*, naissance et mort. Soyez bien clair, chaque jour est une opportunité pour transformer nos vies !

Le moment où vous vous éveillez, ou votre corps subtile s'installe dans votre corps physique, la pensée qui s'élève alors dans votre esprit, l'attitude qui se développe à ce moment là... Tout cela va déterminer vos humeurs et vos actions pour le reste de la journée !

Lorsque vous vous levez le matin, alors que vous êtes encore au lit, passez vos mains tout autour de votre corps ; depuis le

dessus de la tête, jusqu'au bout de vos orteils. Alors que vos mains touchent le dessus de votre tête, dites vous en vous-même que vous avez une tête adorable, que vous avez des cheveux magnifiques. Ne vous souciez pas de savoir si vous avez réellement de beaux cheveux ou si vous croyez seulement que vous avez de beaux cheveux. Pratiquez juste cette technique. Puis offrez votre gratitude à l'univers pour vous avoir donné une tête et des cheveux si adorables. Parcourez tout votre corps avec le même sentiment de gratitude.

Cet exercice va peut être prendre dix minutes. C'est une technique Soufi qui ne détermine pas seulement votre humeur pour la journée, mais qui infuse également une meilleure image de Soi et un amour pour son propre corps. Et cela se transforme ensuite en amour pour les autres. Chaque éveil peut transformer votre vie, si vous le permettez et si vous savez comment.

Prions l'Energie ultime, *Parabrahma Krishna* de nous faire tous expérimenter les vérités du *bhakti* yoga, et d'aimer notre propre vie. Prions Krishna pour qu'il nous donne l'expérience consciente de *bhakti*, l'amour, et qu'il nous fasse expérimenter et rayonner la félicité éternelle, *Nithyananda* !

Merci.



वसुदेव सुतं देवं कंसचाणूर मर्दनम्
देवकी परमानन्दं कृष्णं वन्दे जगद्गुरुम्

*Vasudeva Sutam Devam Kamsa Chanura Mardanam
Devaki Paramaanandam Krishnam Vande Jagadgurum*

Oh, fils de Vasudeva, Toi qui est le Seigneur Suprême, qui as tué Kamsa et Chanoora,

Tu es la félicité suprême de Devaki, O Krishna, Maître de l'univers tout entier, je te salue !

Ainsi se termine le douzième chapitre du dialogue entre Sri Krishna et Arjuna, appelé *bhakti Yoga*, dans le Brahmavidya Yogasastra Bhagavad Gita Upanishad.



Annexe



A propos de Nithyananda :

Nithyananda est un Maître illuminé et un mystique moderne incarné parmi nous aujourd’hui. Il a pour mission de rétablir la science de la félicité intérieure dans nos sociétés modernes.

Né à Tiruvannamalai, en Inde du sud, il endura des années de discipline intense, et grâce à une volonté de fer, il expérimenta la félicité intérieure à un très jeune âge.

Sa quête spirituelle commença très tôt. A 12 ans, il eut sa première expérience spirituelle profonde. A 17 ans, il quitta son village pour partir en quête de la réalisation du Soi, et il traversa l’Inde et le Népal en long et en large. Il étudia le *yoga*, le *tantra* et d’autres sciences métaphysiques, et reçut plusieurs expériences spirituelles profondes. Il parcourut à pied la plupart des 130000 Km qu’il a effectué afin de visiter des lieux saints et pour y pratiquer la méditation.

Grâce à sa quête ininterrompue et à ses méditations intensives, il s’impose aujourd’hui comme une figure d’inspiration pour des millions de gens dans le monde. En vertu de sa propre expérience, il a formulé une ‘technologie de la félicité’ qui peut élever notre conscience spirituelle, et peut éveiller la divinité et la bénédiction qui est au cœur de l’homme.

A travers des mots puissants et des techniques de méditation très simples, il fournit des solutions pour vivre harmonieusement. Des milliers de gens ont expérimenté une transformation radicale en très peu de temps. Il dit, « La méditation est la clef qui peut apporter le succès dans le monde matériel, et la plénitude dans le monde intérieur. »

Il a perfectionné de nombreuses techniques de méditation pour chaque type d'homme, afin qu'il puisse expérimenter le silence intérieur et la paix extérieure. Le cœur de sa mission est de nous permettre de rentrer en communion avec notre Etre. Il offre toute une gamme de services sociaux partout dans le monde ; il enrichit les vies et dispense la guérison physique, mentale et spirituelle.

Un pont entre Science et Spiritualité

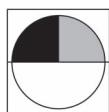
Swamiji collabore avec des médecins et des savants du monde pour consigner et analyser les phénomènes mystiques au moyen de la technologie moderne. Les résultats de l’analyse de son propre système nerveux continuent d’intriguer le monde de la recherche médicale. Les résultats enregistrés donnent aux savants le pressentiment qu’il existe un potentiel de diminution du taux, et de la progression, de maladies comme les problèmes cardiaques, le cancer, l’arthrite, l’alcoolisme, etc. Ils ne peuvent que reconnaître les signes qui démontrent que l’esprit humain peut prendre la décision de ramener le corps à la santé.

Pendant des siècles, science et spiritualité se sont affrontées sur ce thème d’une importance pérenne pour l’humanité. Quoique, pour les leaders spirituels, l’état sans pensée soit un phénomène *réel* et accessible à chacun, la communauté scientifique s’est naturellement montrée réticente à l’accepter, faute de preuve palpable.

Pour la première fois au cours de ce siècle, la science a, nous l’espérons, trouvé une clé permettant de comprendre les phénomènes supra-normaux et para-normaux, ainsi qu’une explication médicale solide du fait que les personnes spirituellement évoluées disposent de «pouvoirs» dont le reste d’entre nous ne saurait que rêver. Les pages qui suivent résument différentes recherches effectuées sur le système nerveux de Swamiji lors de ses visites aux Etats-Unis.

L'esprit D'un Mystique

Rapport rédigé par le Dr R. Murali Krishna, Président de COO INTEGRIS Mental Health,



M · I · N · D
MATTERS™

A Mind Matters Column™
The Mind of a Mystic
By R. Murali Krishna, M.D.
President COO, INTEGRIS Mental
Health & James L. Hall, Jr. Center for
Mind, Body and Spirit

et James L. Hall, Jr. du Center for Mind, Body and Spirit à Oklahoma.

Paramahansa Sri Nithyananda Swami est un jeune homme net, l'image même de la bonne santé, les cheveux noirs à hauteur d'épaule. Elégant et courtois, il pourrait passer, par ses manières affables et sa riche curiosité, pour simple étudiant d'une quelconque université américaine. A la différence que les étudiants américains ordinaires ne portent ni robe safran ni turban, et qu'ils ne connaissent pas l'illumination spirituelle...

Mystique? Le terme va bien à *Swami*, ainsi qu'on l'appelle. Les mystiques, pour la culture populaire, sont en communion directe avec Dieu. On pense qu'ils ont accès, par des moyens non compris et non mesurables, à des réalités ou vérités ultimes. Pensez à un mystique et il vous viendra sans doute à l'esprit l'image d'une personne respirant la félicité, dotée de pensées élevées et porteuse de révélations que le reste d'entre nous ne possède pas. La simple présence d'un mystique est censée apporter la paix et la santé.

C'est une bonne description de *Swami*, 27 ans, originaire de l'Inde du Sud. Des milliers de personnes l'approchent chaque année, en quête de soulagement pour des maladies et des malaises que la médecine conventionnelle n'a pas su régler. Son parcours aussi lui donne une allure de mystique. Adolescent, il quitte le domicile familial pour visiter des ashrams à travers l'Inde et se plonger dans la philosophie et la lecture intensive, et maîtriser l'art de la méditation.

Comme Oklahoma City était une des étapes de sa tournée mondiale, j'ai demandé à *Swami* s'il me permettait d'utiliser une partie de l'arsenal technologique médical le plus moderne pour épier son cerveau pendant qu'il méditait. Mon objectif était de comprendre, de mesurer et d'identifier ce qui se passe lors des phénomènes mystiques. *Swami*, qui croit que la méditation a des bases scientifiques, accepta de bon gré.

Les diverses procédures d'exploration auxquelles fut soumis *Swami* furent mises en œuvre par quelques-uns des meilleurs

médecins, neuropsychologues et chercheurs les plus expérimentés d'Oklahoma City : les Drs Fordyce, Ruwe et Higgins du département de neuropsychologie au Centre de rééducation Jim Thorpe, et le Dr Chacko du PET Center d'Oklahoma. Ces médecins utilisèrent des technologies normalement employées sur les patients. En observant les images obtenues grâce à ces technologies, ces derniers peuvent dire ce qui est normal et ce qui ne l'est pas. Le résultat des tests effectués sur Swami? Absolument *pas* normal!

L'imagerie de l'activité cérébrale

Notre premier examen du cerveau de Swami fut réalisé à l'aide d'un instrument de tomographie par émission de positron (PET). Contrairement aux techniques traditionnelles de diagnostic comme les rayons X, les CT scanners ou l'IRM qui produisent des images structurelles ou anatomiques du corps, le PET produit des images de la fonction cérébrale d'après l'activité métabolique des cellules. Un analogue de glucose est fixé à un traceur PET. Le scanner PET crée alors des images des zones métaboliquement actives du cerveau à un moment donné.

Dans le cas de Swami, la substance devait identifier les zones hautement actives du cerveau en état de conscient alerte, dans les premières phases de méditation, et en méditation profonde. Les résultats des tests par scanner PET furent époustouflants. Tout

d'abord, l'activité des lobes frontaux du cerveau de Swami étaient significativement accrue, même au cours des premières phases de méditation. Le niveau d'activité était plusieurs fois plus élevé que celui du cerveau humain moyen à tout point de vue.

Les lobes frontaux sont associés aux fonctions d'intelligence, d'attention, de sagesse et de jugement. Quand nous avons demandé à Swami d'entrer dans l'état de méditation le plus profond, nous avons fait deux observations encore plus remarquables.

D'une part, l'hémisphère dominant du cerveau de Swami était inactif à plus de 90 %. C'était comme si son cerveau avait fait ses valises et était parti en vacances! Il était tranquille, immobile, totalement en paix... et Swami le mettait dans cet état à volonté.

L'autre aspect surprenant de la méditation profonde de Swami était que la partie inférieure de ses zones médio-frontales s'éclairait de façon très significative. Cette zone correspond pratiquement au célèbre point du *troisième œil* des mystiques.

Plus tard nous avons demandé à Swami ce qu'il faisait lorsque les zones médio-frontales s'éclairaient, et il nous a dit qu'il ouvrait son *troisième œil*. Associé à la connaissance tant cosmique qu'intérieure et considéré comme un espace de clarté et de paix, le troisième œil est considéré par beaucoup comme le siège de l'âme. Tenions-nous là une indication que

la méditation profonde peut activer une zone cérébrale qui serait impliquée dans la communication avec le divin, la pénétration des mystères du Soi ou de la création?

Comme le QEEG représente les cinq bandes passantes d'ondes cérébrales par des couleurs, nous avions l'impression d'observer Swami en train de naviguer en passant de couleur en couleur à l'intérieur d'un arc-en-ciel!

Conclusions

Le cerveau est l'organe le plus complexe du corps. Il comprend plus de 100 milliards de neurones, dont chacun peut être en conversation chimio-électrique avec jusqu'à 10.000 autres neurones. Sa capacité à traiter l'information est époustouflante.

Chose remarquable, cette complexité crée peu de difficulté pour Swami quant au contrôle de son activité cérébrale. Le mental de Swami – ses pensées, ses émotions et son intellect – commande son cerveau. Il peut avec aisance et fluidité changer la fonction de son cerveau et modifier ses ondes cérébrales.

Plus que des réponses à nos questions, ce voyage dans l'esprit d'un mystique nous propose d'énigmatiques sujets d'étude.

Existerait-il des techniques qu'on peut apprendre et enseigner pour apporter l'équilibre et la paix dans la vie des gens? Peut-on amener une réaction de guérison ou accélérer le processus par une formation spécifique? Apprendre des

techniques pour contrôler la douleur et changer le cours de la maladie? Pouvons-nous apprendre à activer ce que j’appelle notre point-D pour nous connecter instantanément avec le Délice ou le Divin?

Je crois que le PET a révélé la présence de ce que j’appelle le «point-D» du cerveau. Que le «D» signifie Délice, Divin ou même Dopamine (la substance chimique grâce à laquelle le corps fait l’expérience du plaisir), les indications recueillies montrent au départ que la méditation peut la stimuler.

Les mesures des ondes cérébrales

La deuxième procédure utilisée pour pénétrer le cerveau de Swami est l’électro-encéphalographie quantitative ou QEEG. Le QEEG mesure les schémas électriques du cerveau auxquels on se réfère couramment sous le terme «ondes cérébrales».

Il existe quatre bandes passantes d’ondes cérébrales de vitesses différentes, associées à un état mental distinct. Par exemple, les ondes cérébrales *beta* sont courtes et rapides, et liées à un état mental éveillé, alerte. Les ondes *alpha* sont plus lentes et plus longues, et correspondent à des sensations de bien-être. Les ondes *thêta* représentent un état de conscience proche du sommeil, phase représentée par un sentiment de calme et de sérénité, sans activité mentale.

Dans la journée, la plupart des gens passent par les quatre types d’ondes cérébrales. Il leur est cependant difficile de contrôler le passage d’une bande passante à une autre. Le

QEEG de Swami nous montre cependant qu'il contrôle totalement ses ondes cérébrales. Alors qu'il était en profonde méditation, son cerveau passait en douceur d'un état à un autre, comme un talentueux pianiste faisant des gammes. Il n'y avait ni hésitation ni retenue, juste des passages continus, fluides, d'un type d'ondes cérébrales au suivant.

Les résultats de notre étude sur Swami ajoutent de nouvelles pages au nombre croissant de recherches sur le cerveau. Les signes indiquant que le mental humain serait capable de choisir de guérir le corps sont de plus en plus nombreux. Nous

envisageons maintenant la possibilité pour les individus d'apprendre à acquérir ces capacités. Ce serait un immense bienfait pour l'humanité.

L'amélioration potentielle des taux et de la progression de nombreuses maladies (cancer, l'arthrite, les maladies cardiaques, alcoolisme...) est entrain de devenir une possibilité. Swami est un pont entre l'invisible, l'ancien monde du mysticisme,

Swami est un pont entre l'invisible, l'ancien monde du mysticisme, et le monde moderne, visible, de la science et de la découverte. Tandis que les recherches sur le cerveau s'intensifient et s'élargissent, et que le phénomène du mysticisme accède de manière appropriée au domaine de la science afin d'être mieux étudié, nous marquons un pas décisif sur la voie de l'espoir et de la santé.

Les activités de Life Bliss Foundation

Des programmes de méditation spécialisés sont conçus et proposés partout dans le monde. Ils profitent à des millions de gens, que ce soit au niveau de la santé du corps, du mental ou de l'esprit. Voici une présentation des programmes couramment proposés :

Le programme Life Bliss (LBP) ‘vivre dans la félicité’

-Ré énergétisez vous!

Ce programme LBP est une retraite de méditation sur les *chakras*.

Il nous offre une introduction sur les 7 centres d'énergie vitale dans notre corps, appelés les *chakras*. Leurs fonctionnements à un impact direct sur notre santé et notre bien être physique et psychologique. Il nous offrent des clés pour comprendre la relation directe entre les émotions et ces centres d'énergie, et nous proposent des techniques de méditation simples, qui nous permettent de mieux gérer nos émotions, grâce à une meilleure clarté de l'esprit, et une disposition mentale plus positive. La qualité de nos relations s'en trouve ainsi améliorée, notre inspiration et notre attitude face au travail sont renouvelées, et notre vie tend à devenir plus heureuse.

Le Programme Nithyananda Spurana (NSP)

-La mort démystifiée !

La mort est le mystère de tous les mystères. Notre idée et notre peur de la mort infuse chaque instant de notre vie, et cela produit des émotions conflictuelles en nous. Nous manquons l'art de vivre totalement à cause de ces peurs inconscientes.

Ce programme explique clairement ce qui arrive au moment de la mort. Il établit les relations entre les émotions que nous avons créées par le désir, la peur, la culpabilité, par la souffrance et le plaisir ; et nos sept corps énergétiques. Il explique comment chacune de ces émotions s'élèvent de chacun de ces sept corps, et comment ces émotions influent sur l'âme lorsqu'elle traverse ces corps énergétiques au moment de la mort. Le programme ramène à la surface toutes les émotions conscientes et inconscientes qui ont été accumulées au cours des vies passées, afin que nous puissions être libérés de leur influence. Il s'agit d'un bain spirituel complet nous permettant de renaître équipé de techniques pour vivre et mourir dans la joie, avec une conscience accrue, plutôt qu'une ignorance profonde.

Le Programme Shakti Spurana (SSP)

-Nettoyez vous !

Cette retraite de méditation nous donne un aperçu des 3 corps énergétiques (physique, subtil et causal). Toutes les émotions associées à ces 3 corps énergétiques, comme par exemple les émotions refoulées, les désirs insatisfaits, l'agitation, la nervosité, la léthargie, sont traitées. Le

programme offre des solutions et des techniques pour stimuler l'intelligence intérieure, et pour nous libérer de ces émotions.

Le Programme Atma Spurana (ATSP)

-Reconnectez vous avec vous-même !

L'homme fait partie intégrante de l'univers. Lorsqu'il le réalise en en faisant l'expérience, il est illuminé. Ce programme décrit les 5 enveloppes physiques, appelées *Koshas*, qui empêchent l'homme de réaliser cette vérité. Il nous offre des techniques qui emmènent notre conscience à travers ces enveloppes pour atteindre le Soi.

Le programme Bhakti Spurana (BSP)

-Enrichissez votre être émotionnel !

De nos jours, l'esprit prime sur l'Etre. L'humanité est tombée en proie à la futilité de l'intellect. L'être émotionnel en souffre.

Bhakti, ou dévotion est le langage de l'Etre. Elle est l'amour suprême envers l'existence ou Dieu. Il nous libère des émotions basiques, apporte l'équanimité mentale, et une satisfaction profonde. Ils nous aident à dépasser nos désirs. Ce programme ouvre la voie de la dévotion à l'homme moderne. Il nous emmène de l'intellect à l'Etre, de l'adoration spirituelle mondaine à l'intimité pure- avec le divin!

Nithyanandam

-l'illumination intensive...

Ceci est une retraite de méditation intense – une offre unique provenant de la technologie de la félicité développée par Nithyananda. Toutes les clés pour 'l'expérience de l'illumination' sont transmises en totalité par le Maître en personne. Le programme offre l'opportunité d'aller au delà du corps et de l'esprit et d'expérimenter la conscience pure.

Le Programme Dhyana Spurana (DSP)

-L'esprit est un mythe, réalisez le et libérez vous !

Notre esprit n'est rien d'autre qu'une collection de pensées. Nos pensées sont indépendantes, déconnectées et illogiques par nature. Mais nous essayons de connecter toutes ces pensées, puis nous souffrons. Nous pouvons alléger notre mental dès que nous réalisons que nos pensées sont déconnectées et indépendantes. Nous sommes alors libérés du moment que nous abandonnons notre mental.

Ce programme nous aide à rester centré dans la Conscience pure.

La programme Arogya Spurana/ le programme santé et bien être.

- Retrouvez la santé !

Arogya, ou la bonne santé ne signifie pas seulement l'absence de maladies. Elle est aussi le bien être positif !

Le Programme Arogya Spurana est une retraite de méditation intense qui expose la science qui nous conduit à intégrer le corps, l'esprit et le mental. Il nous donne l'opportunité de comprendre que notre corps n'est pas seulement un mécanisme biologique, mais aussi un organisme profondément enraciné dans la conscience et dans l'intelligence.

Il nous transporte à travers la méditation et la guérison, favorise la disparition de nos maux, et crée une disposition mentale en harmonie avec notre santé et notre Bien Etre.

Le système de soins Ananda (pour la guérison physique et spirituelle)

- Devenez un 'healer' !

Cette initiation à la guérison est un processus scientifique par lequel vous êtes initié dans le but de devenir un canal de l'énergie Divine qui peut alors s'écouler en vous pour soigner les autres. Le postulat de base de cette technique est que 'L'énergie est Intelligente. Ce procédé unique ne fait pas que guérir le patient, mais contribue également à votre croissance spirituelle. A l'extérieur, il produit la guérison, et à l'intérieur, il vous plonge dans la Méditation !

Ananda Yogam

-Devenez expansif !

Ananda Yogam est un programme en résidence d'une année à l'ashram de Bidadi. Il s'adresse aux jeunes entre 18 et 30 ans

d'âge. Fermement ancré dans le système d'apprentissage et de mysticisme védique, ce programme donne plein pouvoir à la jeunesse, en lui offrant :

- + De solides aptitudes professionnelles,
- + De profondes vérités existentielles,
- + Des programmes de méditation, de Yoga, et de guérison pour le bien être général,
- + La capacité d'actualiser leur potentiel entier,
- + Une intelligence et une spontanéité créative.

Ce programme crée une disposition mentale claire et saine chez chaque individu. Le programme déploie les capacités infinies qui sont en nous, afin d'exceller dans le monde extérieur tout en restant centré à l'intérieur. Il inculque l'essence des principes védiques anciens, et le système logique moderne. Il crée, pour chacun, la capacité d'être économiquement et spirituellement stable. Et par-dessus tout, il représente une occasion en or de vivre et d'apprendre sous la tutelle d'un Maître réalisé !

Life Bliss Galleria (La boutique divine)

La Galerie Life Bliss offre un panel étendu de livres en langue Anglaise, Tamoul, Kannada, Gujarâtî, Télougou, Hindi, et Française. Ces livres sont des compilations de discours que Nithyananda a donné à travers le monde. Des discours sur cassette, CD audio, et Vidéo CD, plus une variété de produits allant de photographies, aux châles

énergetisés, en passant par les *malas*, les produits de beauté, les T-shirts etc....

Les livres de la Galerie.

Solutions garanties !

Ce livre offre une compréhension claire de nos émotions de base, telles que le sexe, la peur, le souci, le besoin d'attention, l'ego et le mécontentement. Ce livre provoque une prise de conscience sur ces sujets, qui peut tout simplement nous transformer du tout au tout, en transmutant ces énergies de base en énergies spirituelles plus élevées, afin que nous puissions découvrir les dimensions supérieures de notre Etre. Ce livre est une révélation qui peut engendrer une vie de plénitude physique, mentale et spirituelle.

La félicité est le chemin et le but.

Ce livre est une compilation des discours de Nithyananda qui couvre un panel de sujets allant de la compréhension sur le mécanisme mental, à l'abus que nous infligeons à notre corps, au thème du lâcher prise, à celui de la dualité entre le monde matériel et la vie spirituelle. Le livre répond à beaucoup de questions ; il stimule notre intelligence intérieure, et familiarise à *l'attention consciente*. Il s'agit d'un manuel qui nous guide à travers les fonctionnements du mental, du corps, et de l'Etre en vue de plonger notre vie dans la béatitude !

A vous la méditation !

Dans ce livre, Nithyananda parle de la science et de l'art de la méditation. Il dit, ‘Vous n’avez pas besoin d’apprendre à méditer. Vous méditez déjà ! ‘ Rappelez vous un moment de votre vie ou vous avez goûté à une sublime beauté. Le soleil se levait soudain derrière la montagne... Vous écoutiez pour la première fois un morceau de musique d’une beauté ineffable. En de tels moments, vous ressentez soudain un grand silence, vous restez sans voix, pleinement conscient. N’avons-nous pas tous connu de tels moments ? Cet instant est méditation !’

OUR MAIN NITHYANANDA MEDITATION ACADEMIES (NMA)

USA:

Nithyananda Dhyanapeetam

928 Huntington Dr, Duarte,
Los Angeles, CA 91010. USA

Ph.: 1-626 –205-3286

Email: Laashram@nithyananda.org

Nithyananda Dhyanapeetam

4610, N.High Street
Columbus, OH 43214, USA
Ph.: 614-571-8425

India:

Nithyananda Dhyanapeetam

Nithyanandapuri, Kallugopahalli
Mysore Road, Bidadi, Bangalore - 562 109

Karnataka. INDIA

Phone: 91 +80 65591844 / 27202084

Fax: 91 +80 7288207

Email: mail@nithyananda.org

URL: www.nithyananda.org

Nithyananda Dhyanapeetam

Sri Ananda Rajarajeshwari Temple, Nithyananda Giri

Pashambanda Sathamrai Village

Shamshabad Mandal

Rangareddy District

Andhra Pradesh - 501 218

INDIA

Ph.: +91 93470 65288

E-mail: ap@nithyananda.org

Nithyananda Dhyanapeetam
Nithyanandapuri
102, Azhagapurampudur, Salem – 636 016
Tamilnadu. **INDIA**
Ph.: 94433 64644 / 94432 35262

Nithyananda Dhyanapeetam
Nithyanandapuri
Zamin Pallavaram, Chennai – 600 043 Tamilnadu
INDIA
Ph.: 98404 27966 / 94440 19791

Nithyananda Dhyanapeetam
Nithyanandapuri
Othaivaadai Street, Pavazhakundru, Tiruvannamalai – 606 601
Tamilnadu. **INDIA**
Ph.: 94432 33789 / 94433 26202

Nithyananda Dhyanapeetam
Nithyanandapuri
2/200, Tirumangkuruchi Post
Namakkal – 637 003
Pavazhakundru, Tamilnadu. **INDIA**
Ph.: 94433 88437 / 93447 17629

L'amour est votre vie

Discours sur la **Bhagavad Gita**
chapitre-12

Q : Krishna dit « Mes dévots ne meurent jamais » Mais si tout est Dieu, peut on dire que les choses périssent réellement? Krishna semble dire que seul ses dévots ne périssent jamais, alors que les autres périssent... Expliquez-moi cela s'il vous plaît et enlevez mes doutes.

R : Comprenez bien cela : vous devenez dévot de Krishna dès que vous réalisez que vous ne périrez jamais ! Il n'y a de catégories telles que les dévots de Krishna et les autres, ni de dogmes annonçant que les dévots de Krishna ne périront pas alors que les autres si ! Quiconque comprend qu'il ne périra pas devient automatiquement un dévot de Krishna ! A partir du moment que vous comprenez ce concept, vous devenez Son bhakta, Son dévot. Que ce soit bien clair : si vous comprenez que tout est Dieu, alors rien ne périra.

Nithyananda expose le douzième chapitre de la Gita, appelé traditionnellement le Yoga de la dévotion. Il lui donne le titre 'L'amour est votre Vie' et explique comment l'amour inconditionnel est la meilleure voie pour atteindre Dieu.

Nithyananda est un Maître et un mystique moderne. Il cherche à éveiller l'homme à sa divinité et félicité intérieure.

Il nous dit, 'Il est très facile de dire que vous aimez le monde entier ou que vous aimez Dieu, mais il est très dur, en pratique, d'aimer votre propre voisin ! Ne vous leurrez pas en clamant que vous aimez le monde entier ! Si vous n'êtes pas capable d'aimer les Etres humains que vous rencontrez chaque jour, comment pouvez vous alors penser que vous aimez Dieu que vous n'avez jamais rencontré ?'

Il nous ouvre au pouvoir de l'amour et de l'abandon de Soi, nous préparant ainsi à vivre une vie pleine, joyeuse, et plus libre.

Courriel: mail@nithyananda.org
Site internet: www.nithyananda.org



Life Bliss Foundation

928 Huntington Drive, Duarte, CA 91010, U.S.A. Tél.: 1-626-205-3286

Ashram en Inde:
Nithyananda Dhyana Peetam
Nithyanandapuri, Kallugopahalli,
Off Mysore Road, Bidadi - 562 109,
Bangalore District, Karnataka.

Tél. : +91-80- 56691844 / 27202084 / 27202085 Fax: +91-80-7288207
courriel: mail@nithyananda.org Site Internet: www.nithyananda.org