

**L'AUBE**

**DE LA RÉALITÉ**

Par

**SHRI RAM CHANDRA**

Président

**SHRI RAM CHANDRA MISSION**

*A mon frère spirituel:*

*LATE SHRI RAMESHWAR PRASAD JI MISRA*

## **PRÉFACE**

*Avant d'exprimer mon opinion sur le sujet qui fait l'objet de ce court traité, j'éprouve un plaisir tout particulier à écrire ces quelques lignes à propos de l'auteur. Cet auteur Mahatma Ram Chandra Ji, est le président de la Shri Ram Chandra Mission. Il mène la vie ordinaire d'un chef de famille entouré des soucis et des responsabilités de toutes sortes de la vie dans le monde. Son corps est frêle et son aspect extérieur est absolument sans prétention. Suivant mon habitude d'examiner soigneusement les choses avant d'en venir à une conclusion, je l'ai étudié minutieusement pendant presque 5 ans, et j'ai été convaincu qu'il a en lui toutes les qualités que l'on s'attend à trouver dans une très grande âme. A mon avis, il ne serait pas exagéré de dire que sa réalisation spirituelle peut être qualifiée de rare. Il a propagé une méthode réadaptée du Raja Yoga sous le nom de Sahaj Marg, laquelle est aisément accessible à tous sans distinction. Son œuvre précédente : “ Efficacité du Raja Yoga selon le Sahaj Marg ” traite en détail de cette méthode. La caractéristique particulière de la méthode est la transmission Yogique d'énergie dans l'abhyasi, par laquelle ses problèmes intérieurs sont chassés et ses Chakras nettoyés et illuminés, ce qui rend son chemin aisé et sans heurt. J'ai écrit tout ceci car je ne pourrai jamais assez appuyer sur le fait que c'est toujours l'efficacité de la technique et l'envergure du guide qui importe, et qu'une erreur dans le choix de l'un ou de l'autre peut rendre tout effort vain et sans effet.*

*Ce livre est un court traité de Raja Yoga et il mérite d'être étudié avec grande attention par ceux qui s'intéressent à la spiritualité. Le principal objectif du Raja Yoga est de réaliser soi-même la vérité décrite dans les enseignements des grands sages anciens. Rendre une dévotion du bout des lèvres ou même croire à ces enseignements ne nous mène pas loin. Mais cela fait une grande différence pour celui qui réussit à faire de ces enseignements la règle de sa vie, après avoir réalisé en lui-même leur vérité. Cela l'aide à atteindre le plus haut développement spirituel. Les pouvoirs qu'une telle personne acquiert sont illimités, mais lui-même en demeure inconscient et ses actes sont uniquement dirigés d'un plan plus élevé. Une telle personne ne se soucie ni de la richesse ni du confort qu'elle apporte. L'idée d'acquérir de la popularité, de se faire un nom ou devenir célèbre ne lui vient jamais. Ses actes ne sont plus guidés par des désirs qui sont de son fait. Voilà les normes selon lesquelles j'ai essayé de juger l'auteur et, autant que cela m'est possible, je suis convaincu qu'il possède amplement les caractéristiques ci-dessus.*

*Les sujets traités dans ce livre sont tous d'une importance vitale pour celui qui désire intensément la Réalisation, le point le plus dynamique et le plus encourageant en est que l'on peut arriver aux plus hautes réalisations tout en menant la vie d'un chef de famille. Il est très décourageant d'entendre constamment répéter depuis des siècles, que les plus hautes réalisations yogiques ne sont absolument pas accessibles à ceux qui ne mènent pas une vie de Sannyasin. Vairagya (le Détachement), le fait essentiel dans la vie spirituelle, est prôné dans presque tous les cas comme ne consistant qu'en la rupture complète de toute relation avec le monde pour embrasser une vie de religieux mendiant. Il n'en est pas vraiment ainsi et la vie de Raja Janak démontre bien ce fait. L'état de Vairagya est possible dans toutes les conditions sociales et toutes les circonstances, et c'est tout à fait compréhensible.*

*L'auteur conçoit Dieu comme une " Non-Entité-Absolue " dépourvue de tout attribut, de tout pouvoir et même de toute activité ou stimulus. C'est une approche audacieuse de la Réalité, pure et simple, qui dépasse la vision des Religions. En fait, comme il le dit dans son livre, " la Religion n'est qu'une étape préliminaire, pour préparer un homme à sa marche sur le chemin de la liberté ". La liberté peut*

*être atteinte quand on s'engage sur le chemin de la spiritualité. Le fondement de la spiritualité n'est rien d'autre que de chasser ou de dissoudre toutes les enveloppes (limitations) qui ne servent qu'à garder notre âme en esclavage. La conception de l'auteur sur la Réalité est expliquée par le schéma du chapitre II. La circonférence la plus externe représente notre état présent d'existence très grossière, alors que le Centre de la Base Absolue (la Non-Entité) est le but ultime. Notre marche depuis la circonférence externe jusqu'au Centre représente tous les états spirituels jusqu'à la plus haute possibilité de l'approche humaine.*

*Le dernier chapitre : “ Ma Vision ” contient la vision de l'auteur sur le futur. Il ne faut pas le traiter comme une simple prophétie d'astrologue. Un Yogi au plus haut niveau de perfection est en communion directe avec la Nature, au point que tout dans le passé ou le futur peut être aussi vivant pour lui que le présent. Il lui est possible de lire tout ce qui existe dans la nature dans son état de clairvoyance.*

*J'ai écrit ces quelques lignes pour préparer le lecteur de ce traité, dont je pense qu'il pourra être très profitable à ceux dont l'intérêt se porte vers la Réalisation. Je recommande donc, sans hésitation, à tous ceux qui étudient la spiritualité d'en faire une étude approfondie.*

M.-L. CHATURVEDI.

Juge à la Haute Cour  
de Allahabad (U.P.).

## **CHAPITRE I**

### **LA RELIGION**

La quête de l'humanité depuis sa naissance, a toujours été de rendre un culte à Dieu, de démêler les mystères derrière les apparences extérieures, pour atteindre à la vérité fondamentale. C'est là l'origine de la religion. Celui qui rend le culte garde devant les yeux la félicité éternelle du paradis, ou quel qu'autre vision semblable, à laquelle il est attaché et qui constitue son but final. Ainsi sont nées les religions dans le monde avec leurs formules prescrites et leurs rituels basés sur l'expérience pratique de leurs grands fondateurs. Mais, des milliers d'années plus tard, alors que l'environnement a complètement changé, et que la vie a connu une transformation radicale, les mêmes vieilles formules et vieux principes rencontrent la même adhésion. La forme extérieure pourtant demeure seule intacte, alors que l'esprit à l'intérieur est perdu. Le résultat en est que le véhicule de la religion est devenu banal, et qu'il ne serait pas faux de dire, que la religion contemporaine n'est plus qu'une réplique du passé, ou les os d'un mort. Nous avons, en vérité, enfoui la vraie religion dans un tombeau. Nous ne faisons plus que battre des mains au nom de la religion et rien d'autre. Le véritable esprit est perdu et seules les formalités restent en place. Les formes extérieures, les rituels, sont les seules choses que l'on peut encore voir, parce qu'ils sont accomplis avec constance et un grand souci d'orthodoxie même s'ils n'ont plus le moindre contact avec la Réalité. Notre foi dans la Réalité a ainsi tellement diminué qu'elle est proche de son extinction. Elle n'existe plus que sous l'aspect faussé des formules et des rituels. Elle dégénère graduellement en bigoterie ou préjugé, ce qu'on peut malheureusement constater en permanence dans la religion d'aujourd'hui. Notre foi aveugle dans les cérémonies, nous maintient dans l'obscurité au regard de la Réalité, et inconsciemment nous développons en nous un sentiment de haine, contre ceux qui croient en d'autres

formes ou d'autres rituels. En conséquence, on rencontre des jalousies et des querelles entre les membres des différentes religions.

L'Inde a suivi une politique de liberté, mais l'indépendance personnelle ou la liberté de l'âme est encore à venir. Le principal obstacle en est le manque de capacité à avoir une vision large et une pensée libre. Toute l'atmosphère est surchargée de préjugés et de rivalités. Tout l'édifice de la culture et de la société repose sur la même fondation. Les jalousies entre sectes sont la principale cause de l'échec de notre civilisation. A présent il n'y a pas moins de 3 000 castes en Inde et chacune d'elle constitue une unité séparée. L'origine de ces castes remonte aux confréries de travailleurs ou d'artisans, qui s'étaient organisées pour résoudre la question de division du travail. Mais aujourd'hui chaque confrérie essaie de se retrancher du reste de la communauté, pour former une unité séparée et indépendante, qui nourrit des sentiments de haine et de jalousie envers les autres. Toute la société marche ainsi vers sa désintégration. Le moment arrive où il faudra que ce mal cesse d'exister. La Nature est au travail pour en finir avec ce mal. La faux du temps est impitoyable. Que cela serve d'avertissement aux ardents supporteurs et aux avocats du préjugé des castes. Ils ne pourront échapper aux conséquences qu'en s'amendant à temps. La volonté de Dieu doit suivre son cours. Le préjugé est le plus grand des maux, pire, c'est le poison mortel de la vie spirituelle. Il nous maintient enfermé en nous-mêmes perdant tout accès à une vision plus large, il est générateur d'étroitesse d'esprit et supprime toute perspective de développement et de progrès pour ceux qui y attachent leur âme. Le préjugé engendre la haine envers les autres et n'est rien d'autre que le sentiment d'une fausse supériorité sous une forme déguisée. Si vous nourrissez ce mal vous ajouterez bientôt un maillon de plus à la chaîne de l'égoïsme, ce qui vous éloignera encore de la Réalité. La Réalisation du Sans limite, devient ainsi impossible. L'amour universel, la véritable base fondamentale de la religion ayant totalement disparue, la religion que l'on considérait en général comme un lien entre l'homme et Dieu, est au contraire devenue désormais un obstacle. Si nous restons étroitement attachés à une forme particulière de pratique, sans avoir une idée claire de sa vraie signification et de son but final, nous commettons probablement la plus grande bétise. On ne peut pas trouver Dieu dans les replis d'une religion ou d'une secte particulière. Il n'est pas confiné dans certaines formules ou rituels, pas plus qu'on

ne peut LE faire sortir du graphisme des écritures. Il nous faut LE chercher au plus profond de notre cœur.

Il y a différentes conceptions de Dieu. Les gens Le conçoivent différemment selon leur aptitude et leur intelligence. Le concept de Dieu le plus couramment accepté est celui d'une Force Eternelle, mais la philosophie va bien au-delà et embrasse la notion de *NIRGUNA BRAHMA* ou Absolu Indéterminé qui est au-delà de toute multiplicité et de tout distinguo. C'est la Cause Ultime et le Substratum de l'Existence, le Centre supra-actif de la manifestation toute entière ou la Base Absolue (Cause Ultime). Il est au-delà des qualités, de l'activité et de la conscience. Il est aussi appelé *PARA-BRAHMA*. Ensuite vient l'idée de Dieu en tant que Suprême Existence. Nous voyons l'univers dans toute sa diversité et avec ses différences, et nous sommes conduits à croire en un créateur et un contrôleur. Nous l'appelons *ISWHARA* ou *SAGUNA BRAHMA* (l'Absolu déterminé). Nous pensons à Lui comme à une Existence sans forme et Eternelle, Omnipotent et Omniscient et doué de tous les attributs les plus subtils. C'est la cause agissante de l'Univers et Il est aussi son gardien et son destructeur. Ce n'est que quand la vision descend à son point le plus bas, que Dieu (le Dieu des religions) devient un objet de culte. C'est pourtant le plus haut niveau de presque toutes les religions. A ce bas niveau Dieu est conçu comme *NIRAKAR*, sans forme, mais possédant certains attributs. En soi, cette idée est déjà difficile pour le commun des mortels. Ils essayent donc de s'assurer une approche plus facile en lui donnant une forme plus tangible. Quelques-uns donc, pensent à LUI comme s'IL était assis au plus haut du ciel, pour administrer la justice avec bienveillance envers tous. D'autres pensent à LUI comme une force qui s'infiltré partout et contrôle l'Univers. Ainsi progressivement nous sommes passés de l'aspect sans forme ou *NIRAKAR* à quelque chose de tangible ou *SAKAR*. On a beaucoup parlé dans les ouvrages religieux, à propos de ces deux concepts *NIRAKAR* et *SAKAR* mais en vérité, tous les deux, tels qu'ils sont généralement compris, sont tout à fait trompeurs. En vérité Dieu n'est ni *NIRAKAR* ni *SAKAR*, mais IL est au-delà des deux. Ceux qui LE traitent de *SAKAR* limitent le Sans-limite dans les bornes de la forme et de l'apparence. En conséquence ils cultivent leur étroitesse d'esprit et restent toujours limités. Si nous LE considérons comme *NIRAKAR* l'idée même impose à notre mental la limitation des attributs de créateur, contrôleur et destructeur. Même l'idée de Dieu comme Force ou Energie

est encore un concept limité. Nous arrivons plus loin à la notion de non-entité ou zéro, encore sommes-nous toujours en dehors de la Réalité. Que dire alors ? Les mots manquent. Qu'il suffise de dire que si nous sommes véritablement en dehors des deux conceptions précédentes (*Nirakar* et *Sakar*) nous sommes dans la bonne voie. Tant que nous restons enfermés dans les bornes de la religion, le Dieu de la religion demeure notre façon de voir, et nous restons entortillés dans l'une ou l'autre conception. La plus haute réalisation spirituelle n'est possible qu'en les dépassants. En fait la spiritualité commence où la religion finit. La religion n'est qu'une étape préliminaire pour préparer un homme à marcher dans le chemin de la liberté. Quand nous avons posé le pied sur le chemin nous sommes désormais au-delà des limites de la religion.

LA FIN DE LA RELIGION EST LE COMMENCEMENT DE LA SPIRITUALITÉ, LA FIN DE LA SPIRITUALITÉ EST LE COMMENCEMENT DE LA RÉALITÉ, ET LA FIN DE LA RÉALITÉ EST LA RÉELLE BÉATITUDE. QUAND, MÊME CELA A DISPARU, NOUS AVONS ATTEINT LE BUT. C'EST LE PLUS HAUT NIVEAU QUI PEUT A PEINE S'EXPRIMER AVEC LES MOTS.

Les formes variées du culte des dieux ou des déités sont un vulgaire développement de la même théorie du *SAKAR*. Le culte des différentes forces de la nature et même des montagnes, rivières ou arbres, est une dégradation plus avancée de la même idée. Quelle pitié ! Au lieu d'adorer le Maître de tout, nous adorons des serviteurs qui ne savent rien du Maître, et nous ne sommes pas prêts à entendre même un seul mot dirigé contre notre lot de préjugés. C'est pourquoi il y a aujourd'hui tant de sectes et de crédos, chacun adorant son dieu ou sa déesse à sa manière spéciale. Évidemment leur but n'est pas même la libération, mais dans la plupart des cas la simple délivrance de quelque misère ou quelque gain matériel. Les gens sont conduits à de tels cultes soit par la force des circonstances, soit par les conseils défectueux de ceux qui sont totalement ignorants en matière de Réalisation du Soi. Le Seigneur Krishna a complètement éclairé cette question dans la *Gita*. Le culte des dieux ne peut vous conduire qu'au sommet de leur sphère, qui s'arrête loin en-deçà du point de libération. Ils n'ont eux-mêmes aucune capacité



pour aller plus loin. Que leurs dévots puissent donc dépasser ce point est, de ce fait hors de question. Ainsi il est évident que ces dieux et déités ne nous servent à rien, si notre vrai but est la Réalité. J'ai illustré ce point plus clairement dans mon livre “ Efficacité du Raja Yoga ”.

Les formes mécaniques de culte, communément adoptées par ceux qui soupirent après les dieux et les déesses, pour favoriser leurs desseins dans le monde, sont encore une autre absurdité. Ce n'est pas du tout un culte. Ils jouent seulement le rôle du manœuvre pour ainsi dire et, en conclusion, ils reçoivent leur salaire journalier pour le travail physique qu'ils ont fait. La forme matérielle solide de Dieu qu'ils entretiennent dans leur mental, et adorent avec foi et dévotion, les conduit à une grossièreté interne, s'ils continuent cette forme de pratique pendant longtemps, ils deviennent de plus en plus solides et mettent une barrière à leur approche de la Réalité. Le résultat, dans de tels cas, devient évident pour presque tout le monde. Les anciens sages ont trouvé que, pour commencer, l'adoration d'un Absolu Immatériel était une approche difficile, pour les masses, et donc ils ont conçu certaines méthodes convenables pour les faire évoluer. Ils ont commencé en proposant une forme visible que les masses puissent facilement saisir et comprendre. Mais ce que les gens pouvaient saisir et comprendre était différent selon chacun. Pour les gens du plus bas niveau, ils ont pris quelque chose qui avait apparemment une forme solide. Pour ceux qui étaient plus élevés, une forme abstraite : la beauté, la lumière ou un attribut divin servait de point de départ. Pour les esprits bien cultivés, une notion subtile de Dieu suffisait. Ainsi ce n'était que pour les gens du plus bas niveau qu'ils avaient adopté une forme solide telle que peinture ou image, et, même cela, n'était qu'un moyen provisoire. Après quelques progrès, ils abandonnaient cela, et, s'engageaient pour une nouvelle étape à l'aide d'une forme plus subtile. C'est exactement comme pour apprendre à écrire à un enfant, on lui fait suivre des lettres déjà imprimées; et après un peu de pratique, on abandonne cette méthode et l'enfant est capable d'écrire tout seul sans l'aide des caractères imprimés. Ainsi la forme solide ou l'image ne devait être utilisée que par les débutants, pendant un certain temps. Après quoi, arrivait le degré suivant. En outre, l'image choisie pour ce dessein était pleinement chargée de force spirituelle en sorte que ceux qui s'asseyaient autour avec un esprit de dévotion et de culte, bénéficiaient un peu de son constant rayonnement. Maintenant les personnes qui

ont assez d'envergure pour avoir le pouvoir d'infuser de la force spirituelle dans une image sont rares, aussi le procédé de *PRANAPRATISHTHA* ne constitue plus qu'une pure formalité. Donc, les endroits et les images ainsi chargés il y a mille ans ont presque perdu depuis tout ce temps toute leur efficacité, et les gens qui les adorent et leurs rendent un culte n'en retirent pratiquement plus aucun gain. Il n'y a pourtant aucun doute à avoir sur le fait que ce procédé n'a été utilisé que pour les gens du plus bas niveau, avec un petit cerveau, ceux qui autrement n'auraient pu se consacrer à Dieu en aucune façon. Il est aussi certain que cette méthode si elle est suivie avec ténacité jusqu'à la fin, se retourne contre son propre but et ne procure aucun bénéfice spirituel. Saint Kabîr a joliment exprimé cette idée dans les lignes suivantes :

“Si on pouvait atteindre Dieu en rendant un culte à une pierre, je serais prêt à adorer une montagne. Mais on arriverait à un meilleur résultat en adorant une meule à grain qui écrase le blé pour nourrir le monde. ”

A mon point de vue, ceux qui s'accrochent à cette sorte de culte toute leur vie, pataugent profondément dans le borbier de l'athéisme. Il est très difficile de les en tirer. Au cours des années, après une pratique constante, ils deviennent si fortement enracinés là, qu'ils ne peuvent même plus envisager de passer à l'étape suivante. Ils restent sur place. Ils ne désirent pas se débarrasser des idées dont ils sont déjà imprégnés. Plus tard ils utilisent la force de leur pensée pour se rendre plus forts et plus solides. Tout ce qui existe dépose un reflet de lui-même sur les formes qui lui ressemblent. S'il s'agit d'une chose subtile, son reflet sera aussi de caractère subtil, mais si elle est grossière, son reflet sera aussi grossier. Si nous nous concentrons sur une chose solide, nous pouvons être sûr de devenir nous-mêmes intérieurement solides. De grands dommages ont été provoqués par les enseignants qui ont présenté, aux masses ignorantes, chacune des choses qu'ils avaient apprises dans les livres sacrés sous une forme dure et solide. Cela détruit le pouvoir réfléchi (du Divin) que possède le mental (\*). Si quelqu'un arrive à cet état affreux, il est perdu à jamais. Il perd le moyen d'arriver à une vision plus large et sa capacité de progrès ultérieurs disparaît. De telles personnes peuvent être comparées à des grenouilles dans un puits, elles n'ont qu'un petit rayon d'activité qu'elles considèrent comme le summum. Elles continuent à tourner en rond dans un cercle

fermé, muré de tous côtés. Elles sont emmurées dans la même chose toute leur vie. Les histoires et les images de Dieux sont tout pour eux et cela leur suffit. A la longue, cette pratique affecte les cellules de leur cerveau et elles se saturent jour après jour de pensées de plus en plus dures. Finalement cela envahit tout leur système nerveux. L'opacité extérieure se glisse petit à petit à l'intérieur, et achève le travail. Ils sont maintenant complètement imperméables à la Lumière Divine, tant à l'extérieur qu'à l'intérieur. L'accès à leur moi profond est complètement obstrué. Dès lors j'aime mieux les appeler des pierres vivantes. La croûte dure qu'ils ont ainsi formée, les tient à l'écart du moindre contact avec quoi que ce soit de plus élevé et de plus subtil. Ils sont quasi ensorcelés par les effets de ce qu'ils considèrent comme un état spirituel, alors qu'en fait c'est bien loin d'en être un. Mon expérience personnelle dans le domaine spirituel, m'a montré qu'il est particulièrement difficile et fastidieux de briser la croûte dure, que crée cette forme de pratique autour du cœur de ceux qui viennent à moi, pour continuer leur recherche spirituelle. Si quelqu'un désire se libérer lui-même de cet esclavage de l'âme, il doit obligatoirement chasser la couche de grossièreté et de solidité installée autour de son mental, à la suite de ces pratiques ridicules.

*(\*) Le pouvoir mental réfléchi du Divin : voir à ce propos “ Philosophie du S.M. ”, page 50, dernière ligne. Édition Française 1980.*

Une autre forme de culte, que l'on considère communément comme plus évoluée, c'est de chanter ou de réciter en chœur des textes à la louange du dieu ou de la déesse qu'ils adorent. Les gens s'assemblent tard dans la nuit, pour chanter en chœur du plus fort qu'ils le peuvent, et ils perturbent la calme atmosphère de la nuit. Ils pensent ainsi s'acquitter d'un pieux devoir, en “ injectant ”, ainsi qu'ils disent, le nom sacré de Dieu dans le maximum d'oreilles. Ils vont même plus loin et utilisent parfois des mégaphones pour diffuser le son. Ils ne se rendent absolument pas compte de la perturbation et des dommages, que cela peut causer aux personnes qui ont besoin de repos après leur fatigante journée de travail, ainsi qu'aux malades. Ils peuvent aussi, en même temps, être tout à fait perturbants pour ceux qui pratiquent la méditation au cours des heures calmes de la nuit. Au reste, cette pratique, telle qu'on l'accomplit généralement aujourd'hui, n'est pas d'une grande utilité au progrès spirituel et, par conséquent ne sert pas à grand-chose. Chanter des chants religieux

peut se comparer assez bien aux gémissements d'un malade, ils le consolent provisoirement mais ne le soulagent pas réellement. Ainsi ces chants ne leur sont d'aucune utilité, mis à part l'effet charmeur de la mélodie qui aide à élever leur pensée, pendant un moment, vers l'idéal choisi. Maintenant, tout ce que nous pensons ou regardons produit des vibrations en nous. Quand ces vibrations se multiplient, elles produisent une force qui jaillit au dehors, en produisant un son. Ces vibrations transportent avec elles l'effet des pensées et des sentiments individuels. Ainsi, l'effet sacré des mentals purs dans la société, peut être dégradé par le mauvais effet des mentals impies. Les éléments indésirables doivent donc être tenus à distance, si l'on veut tirer le complet bénéfice de ces séances. Il en était ainsi dans la pratique suivie par Chaitanya Mahaprabhu qui ne recommandait que les chants religieux en commun, parfaitement connus de lui pour leur valeur et leur piété. La célébration s'accomplissait alors toutes portes closes et aucun étranger n'était admis. En fait les chants religieux n'ont pas d'effet lors de l'étape préparatoire, mais ils deviennent plutôt efficaces et seulement jusqu'à un certain point, lorsqu'on a suffisamment évolué. Ils ont leur maximum d'efficacité quand ils sont chantés dans une atmosphère convenable axée sur la piété. Ils peuvent aussi être utilisés dans un but récréatif, après des pratiques mentales sérieuses. Qui plus est, malheureusement aujourd'hui l'idéal choisi pendant ces pratiques n'est pas des plus élevés. Dans la plupart des cas les gens demeurent tout du long, en contact étroit avec une idée de Dieu en tant que forme physique, et gardent-en vue leur corps grossier et ses activités. L'effet de cette grossière conception n'est rien d'autre qu'une opacité et une grossièreté intérieures, que les gens absorbent tout au long de leur pratique. Un concept grossier vous maintiendra forcément dans des liens et des limitations et le but final : la liberté absolue devient impossible. Voilà la raison pour laquelle en dépit de leurs années de pratique, ces gens se retrouvent au plus bas niveau de réalisation. Pour ainsi dire, ils cherchent tout dans une mare stagnante où même l'oxygène nécessaire à entretenir la vie fait défaut. Ils ont fait de cette mare leur résidence permanente. Il faut qu'une lumière convenable existe pour former des perles. Ce qu'il nous faut chercher afin de nous assurer la liberté absolue, loin de tout esclavage, c'est à devenir le plus lumineux et le plus subtil possible, ce qui correspond tout à fait aux attributs divins et nous assure une complète similitude avec LUI. Le nectar de la vraie vie est pour celui, et celui-là seul, qui s'élève jusqu'au degré nécessaire à cet objectif.

## CHAPITRE II

### LE BUT DE LA VIE

Il n'y a peut-être que quelques hommes dans toute l'humanité, qui se sont quelquefois sérieusement posé le problème de la vie. Généralement ils adoptent un point de vue très restreint. Leur seul problème est de s'assurer une vie décente, bien pourvue de toutes les facilités qu'ils désirent. En d'autres mots, l'objectif de leur vie consiste seulement à s'assurer le maximum possible de confort et d'importance dans le monde. S'ils sont capables d'y arriver, ils considèrent leur vie comme un succès, sinon ils pensent avoir échoué. Ils peuvent cependant passer pour de grands hommes, des philosophes, des savants ou des politiciens, et acquérir de grandes richesses et une renommée mondiale sans pour autant que le problème de la vie soit résolu. En fait, ce problème ne finit pas vraiment avec la mort, car celle-ci n'est qu'un changement de forme. Notre prochaine vie, quelle qu'elle puisse être, commence après la mort. De même qu'avant notre vie présente nous avons eu de nombreuses autres vies sous différentes formes, de même après notre mort, nous pouvons avoir de nombreuses autres vies. Le cycle de la naissance et de la mort continue indéfiniment. Le problème qui se pose à nous n'est donc pas de découvrir une solution à notre vie actuelle, mais à toutes les vies que nous pouvons encore avoir. Au sens le plus large, cela recouvre l'existence entière de l'âme sous toutes les formes, grossières ou subtiles, à toutes les époques, jusqu'au Mahapralaya (la dissolution en Dieu de tout l'Univers). Il peut y avoir des différences d'opinion sur la question des naissances et des morts, selon les différentes religions, mais il est certain que la seule connaissance théorique des écritures ne résoudra pas la question. Il y faut une expérience pratique dans le domaine spirituel. Les questions s'arrêtent pour quelqu'un qui a acquis *ANUBHAVA SHAKTI* (l'Intuition) du type le plus subtile et peut lui-même participer au véritable état de vie ultérieur. Les gens

expliquent cependant ce mystère de différentes manières; mais presque tous sont d'accord pour admettre que l'objectif de la vie est de parvenir à la félicité éternelle après la mort. Dans ce but ils insistent sur une vie vertueuse, pleine de sacrifices et de dévotion, qui les conduira à la félicité éternelle du Paradis ou bien au salut ou à la paix. Mais ce n'est pas la fin du problème, celui-ci se poursuit bien plus loin. Pour trouver cette solution il nous faut maintenant considérer le point d'où est partie notre existence. Notre existence dans sa forme grossière actuelle n'est ni spontanée ni accidentelle, mais résulte d'un lent processus d'évolution. L'existence de l'âme peut être dépitée jusqu'à l'époque de la création, quand l'âme a existé à l'état nu, en tant qu'entité séparée. De ce premier état d'existence de l'âme, dans sa forme la plus subtile, nous sommes allés vers des formes d'existence de plus en plus grossières. On peut les définir comme des enveloppes autour de l'âme. Les premières enveloppes furent de la nature la plus subtile, et avec elles nous existions dans notre terre natale : le Royaume de Dieu. Les couches d'ego continuèrent de s'ajouter et successivement *MANAS* (la Psyché), *CHIT* (la conscience), *BUDDHI* (l'intellect) et *AHANKAR* (l'ego) dans leur forme d'origine commencèrent à contribuer à notre grossièreté. Inévitablement les *SAMSKARAS* (impressions), commencèrent à se former avec les conséquences que cela implique. Le vice et la vertu apparurent. Lentement, notre existence prit la forme la plus dense. L'effet des *Samskaras* est le commencement des sentiments de confort, de douleur, de plaisir et de chagrin. Notre attirance vers le plaisir et le confort, notre répulsion pour les chagrins et la douleur, ont engendré des complications ultérieures. Nous nous sentons environnés de douleur et de chagrin et nous pensons que nous en délivrer est notre principal but. C'est vraiment une très courte vue du problème.

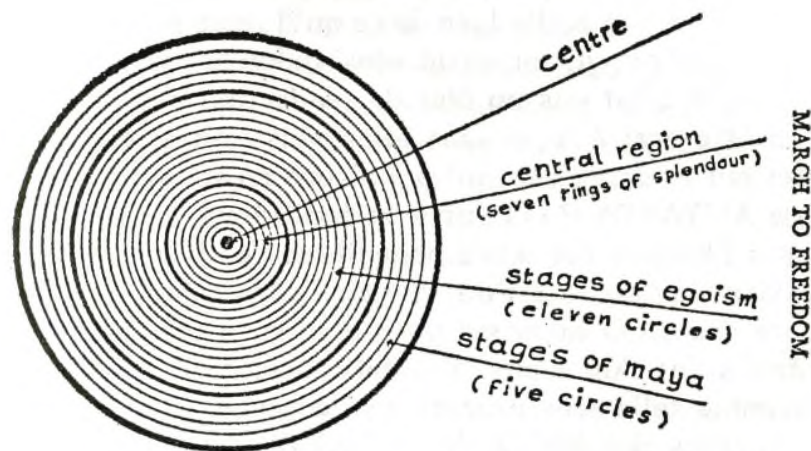
Les buts et les objectifs de la vie, conçus en termes de desseins terrestres, sont pratiquement sans signification. Nous oublions que douleurs et chagrins ne sont que les symptômes d'une maladie, mais que la maladie se trouve ailleurs. Pratiquer la dévotion, dans le but de complaire à Dieu, pour s'assurer du confort et des profits dans le monde, n'est que comédie. Notre problème ne consiste pas seulement à nous délivrer des chagrins et des douleurs, mais à nous libérer de l'esclavage, qui est la cause ultime de ces chagrins et de ces douleurs. La liberté par rapport à cet esclavage c'est la libération. Elle diffère du salut qui n'est pas la fin du processus des renaissances. Le salut n'est qu'un arrêt temporaire du cycle. C'est la

suspension du processus des naissances et des morts seulement pendant une période définie, après quoi nous reprenons une forme matérielle. Le cercle sans fin des renaissances ne se termine qu'avec la libération. C'est la fin de nos douleurs et de nos chagrins. Nous ne pouvons prendre comme but de la vie rien de moins que la libération, et même il reste encore bien des choses au-delà. Pourtant il n'y a que quelques personnes qui prennent la libération comme but final de leur vie, bien qu'elle représente le plus bas échelon du vol spirituel. Le problème de la vie n'est absolument pas résolu si nous restons en dessous de ce niveau. Certains peuvent dire qu'ils ne désirent pas la libération (*MUKTI*), ils veulent seulement continuer de revenir sans fin dans le monde, et pratiquer la dévotion (*BHAKTI*). Le but de leur vie n'est ni déterminé, ni défini. La dévotion et rien d'autre, ainsi qu'ils disent, constitue leur but. En fait, ils sont attirés par le charme de la dévotion, et se plaisent à y demeurer entortillés à jamais. Ils ne font cela que pour se faire plaisir. Se libérer de l'éternel esclavage est impossible, tant que nous sommes pris dans des liens. Le désir ardent naturel à l'âme est d'être libre de tout esclavage. Si quelqu'un ne désire pas se libérer des liens, il n'y a pas de solution pour lui. La dévotion est un moyen d'arriver au but et non pas le but lui-même. Ce dont je parlais ci-dessus signifie simplement qu'ils sont séduits par le charme de cet état primaire, et ne désirent plus s'en éloigner à aucun moment. La courte vue qu'ils ont adoptée, les empêche d'arriver à une vision plus large, et ils ne voient rien d'autre au-delà. Un autre argument fallacieux que l'on avance pour soutenir la pratique de la dévotion pour elle-même, c'est que si la dévotion est pratiquée en vue d'un objectif particulier, elle est loin d'être sans désir (*NISHKAM*). La dévotion sans désir — *NISHKAM UPASANA* — dont on parle dans la *Gita* insiste pour que nous pratiquions la dévotion sans en attendre un résultat défini. Cela veut dire, réellement, qu'il nous faut pratiquer la dévotion sans garder les yeux fixés sur un objectif matériel, et ne pas attendre la satisfaction de nos désirs. Cela ne nous empêche pas de fixer notre mental sur le but de la vie, soit rien d'autre que l'endroit où il nous faut finalement parvenir, autrement dit, le souvenir de notre terre natale (ou de l'état antérieur à notre actuelle existence matérielle) à laquelle il nous faudra finalement retourner. C'est la seule idée de destination que nous gardons vivace dans notre mental et donc nous ne pratiquons la dévotion que comme un devoir. Le Devoir pour le Devoir est sans aucun doute “ *NISHKAM KARMA* ” (action impersonnelle) et réaliser le but de notre vie, est notre devoir impérieux.

J'en arrive maintenant à ce que devrait être le but véritable de la vie. Il est généralement admis, qu'il faut choisir le but le plus élevé possible car, sinon, il est peu probable: que l'on puisse faire de grands progrès, jusqu'au But Ultime. Il est donc nécessaire d'avoir une idée claire du but humain le plus élevé possible. Nous avons les exemples de Rama et Krishna, ces deux incarnations de la Divinité. Nous les adorons avec foi et dévotion, et nous voulons nous assurer de nous unir à eux. De ce fait même, cela devient le but de notre vie, et nous pouvons être garantis au mieux, d'arriver à leur niveau. Pourtant Rama et Krishna en tant qu'incarnation furent des personnalités particulières, revêtues de pouvoirs supranaturels, afin de pouvoir travailler comme intermédiaires, à l'aboutissement de l'œuvre que la nature exigeait et qui avait motivé leur venue. Ils disposaient des pleins pouvoirs sur les diverses forces de la nature et pouvaient à chaque instant les utiliser de la manière qu'ils trouvaient adéquate. Le champ de leur activité était limité selon la nature du travail qu'ils devaient accomplir. Ils étaient descendus de la sphère de *Mahamaya* où l'état de l'énergie Divine, dans une forme subtile, la rend la plus puissante. On peut s'en rendre compte par les conséquences excellentes qui ont résulté de leur intervention au cours de leur temps de vie. La plus haute possibilité pour l'homme se situe loin au-delà de la sphère de *Mahamaya* et le chemin dépasse largement ce niveau. La plupart des lecteurs peuvent en être étonnés, mais c'est un fait indiscutable. Le but final de notre recherche se situe à un endroit où toute force, toute énergie, toute activité, même tout stimulus disparaît, et l'homme parvient là à un état de complète négation : le Néant ou Zéro. Voilà le plus haut point de la quête ou le but final de la vie. J'ai essayé d'exprimer cela dans un schéma.



Marche vers la liberté.



Lire de bas en haut :

- Etapes de Maya : cinq cercles.
- Etapes de l'égo : onze cercles.
- Région centrale : sept anneaux de splendeur.

Les cercles concentriques qui figurent autour du centre " C ", représentent grosso modo, les différentes sphères spirituelles que nous traversons au cours de notre évolution. Nous partons du cercle le plus extérieur, et avançons vers le centre en traversant chaque cercle pour parvenir à l'état suivant. C'est un très grand développement. Quand je parle de libération, les gens pensent que c'est quelque chose de très lointain qui nécessite de très grands efforts pour y parvenir pendant de nombreuses vies. Sur ce graphique l'état de libération se trouve entre le 2<sup>o</sup> et le 3<sup>o</sup> cercle. Les états divers par lesquels il nous faut passer avant d'arriver à la libération ne représentent, à eux tous, qu'un cercle et demi. Cela peut aider le lecteur à se faire une petite idée de ce qu'il reste à faire après la libération, qui en vérité, ainsi qu'on le croit communément, n'est pas un état de réalisation banal. Après en être arrivé là, il faut aller plus loin et traverser les autres cercles jusqu'au 5<sup>o</sup>. Nous en sommes à l'état *d'AWYAKTA GATI* (un état indifférencié). Dans cet état l'homme est totalement libéré des limitations de Maya (la Manifestation, l'illusion). Un très petit nombre des sages du passé a pu accéder à cet état. *Raja Janak* fut l'un d'eux. Sa réalisation était considérée comme tellement exceptionnelle que même les plus éminents des Rishis (les Sages) de l'époque avaient pris l'habitude d'envoyer leurs fils et leurs disciples se former auprès de lui. La Région du Cœur ainsi que je l'ai décrite dans mon livre " Efficacité du RajaYoga " est maintenant dépassée et nous entrons dans la Région du Mental en traversant le 5<sup>o</sup> cercle. Les 11 cercles suivants représentent les différentes étapes de l'égo. L'état gagne en subtilité à mesure que

nous traversons cette région. Quand nous atteignons le 16° cercle, nous sommes presque libérés de toute notion d'ego. Cette condition est presque inconcevable, et n'a que rarement été atteinte même par les plus grands sages. Pour, autant que me le permette ma vision, je ne vois que Kabir parmi les anciens sages, qui ait pu atteindre cet état (représenté par le 16° cercle). Ce qui reste après avoir traversé ce cercle n'est rien qu'une simple notion d'identité, pourtant elle est encore sous une forme grossière (identité lourde). Nous entrons désormais dans la Région Centrale. Là encore nous allons trouver sept anneaux de quelque chose. Je pourrais appeler lumière, pour la beauté de l'image, ce que nous traversons durant cette étape. La forme d'identité lourde, ainsi que je l'appelais plus haut, devient de plus en plus subtile, jusqu'à l'extrême. Nous avons alors atteint une situation tout près du Centre, et c'est la plus haute approche ouverte à l'homme. Là nous sommes en étroite harmonie avec l'état même de la Réalité. L'immersion complète dans le Centre reste cependant impossible, afin qu'il demeure une différence nominale entre Dieu et l'âme. Voilà toute l'étendue de la réalisation humaine, sur laquelle un homme devrait garder le regard fixé dès le début, s'il veut faire les plus grands progrès sur le chemin de la Réalisation. Très peu d'entre les Saints et les Yogis du monde entier n'en ont jamais eu l'idée. Leur approche ultime dans la plupart des cas, n'a pas dépassé le 2° ou le 3° cercle, et il est dommage que même à cet état préliminaire, ils aient parfois considéré leur réalisation comme très haute. Je n'ai parlé de tout ceci que pour permettre aux gens de se faire une opinion sur ces soi-disant grands Docteurs en Divinité, que l'on dit avoir atteint la perfection. Ils sont généralement considérés comme tels par les masses ignorantes, qui ne jugent de leur valeur que par leur aspect extérieur et leur élégance.

## **CHAPITRE III**

### **LES VOIES ET LES MOYENS**

Après avoir déterminé notre but, notre problème est ensuite de découvrir les moyens d'y parvenir. Les sages et les enseignants ont traité ce sujet en détail. Ils ont établi différentes formes de techniques ou “ *Sadhanas* ” efficaces pour arriver à ce qu'ils avaient déterminé comme étant le but final. Mais pour réaliser Dieu, l'Absolu Indéterminé ou *PARA BRAHMA*, il nous faut adopter des méthodes qui conduisent à la “ complète négation ”. Le but de notre vie, tel que nous l'avons expliqué au chapitre précédent, est l'état final où nous sommes les plus proches du Centre Supra-actif ou Zéro, qui est la cause primordiale de toute manifestation, et vers laquelle toute chose retournera finalement après le *Maha Pralaya* (la complète dissolution de la manifestation). Pour parvenir à cet état il nous faut devenir nous-mêmes Zéro. Sans nul doute nous atteindrons ce point tout naturellement au temps de *Maha Pralaya*, mais ce pour quoi nous faisons des efforts c'est pour y arriver le plus tôt possible, afin de nous délivrer des souffrances de vies innombrables. De même que le *Maha Pralaya* (ou la complète dissolution) est fondamental pour que tout revienne à son point de départ, de la même manière pour que nous y revenions, il nous faut venir à bout de notre *Pralaya* (notre destruction), c'est-à-dire arriver à un état de complète dissolution de tout ce qui est né de notre activité. Cela signifie qu'il nous faut être libres de toutes nos possessions, et prendre la même forme dépouillée qui était la nôtre au temps de la création. Nos possessions sont une accumulation de *Samskaras* (impressions) avec l'effet qui en découle : soit les formes complexes de nos différentes enveloppes qui se sont groupées autour de l'âme, à la suite de nos pensées et de nos actes. Nous possédons des facultés mentales et intellectuelles qui sont toutes actives. Notre mental détermine les actions de notre corps. Nous voyons, entendons, sentons et comprenons les choses. Nous commençons à les aimer ou à avoir de l'aversion pour elles. Des désirs s'y glissent progressivement et affectent notre activité. Les anneaux (de ces différentes enveloppes) continuent à s'ajouter les uns aux autres et nous nous impliquons tout entier, pour satisfaire nos désirs. Quand un désir est satisfait, il en génère un autre qui prend sa place. Nous sommes rarement débarrassés des désirs ne serait-ce qu'un instant. La plupart des choses que nous voyons nous donnent envie de les posséder. Ces désirs conditionnent nos activités physiques et mentales, et conduisent à la formation des *Samskaras* (impressions) ajoutant de plus en plus d'enveloppes à notre âme. Nous éprouvons à chaque instant de nouveaux désirs, et les efforts que nous faisons pour les satisfaire ajoutent de nouvelles enveloppes. Ces impressions demeurent dans notre corps causal tant qu'elles n'en ont pas été balayées par le

processus de “ *BHOGA* ” (\*). Le parachèvement (*Bhoga*) de toutes les impressions formées à chaque instant, ne peut d'ordinaire pas se faire au cours de toute une vie. Ainsi, à la fin de notre vie, il nous reste emmagasiné en nous, quantité de ces impressions. Ce sont ces *Samskaras* qui provoquent notre renaissance, afin de nous donner une chance d'accomplir leur *Bhoga*, mais malheureusement au lieu de cela nous en ajoutons généralement de nouveaux.

(\*) *BHOGA* : le processus de la Nature qui fait arriver la conséquence de nos actes, les achève, et nous débarrasse des *Samskaras* correspondant.

Un autre obstacle sérieux sur notre chemin, provient de nos chagrins et de nos souffrances. Pratiquement tous les humains se plaignent de leurs souffrances et souhaitent s'en débarrasser, mais ils s'y prennent mal. Ils pensent que la satisfaction de leurs désirs constitue le seul moyen d'échapper à leurs souffrances. Or là n'est pas la solution. Les souffrances sont d'ordinaire considérées comme détestables, pourtant il y a des sages qui ont volontairement recherché la souffrance. Ils pensaient qu'elle constituait pour eux un avantage et ils priaient Dieu souvent de leur en envoyer. Ce mystère s'éclaircira si nous cherchons l'origine de la souffrance. La conscience que possède l'âme est une conséquence de la Volonté Divine d'effectuer la création. L'âme a commencé de la même manière à effectuer sa petite création, et a réparti autour d'elle les éléments de sa propre création. D'autre part, une agitation, un mouvement (c'est-à-dire : une perturbation, un trouble) fut le facteur principal qui aboutit à la création. Parallèlement pour la petite création de l'âme, l'agitation, le trouble, sont indispensables. Nous possédons aussi une force de volonté dont nous nous servons pour communiquer la puissance aux éléments nécessaires à l'établissement de cette création. Ils nous apparaissent comme plaisir ou chagrin, bien-être ou souffrance. Le mental, lui aussi, étant constamment en activité, crée en nous le désir des uns et la répulsion pour les autres ; il fait entrer en compte les deux aspects extrêmes des événements. C'est ainsi que les souffrances commencent à surgir. Elles sont toutes créations du mental humain, à cause de notre ignorance de la véritable parenté des choses. Nos passions, émotions, impulsions contribuent aussi pour une bonne part à augmenter la perturbation, et finissent par provoquer de furieux ouragans, assez forts pour faire craindre un naufrage total. Nous en attribuons généralement la cause aux circonstances, mais

c'est une erreur. Le mental est le centre de cette expansion extérieure de l'homme, sous sa forme de corps humain et tout ce qui est fait par l'intermédiaire du corps provient du centre : le mental. Si notre mental parvient à un équilibre harmonieux, il ne se laissera pas affecter par les circonstances et l'environnement, et il n'y aura aucune perturbation en lui. Il demeurera paisible et tranquille quelques soient les circonstances. Les passions, les émotions violentes et les désirs perdront leur intensité, et chagrin, joie ou souffrance disparaîtront. Nos désirs sont la cause principale de nos souffrances, donc la seule solution à nos souffrances est la réduction de nos désirs. Moins nos désirs seront nombreux, autant sera réduite notre souffrance, mais devenir sans désir est un autre problème. Les désirs sont un filet dans lequel nous sommes entravés, plus nous essayons de nous en débarrasser, plus les mailles du filet se resserrent. Le seul moyen de nous en libérer est d'en détourner notre attention et de la fixer sur la seule chose qui soit véritablement Réelle. Si nous prenons l'habitude de détourner d'eux notre mental, nous commencerons bientôt à ne plus les voir, et nos souffrances seront allégées. Seule la Réalité demeurera devant nos yeux, constamment, et tout le reste perdra son attirance et sa signification.

La suppression complète des souffrances au cours de la vie est toutefois impossible et antinaturelle. En fait elles sont plutôt destinées à nous améliorer. Elles sont exactement comme des pilules amères que le médecin donne au malade pour rétablir sa santé. Le mauvais usage de la meilleure chose, elle-même, amène des perturbations. Il en est ainsi de la souffrance. Une utilisation convenable, de chaque chose au bon moment et de la bonne manière, conduira forcément à de bons résultats en fin de compte. La souffrance est véritablement notre meilleur guide pour nous aplanir le chemin. Pour un homme dans le domaine ordinaire de la vie, les souffrances aident puissamment son action. En parlant des souffrances et des peines de la vie de famille, mon Maître avait coutume de dire : “ Notre foyer est le terrain d'entraînement de notre patience et de notre résistance. Supporter calmement les épreuves de la vie d'un chef de famille, constitue pour nous la forme la plus grande et la plus noble de toutes les pénitences. Ce qu'il nous faut faire en fonction des circonstances, n'est donc pas de nous laisser aller à la colère ou au chagrin, mais de nous en tenir à la conviction aveugle que nous sommes nous-mêmes coupables et qu'il nous faut donc les subir en gardant la tête froide. Une vie solitaire

dans la forêt et le recul devant les affaires du monde, peuvent constituer, pour certains, le moyen de cultiver la patience et la longanimité, mais pour nous, les railleries et les reproches de nos amis et relations sont la plus grande pénitence et le plus sûr moyen de réussite. En fait, s'accommoder froidement des souffrances et des peines contribue beaucoup à notre amélioration, elles constituent de ce fait un atout valable pour notre progrès. Ce n'est que notre mauvaise réaction à ces épreuves qui pollue leur action et nous prive de leur meilleur bénéfice.

La Renonciation ou le non-attachement est sans nul doute une étape essentielle dans la réalisation, et nous ne pouvons pas nous libérer des entraves de Maya tant que nous ne cultivons pas le non-attachement, mais cela ne signifie pas qu'il nous faut couper nos rapports avec le foyer, la famille et toutes les affaires du monde, pour devenir un moine mendiant. Je ne suis pas d'accord avec ceux qui prétendent que le seul moyen de cultiver le non-attachement, est de quitter foyer et famille pour se retirer dans un coin solitaire en mettant au rebut tout lien avec le monde. La Renonciation obtenue par ces moyens drastiques est rarement authentique, car il est bien probable qu'en dépit de leur apparent détachement forcé du monde, ceux qui l'ont adoptée peuvent encore lui demeurer cramponnés à l'intérieur d'eux-mêmes. Bien sûr, en tant que chef de famille, il nous faut nous préoccuper de beaucoup de choses, il nous faut subvenir aux besoins de notre famille, veiller sur l'éducation de nos enfants, prendre soin de leurs besoins et de leurs désirs, les protéger de la chaleur et du froid, des dangers et de la maladie, etc... Pour tout cela il nous faut gagner de l'argent et posséder des objets, mais le vrai mal n'est que dans l'attachement injustifié aux choses avec lesquelles nous sommes en contact. C'est la cause principale de nos souffrances, mais si nous sommes capables de tout faire dans notre vie, simplement parce que nous pensons que c'est notre devoir, sans attrait ni répulsion, nous sommes en un sens, libérés de tous les liens du monde et nous avons renoncé au monde dans le véritable sens, même si nous sommes possesseurs et utilisateurs de beaucoup de choses. Tout ce que nous possédons nous semble alors être un prêt sacré du Maître Suprême pour nous permettre d'accomplir nos devoirs. Renoncement signifie en vérité, non-attachement aux objets du monde et non pas non-possession de ces objets. Ainsi un chef de famille qui doit posséder des choses et être en rapport avec le monde n'a pas d'obstacle pour s'engager dans le chemin du renoncement et par conséquent de

la réalisation, pour autant qu'il ne s'attache pas indûment aux objets avec lesquels il est en contact. Il y a de nombreux exemples de Saints qui ont atteint le plus haut niveau de perfection en étant toute leur vie Chef de famille. Le Renoncement est en fait une condition ou un état intérieur du mental, celui de garder présente la notion de la précarité et de l'impermanence des choses, ce qui crée ce sentiment de non-attachement pour les objets. Les yeux restent fixés à tout instant sur la Réalité qui, elle est éternelle et immuable, et on est libéré du sentiment de l'attrait ou de la répulsion. Voilà ce qu'est *VAIRAGYA* (le Renoncement) en son véritable sens. Quand nous avons pleinement acquis cet état du mental, nous sommes libérés des désirs. Nous sommes satisfaits de ce dont nous disposons. La fin des désirs signifie l'arrêt de la formation des *Samskaras* (les impressions). Il ne nous reste plus qu'à supporter l'effet (*BHOGA*) des impressions déjà formées, et dont il faut nous débarrasser au cours de notre vie. La Nature d'ailleurs nous y aide en créant les champs d'action de *BHOGA* dans le but de chasser du corps causal, les impressions laissées par nos pensées et nos actions. Quand ces enveloppes se dissolvent nous commençons à connaître une forme d'existence plus subtile.

Pour contrôler nos pensées et nos actions nous devons surveiller le fonctionnement convenable de notre mental, qui ne s'arrête jamais même pour un moment. J'ai souvent entendu les enseignants religieux se moquer du mental dans les termes les plus amers, le décrire dans les termes les plus injurieux et dire qu'il est notre pire ennemi. Leur motivation est tout à fait évidente. Ils pensent qu'il est la cause de tout le mal en nous et en conséquence, conseillent aux gens de l'écraser et de ne pas suivre ses ordres. Mais en général, les gens trouvent très difficile de restreindre l'activité multiple du mental ou de négliger ses ordres. Ainsi donc, ces conseils théoriques et ces sermons ne leur servent guère, et pratiquement aucun de ceux qui ont entendu ces sermons n'a été capable de passer à la pratique. De plus, les conditions de vie et l'environnement de notre époque tendent plutôt à augmenter plus que jamais les activités du mental individuel. Presque tout le monde de nos jours, ressent sa vie comme un dur combat pour survivre, et est confronté aux problèmes aigus de la pauvreté, de l'insécurité, de l'angoisse et de la compétition, et il est presque impossible de ne pas en être affecté. Par suite le mental est constamment agité et perturbé. Nous respirons ces problèmes dans l'atmosphère qui nous entoure et sommes constamment pourchassés par ces conditions de vie et cet

environnement. Notre mental individuel est devenu une girouette, qui tourne selon la direction d'où souffle le vent. Il faut être un héros pour y résister et rester libre de toutes ces atteintes.

Je suis, bien sûr, d'accord avec ceux qui disent que tout mal prend son origine dans le mental, et qu'il en est donc seul responsable, mais en même temps, je voudrais leur rappeler que c'est exactement ce même mental, qui nous conduit sur les chemins de la vertu et nous aide à réaliser notre Soi le plus élevé. Ce n'est donc pas seulement tout le mal qui vient du mental mais aussi tout le bien. Ainsi, ceux qui condamnent amèrement le mental, n'ont aucune justification. Tout cela n'est dû qu'à un fonctionnement défectueux du mental, et la seule chose à faire, n'est pas de l'écraser ou de l'anéantir, mais de l'entraîner convenablement. Le mental est comme le balancier d'une horloge. L'horloge fonctionne bien tant que le balancier est bien réglé, s'il est perturbé l'horloge est hors de service. De même pour l'horloge humaine il est nécessaire que le mouvement du mental soit bien réglé. Le moyen de modeler le mental et de régler ses activités est aussi très simple. En vérité, nous avons nous-mêmes dérégulé notre mental, en lui permettant de vagabonder sans but pendant nos heures de loisir. Cela s'est poursuivi durant des années, et cela est devenu pour lui presque une seconde nature. Si maintenant nous essayons de contrôler le mental, en le contraignant, nous aurons peu de succès. Plus nous essayons de le réprimer par force, plus il rebondit, se défend, et cela cause de grandes perturbations. La bonne méthode pour maîtriser les activités du mental consiste à la fixer sur une pensée sacrée, ainsi que nous le faisons en méditation, et écarter tout le superflu indésirable. Après quelques temps d'une pratique assidue, le mental devient discipliné, réglé et beaucoup des perturbations intérieures se trouvent éliminées. Le meilleur moyen de vous débarrasser des idées indésirables, est de les traiter comme des hôtes non invités et de leur rester indifférent. Elles se faneront alors comme des plantes que vous n'arrosez plus, et il ne restera finalement de prédominante que la seule pensée sacrée. Le seul moyen d'y arriver est donc la méditation sous la conduite d'un guide compétent. Par une pratique assidue de la méditation, le mental deviendra calme et paisible, et les pensées indésirables ne vous perturberont plus. J'ai souvent entendu les débutants se plaindre du vagabondage de leur mental pendant la méditation. Dès le premier jour, ils s'attendent à ce que leur mental reste au point mort pendant leur pratique de



méditation, aussi quand ils constatent que des idées et des pensées variées continuent de hanter leur mental, ils se sentent gravement perturbés. Je dois leur expliquer que nous ne luttons pas pour un état de syncope du mental dans notre pratique, mais seulement pour réformer ses multiples activités. Nous ne voulons pas arrêter son travail normal mais seulement l'amener à un état discipliné et réglé. Si les activités du mental s'arrêtaient dès le début, nous n'aurions probablement aucun besoin de pratiquer la méditation. La méditation est simplement un procédé pour parvenir à ce but final. La concentration en est le résultat naturel en son temps. La méthode convenable consiste à méditer en restant tout du long complètement indifférent aux idées et aux pensées étrangères qui traversent notre mental. Entreprendre une bataille mentale, pour tenir à l'écart les idées indésirables, se révèle inefficace, car cela provoque une forte réaction, qu'un homme de capacité ordinaire est souvent dans l'impossibilité de surmonter, et qui n'a parfois pas d'autre résultat que de provoquer une sérieuse perturbation mentale et même la folie. Cela peut être possible pour ceux qui, menant une vie de célibat, ont acquis une purification suffisante (\*) pour se mesurer avec plein succès au flot de leurs pensées, et supporter l'effet de leur réaction, mais pour l'homme ordinaire c'est presque impossible. Si, au lieu de nous battre pour tenir à l'écart nos idées, nous leur restons seulement indifférents, très vite elles perdront leur influence et cesseront de nous troubler. Alors elles seront seulement comme des chiens aboyant après une caravane qui va de l'avant, sans prendre aucunement garde à eux. Quand nous faisons attention aux idées pour les arrêter, une concentration s'établit naturellement sur elles, et elle apporte une énergie qui renforce ainsi les idées.

*(\*) Ojas : lumière intérieure.*

La plus commune excuse utilisée aujourd'hui par certains pour ne pas pratiquer la méditation, ou une pratique du même genre, est qu'ils sont trop occupés pour en avoir le temps, mais il est un dicton bien connu : “ Le plus occupé des hommes est celui qui a les plus grands loisirs ”. Je suis convaincu qu'un homme dispose de plus de temps qu'il ne lui en faut pour son travail, il ne se plaint du manque de temps que parce qu'il s'organise mal. Si nous utilisions notre temps au mieux, nous n'aurions jamais à nous plaindre d'en manquer. Il en est d'autres qui sont assez francs pour reconnaître que ce n'est pas par manque de temps qu'ils se

tiennent à l'écart de leurs devoirs pieux, mais à cause de leur habituelle négligence, et de la paresse qu'ils ne peuvent surmonter. A ceux-ci je voudrais dire qu'ils ne sont probablement jamais négligents ou paresseux dans leur métier ou leur profession, auxquels ils consacrent tout leur zèle en dépit de leur fatigue ou même de la maladie, uniquement parce qu'ils en espèrent gain et profit d'argent. Leur désir de gain matériel les rend indifférents à leur fatigue et à la maladie, si de même notre désir est grand pour la réalisation du but, nos habitudes de négligence et de paresse ne feront plus obstacle à nos efforts pour progresser. Si nous parcourons l'histoire des anciens sages, nous remarquons qu'ils ont sacrifié tout le confort de leur vie, pour atteindre la Réalité. Ils ont mené une vie d'austérité et de pénitence, supportant toutes sortes d'épreuves et de peines, pour l'amour de ce qui est si cher à leur cœur. Leur désir intense d'arriver au but les rend aveugles à tout le reste, et ils restent fermes sur le chemin, sans souci des difficultés et des obstacles. Ce désir intense d'arriver au but, et une volonté de fer, sont absolument nécessaires pour assurer un succès total. Je peux vous certifier que vous pourrez moissonner des lauriers dans le champ spirituel, pour peu que vous tourniez votre attention vers Dieu et agissiez avec volonté, foi et confiance. Peu importe le degré d'opposition de votre entourage, et que vous supportiez les soucis et les chagrins d'une vie de chef de famille. Votre vie d'homme occupé ne sera pas non plus un empêchement. En général, les gens vont vers Dieu avec hésitation, car ils se croient trop faibles et inaptes pour mener à bien leur accès à la Réalité. Une volition puissante établie dès le départ, et maintenue tout du long, permettra toujours un succès total. La moitié du chemin est déjà faite quand quelqu'un entre sur le terrain avec un mental ferme. Les difficultés et l'abattement se dissiperont d'un unique coup d'œil, et le chemin du succès sera aisé. Une attitude indécise conduit à un demi-effort, et il n'en résulte qu'un succès partiel ou même un échec. Si notre volonté est ferme, elle nous rend capable automatiquement, de tirer des forces de sources inconnues, pour accomplir notre tâche. Une volonté ferme, épaulée par une impatience jamais en repos, un désir intense de réussir, nous donneront des forces encore plus intenses pour accomplir notre travail, et nous resterons de ce fait en liaison continue avec la Réalité elle-même, profitant de la moindre occasion favorable à notre bien-être spirituel et à notre progrès. L'impatience, l'impossibilité de se reposer avant d'avoir atteint le but dans le minimum de temps, est donc de loin le facteur le plus important qui influe sur la rapidité de notre succès. Nous ne devons pas nous reposer même un seul instant, avant d'avoir atteint le véritable objectif : la paix et le

calme éternels. Un désir intense pour un objectif amène naturellement, un état de fébrilité et aucun apaisement n'est possible jusqu'à ce que nous ayons mené à bien le projet désiré. De ce fait, cette fébrilité est quelque chose d'essentiel, et il faut la développer de toutes les manières possibles. Ainsi, pour atteindre la paix éternelle, nous cultivons en nous l'impatience et la fièvre lors de l'étape préliminaire. Il peut paraître étrange au premier abord, que je vous demande de cultiver la chose même dont nous voulons nous écarter, mais c'est le seul moyen d'arriver sûrement et rapidement au succès. La fébrilité ainsi créée est temporaire, et sa nature diffère de l'état ordinaire de fébrilité mentale, elle est plus subtile et plus agréable, elle crée une arrivée dans notre cœur pour qu'y coule le courant Divin, et facilite notre passage jusqu'au royaume de Dieu. Si vous enfoncez un homme dans l'eau, vous constaterez qu'il fait des efforts désespérés pour se libérer de votre étreinte. C'est seulement son impatience à sortir de l'eau tout de suite, qui augmente la puissance de son effort et il ne se repose pas jusqu'à ce qu'il soit sorti de l'eau. De même, des efforts désespérés de cet ordre, provoqués par une extrême impatience à atteindre le but tout de suite, accéléreront notre avance sur le chemin de la Réalisation et garantiront un succès facile dans le plus court délai possible. C'est le moyen le plus facile et le plus efficace pour obtenir une réussite rapide.

Mes associés (les membres du Sahaj Marg) se sont souvent enquis auprès de moi, de la méthode à utiliser pour créer en soi ce genre de fébrilité. Je peux leur dire que l'amour intense, de ce que l'on prend pour objectif, y conduira automatiquement. Quand nous éprouvons un amour profond, nous nous sentons tout naturellement impatients de nous assurer un rapprochement avec l'objet de notre amour. Quand nous sommes très amoureux de l'un des objets du monde, son idée revient encore et encore à notre mental, et nous y pensons encore et encore. Donc quand il s'agit de développer notre amour pour le Divin dans nos cœurs, nous n'avons qu'à inverser le processus. Si nous gardons le souvenir de Dieu fréquemment, pendant la plus grande partie de la journée, nous augmenterons automatiquement notre amour pour *LUI*, et en continuant avec ardeur nous créerons l'impatience dans notre cœur et assurerons notre rapprochement au plus tôt. Un autre moyen de développer l'amour de Dieu, est de jouer le rôle de l'amoureux, comme si vous étiez dans une pièce de théâtre, mais cela n'est que pour ceux qui sont presque incapables d'utiliser des moyens plus subtils. La méthode qui consiste

à vous servir d'une pensée créée artificiellement, vous amènera bientôt à vraiment sentir un amour véritable et l'impatience commencera d'agiter votre cœur.

Le facteur le plus important pour la réalisation est la confiance en soi, notre propre certitude que nous avons l'aptitude et la force d'arriver au succès. Il est absurde de penser, même pendant un instant, que nous pouvons être de quelque manière que ce soit, ou trop faibles ou incapables, de parvenir au plus haut état de perfection jamais atteint même par les plus grands sages du passé. Nous devons marcher sur le chemin de la Réalisation comme un soldat brave, avec foi et confiance, sans nous soucier des difficultés ni des défaites. L'abattement et la déception affaiblissent notre volonté et ébranlent notre fermeté. Il nous faut supporter les défaites d'un cœur brave, et ne jamais céder au découragement qui est le pire obstacle et le plus mortel poison de la vie spirituelle.

Une chose essentielle dans le comportement d'un homme engagé dans la recherche spirituelle est la modération. C'est un mot au sens très vaste qui recouvre toutes les facettes de l'activité humaine. Il signifie équilibre de tous les sens et de toutes les facultés, rien de plus et rien de moins que ce qui est naturellement nécessaire à ce moment, dans un but précis, sans que cela laisse la plus faible trace dans le mental. Généralement, de nos jours, nous constatons que la modération n'est guère pratiquée dans la plupart des cas. La raison en est principalement due au fait que nous attachons une fausse importance à tout ce qui frappe notre regard et que nous le renforçons par la puissance de notre pensée en sorte que cela grandit sans mesure. Nous cultivons cette habitude et l'appliquons à tout avec une intensité variable. Le résultat ne peut en être que la perturbation et les conflits mentaux, cette habitude est à la racine de toutes nos peines et nos souffrances. La Réalisation n'est pas possible si la modération et l'équilibre ne sont pas rétablis. Cela correspond étroitement à la chose qui très précisément existait au moment de la création, quand tout était dans un équilibre parfait. Puis, au cours du temps, la dégénérescence s'y est glissée. Nos sens et nos facultés ont perdu l'équilibre et tout est entré en conflit. Ce qu'il nous faut faire désormais c'est contrôler nos sens et nos facultés afin de rétablir en eux la modération. Pour développer cette modération il nous faut aussi accorder une attention spéciale aux manifestations extérieures de la vie. Je veux dire : la gentillesse, la politesse du langage, la courtoisie, la sympathie et l'amour de

tous les êtres, le respect des gens âgés, le pardon, etc... Ces habitudes peuvent beaucoup nous aider. La modération est une des caractéristiques de la nature. Si nous acquérons une modération totale nous devenons en quelque sorte en accord avec la nature et c'est l'essence même de la spiritualité.

Enfin le moyen le plus important, infaillible, d'arriver au but est la prière. Elle rétablit un lien avec Dieu à qui nous nous abandonnons avec amour et dévotion. Au cours de la prière nous nous tenons devant LUI comme un humble suppliant, LUI montrant notre véritable état, totalement résignés à Sa volonté. Voilà la véritable forme de la prière et en véritables adorateurs nous devons aussi nous sentir satisfaits de la Volonté du Maître. C'est une folie de prier Dieu pour demander les biens insignifiants de ce monde, sauf dans des cas très exceptionnels quand la paix de notre mental est gravement perturbée par un besoin de première nécessité. Nous devons toujours prier seulement le Maître Suprême Omniprésent et Omniscient, avec un mental totalement plein d'amour et de soumission envers LUI, oubliant tout, nous-mêmes y compris. C'est la façon convenable de prier qui reste rarement sans résultat. J'ai parlé d'une façon plus complète de ce sujet dans mon livre :“ Commentaires sur les 10 maximes du Sahaj Marg ”.

Pour finir, je peux aussi vous expliquer qu'il y a des formes de pratiques diverses, pour parvenir au but. Elles peuvent vous conduire sur le chemin de la Réalisation jusqu'à un certain point, mais jusqu'où ? Mon propos n'est pas d'en débattre ici. Je laisse à l'expérience des lecteurs eux-mêmes le soin d'en juger. Mais je vous garantis absolument que c'est le Raja Yoga et lui seul, qui peut vous conduire jusqu'à la destination ultime, le plus haut point de l'approche humaine, là où vous êtes en parfaite harmonie avec la Nature, où vous avez revêtu une forme pure et absolue. Aucune autre forme de pratique ne peut conduire à de tels résultats. Ainsi donc il est nécessaire de recourir à cette science si vous voulez parvenir au sommet. L'aide ou le soutien d'un guide réellement compétent est, bien sûr le facteur fondamental, et cela constitue aussi de nos jours un sérieux problème, mais je vous assure qu'un chercheur sincère ne manquera jamais de le trouver.

## CHAPITRE IV

### LE GURU

Ayant choisi notre but et les moyens adéquats d'y parvenir, notre prochaine recherche sera de trouver la personne ayant les caractères convenables pour nous servir de guide, celle qui pourra avec succès nous conduire tout au long du chemin vers la Réalisation. Dans tous les cas, même lorsqu'il s'agit d'œuvres matérielles, nous avons besoin d'un guide compétent. Il peut bien sûr, se faire qu'après avoir acquis quelques connaissances, nous puissions continuer par notre effort personnel, mais même alors, il nous faut dépendre de l'expérience des enseignants du passé, contenue dans leurs livres et leurs écrits. En spiritualité le cas est différent. Le besoin d'un Guru ou d'un Maître, devient de plus en plus grand à mesure que nous avançons, et parvenons à des états plus élevés. Les livres ne sont plus d'aucune utilité. Ils peuvent nous aider à acquérir une connaissance superficielle, et nous rendre capable de discourir éloquemment sur des sujets spirituels, ou de vaincre à coup d'arguments ; mais une approche pratique de la spiritualité au moyen de livres seulement est impossible. Les pratiques Yogiques, la *Sadhana* (la pratique spirituelle), apprises dans les livres sont tout à fait trompeuses et même nuisibles à notre progrès spirituel. Ce n'est que l'aide et le soutien d'un guide compétent qui peut nous mener à destination. On dit de Maulana Rumi, un célèbre poète Persan et auteur de dix-huit livres sur la spiritualité, qu'il est allé voir une fois un grand Saint, pour recevoir de lui un entraînement spirituel. Le Saint lui demanda de jeter tous ses livres à la rivière, s'il voulait recevoir de lui un entraînement pratique. Comme cela aurait signifié pour lui, la perte de sa longue vie de travail, il refusa. Plusieurs fois il retourna voir le Saint et reçut la même réponse. Comme il sentait qu'il n'y avait pas pour lui d'autre alternative, à la fin il se soumit à la condition, jeta tous ses écrits à la rivière et devint son disciple. La vraie Réalisation ne vient qu'après un entraînement dans le domaine pratique, et pour cela la connaissance et l'érudition ont fait la preuve qu'elles étaient de peu de secours.

L'aide du Maître ou Guru est donc fondamentale et indispensable à ceux qui s'engagent dans une recherche spirituelle. Il y a eu des cas, malgré tout, où des sages ont atteint la perfection uniquement par leur effort personnel, en s'abandonnant directement à Dieu, mais ces exemples sont rares. C'est vraiment très difficile et cela ne peut être fait que par ceux qui sont spécialement doués d'un génie hors du commun. Le Guru est l'anneau d'une chaîne qui unit l'homme à Dieu. C'est par son intermédiaire seulement que nous pouvons atteindre Dieu. Il constitue la seule force qui puisse nous extraire des complications du chemin. Pendant notre avance spirituelle, il nous faut traverser différents points, appelés Chakras (ou de façon imagée Lotus). Ce sont des centres où se concentre l'énergie de la Véritable Puissance Divine dont l'homme a hérité. Ils sont situés à différents endroits du corps humain. L'espace qui sépare deux points est constitué comme un réseau de nombreuses fibres. Pour progresser, il nous faut traverser ces couches successives d'enchevêtrement. Il nous faut y séjourner un temps considérable pour arriver au bout de *BHOGA*. En fait *BHOGA* ne signifie pas seulement traverser l'effet de nos actes passés, mais signifie réellement suivre le processus, qui consiste à dérouler tous les enchevêtrements du point auquel nous sommes déjà arrivés. *BHOGA* nous arrête souvent pendant très longtemps et dans la plupart des cas il est presque impossible de s'en sortir par ses propres moyens. On peut y arriver au cours des étapes préliminaires, mais ultérieurement, cela devient tout à fait impossible. On a pu constater que la plupart des sages du passé, qui ont essayé de le faire eux-mêmes, ont passé toute leur vie à la toute première ou à la seconde étape, sans pouvoir les traverser. Le fait est que dès que nous en sommes à une étape un peu avancée, il nous faut faire face à ce qu'on pourrait appeler : la nature glissante de l'endroit. Nous pouvons y avancer quelque temps, mais peu après nous reglissons en arrière. Le même phénomène se reproduit indéfiniment, ce qui rend l'avance très difficile, quasi impossible. Dans ces conditions ce n'est qu'une forte poussée d'un Maître compétent, qui peut nous extraire du tourbillon. Si le Maître ne manque ni de force ni de compétence, il hissera par sa seule force le disciple en dehors de l'enchevêtrement, et le placera au niveau supérieur suivant. Il est donc essentiel que le guide que nous choisissons, soit de la plus grande envergure et qualifié pour le travail qui consiste à arracher les enchevêtrements dans le temps d'un clin d'œil, grâce aux extraordinaires pouvoirs dont il dispose. Ce ne peut être que quelqu'un qui a lui-même atteint la perfection : la complète négation de soi. Donc, nous devons établir un lien avec quelqu'un qui dispose de ce grand pouvoir par nos

sentiments d'amour, peu importe comment nous nous le représentons, nous pouvons l'appeler notre ami, notre Maître, notre serviteur, ou n'importe quoi d'autre qui nous convienne, mais il reste notre guide ou Gourou ainsi qu'on le désigne communément.

Malheureusement, aujourd'hui le choix d'un guide convenable est très négligé, même si chaque Indien qui se préoccupe de religion, croit qu'il lui incombe d'avoir un Gourou pour satisfaire son désir de spiritualité. Les gens choisissent, en général, quelqu'un dans ce but sans tenir compte en rien de ses qualifications pour ce travail. Ils sont conduits à cette façon de faire, par l'aspect convainquant des soi-disant miracles étalés par des soi-disant Gurus, pour attirer les masses ignorantes. Les chasseurs de disciples ne manquent pas, ils sont plus nombreux que les feuilles d'un arbre, parce que pour la plupart d'entre eux leur office de Guru est très profitable, il leur assure d'énormes revenus qu'ils ne pourraient en aucun cas gagner autrement. En plus, ils ont droit au plus grand respect et au service personnel de leurs disciples. Les ignorants sont des proies toutes prêtes pour ces “ chercheurs du soi ” professionnels. Un miracle minuscule ou un étalage habituel de quelque chose de plaisant et d'attractif, suffit à attirer des centaines de ces niais moutonniers, dans le repli de leur royaume de Guru. Une simple menace de maudire celui qui leur déplaît, peut en ramener des milliers à leur abjecte soumission. Et ce n'est pas tout, pour s'assurer le monopole de leur profession, ils déclarent que nul n'a le droit d'être Guru s'il n'appartient pas à la classe privilégiée, peu importe qu'il soit un *Sannyasin* ou un chef de famille. Ils se proclament enseignants mondiaux de la religion, par droit de naissance, sans égard à leur capacité ou compétence. Parmi les *Sannyasins* aussi, vous en trouverez de nos jours une quantité qui se posent en Mahatma, et se prétendent des *JAGAT-GURUS* (enseignants du monde entier). N'est-il pas dommage qu'il y ait de tels imposteurs professionnels, qui sont la honte de la nation et de la religion, qui rôdent, escroquent et lèsent les gens ignorants, pour servir leurs propres intérêts dans une complète impunité ?

Il est grand temps que les masses ouvrent les yeux et comprennent quel tort leur a été fait. Le règne du Guru, en tant que monopole d'une classe privilégiée, n'est qu'une absurdité inventée par les Gurus professionnels pour servir leurs



intérêts égoïstes. La croyance populaire au principe selon lequel un disciple ne peut jamais briser son lien sacré avec son Guru, quelles que soient les circonstances, est encore un stratagème astucieux imaginé par ces faux Gurus pour rendre leur situation sûre et sans aléas, ce n'est rien d'autre qu'un mensonge. L'habitude d'initier un disciple, bien qu'elle soit basée sur un principe sérieux, a été l'objet de beaucoup d'abus chez la plupart des professionnels modernes, qui ne comprennent pas sa véritable signification. Leur seule activité de Guru consiste à souffler quelques mots mystiques dans l'oreille du disciple au moment de son initiation, et à lui recommander de suivre un certain cérémonial en guise de culte. Leur devoir envers le disciple s'arrête là et ils n'ont plus rien à faire pour l'amélioration du disciple, excepté donner leur *DARSHAN\**, chaque année, et recevoir de lui leur rétribution annuelle. En vérité, un disciple ne devrait être initié en bonne et due forme, que lorsqu'une véritable foi existe en lui, et que l'amour Divin a pris racine à la place principale dans son cœur. Initiation signifie que le disciple a un lien établi avec la Force Suprême. En ce cas la force spirituelle commence à s'écouler vers le disciple automatiquement, selon la capacité d'absorption qu'il développe en lui. Il dépend essentiellement de la force et des capacités du Maître, que soit établi un lien robuste, pour cela le Maître doit être d'une grande envergure. Quand un robuste lien a été établi une fois, il se perpétue tant que le disciple n'est pas parvenu à la libération, ce qui dans ce cas ne constitue pas un objectif très lointain nécessitant de nombreuses vies. En fait quand un disciple est initié dans le vrai sens du terme, comme nous l'avons expliqué ci-dessus, par un Guru de grande envergure, la question de séparation entre le Guru et le disciple ne peut plus jamais se poser. Mais pour les Gurus professionnels, qui accomplissent des initiations simulées pour servir leurs intérêts, cela demeure une préoccupation constante, et donc pour garder un disciple dans leur étreinte de façon permanente, ils proclament comme un décret Divin que l'on encoure toutes les souffrances de l'enfer, si l'on caresse seulement la pensée de se séparer d'eux. La masse des ignorants prend cela pour parole d'évangile, et tremble à la seule idée de faire quelque chose qui puisse déplaire à son Guru, et ils essaient toujours de supporter toutes les atrocités avec une soumission passive. Je suis sûr qu'on ne pourrait pas trouver la moindre allusion à cette règle dans nos écritures sacrées, c'est une pure invention de ces enseignants religieux. Je considère comme un droit de naissance pour tout homme, de se séparer de son Guru à n'importe quel moment, s'il découvre qu'il a fait un mauvais choix, qu'il s'est trompé sur la compétence de son Guru ou sa valeur. Il est aussi

bien libre de chercher un autre Guru si, à n'importe quelle étape, il découvre que son Guru n'est pas capable de le mener plus loin que ce qu'il a déjà obtenu. D'autre part, un Guru consciencieux, doit de lui-même en fonction des circonstances, inviter son disciple à chercher quelqu'un d'autre de plus avancé et de mieux qualifié que lui, de sorte qu'en aucun cas les progrès du disciple n'aient à souffrir. C'est le devoir sacré d'un véritable Guru sans égoïsme. Si malgré tout, la permission de partir demandée par le disciple lui était refusée par le Guru en raison de ses motifs égoïstes, le disciple a tout à fait le droit de s'en aller et de chercher quelqu'un d'autre. Aucune loi morale ou religieuse n'a jamais interdit cela.

Lorsqu'ils sont un peu plus avancés dans leur hiérarchie, les Gurus tirent leur enseignement et leurs prêches de leur connaissance des écritures saintes, Ils ont établi une hiérarchie et des Ashrams, où ils jouissent d'une situation royale parmi leurs disciples. Ils vont faire de grands discours, disant à ceux qui les écoutent ce qu'ils doivent faire et ne pas faire, et leur expliquant les problèmes de *Maya*, *Jiva* et *Brahma*\*\* . Les gens s'agglutinent autour d'eux par milliers pour écouter leurs sermons, admirent leurs idées élevées, leur grande connaissance et les considèrent comme de grands Mahatmas ou saints. On leur pose de nombreuses questions compliquées et quand ils sont capables d'extraire une réponse de leur stock de connaissance des écritures, leur réputation de Mahatma est établie dans l'esprit de leurs auditeurs, qui sont enclins à les prendre pour Guru, alors qu'ainsi ils n'ont fait que tester leur savoir et non leur réelle valeur. Il faut bien savoir que ce n'est ni l'étude ni la connaissance qui rend un homme parfait, mais c'est seulement la Réalisation en son véritable sens, qui fait un vrai Yogi ou un Saint. Il est bien possible que l'homme qui vous a ainsi impressionné par son apparence, son savoir, son éloquence, soit du plus bas niveau en matière de réalisation pratique. Donc la connaissance n'est pas un critère pour déceler un véritable Mahatma ou Yogi. De même les véritables critères ne sont pas les miracles ni les moyens ou méthodes extraordinaires. Le véritable critère, n'est que le niveau de ses connaissances pratiques, sur le chemin de la Réalisation. La conception populaire du Mahatma comme grande personnalité individuelle ne me semble guère séduisante. Je définirai un Mahatma comme l'être le plus insignifiant, ou plutôt quelqu'un qui ne se préoccupe aucunement de son apparence, quelqu'un au-delà de tout sentiment de

grandeur, orgueil ou égoïsme, qui demeure de façon permanente dans un état de complète négation de soi.

(\*) *DARSHAN* : rayonnement spirituel bénéfique, souvent une simple formule de bénédiction.

(\*\*) *MAYA* : ce qui provoque l'illusion. — *JIVA* l'âme individuelle. — *BRAHMA* : Dieu créateur sans attribut.

Il y a des gens qui prétendent que la connaissance est une étape préliminaire essentielle et indispensable à la Réalisation. Je ne suis pas d'accord avec eux sur le fond, car la connaissance n'est qu'une acquisition du cerveau, alors que la Réalisation est l'éveil de l'âme, et dépasse de beaucoup le domaine du cerveau. Dans les livres de science spirituelle, on parle beaucoup des états du mental aux diverses étapes spirituelles, et on s'en tient là, mais dans la pratique on va bien au-delà. On peut parler aux gens de ces états, avancer des arguments pour ou contre, et montrer que l'on a appris plus que les autres avec sa mémoire, mais intérieurement on n'en reste pas moins tout à fait ignorant. Si des gens lisent ou écoutent des sermons sur la *BAGHAVAD GITA*, s'ils récitent régulièrement chaque jour des morceaux de la *Gita*, lisent des commentaires écrits sur elle, par des hommes de grand savoir, quel effet pratique cela pourrait-il produire sur eux ? Y a-t-il quelqu'un parmi eux, qui ait jamais été capable d'acquérir pratiquement l'une des conditions qui y sont décrites ? On peut pourtant répéter les mots : “ Le monde est Maya, l'homme est *Brahma* ” et ainsi de suite, mais intérieurement on reste tout à fait inconscient de ce que ces mots signifient. Personne n'a jamais été capable de parvenir à un des états de conscience dont nous parlons ici, à la manière d'Arjuna qui le fit rien qu'en écoutant le Seigneur Krishna. La *Gita* telle que nous l'avons aujourd'hui, est en réalité un commentaire de ce que le Seigneur Krishna a dit à Arjuna à la veille de la bataille de Mahabharata. Le Seigneur Krishna a réellement transmis dans le cœur d'Arjuna l'état lui-même qu'il expliquait avec les mots de sa bouche, et le résultat fut qu'Arjuna a réellement ressenti l'état qui régnait partout tant à l'extérieur qu'à l'intérieur. Ainsi, il arriva que chaque mot qu'il entendit, soit descendu directement dans son cœur, et y a produit un effet durable. Le motif de l'échec des enseignants et des prêcheurs modernes de la *Gita*, la raison pour laquelle ils ne produisent pas l'effet souhaité sur le mental de leurs auditeurs, est

qu'il leur manque de pouvoir transmettre ces états. Les différents états du mental décrits dans la *Gita*, sont réellement les différentes étapes qu'un homme traverse durant sa marche sur le chemin de la spiritualité, ces états interviennent automatiquement en lui. Les moyens conventionnels adoptés pour parvenir à un état du mental particulier à un stade prématuré, augmentent la grossièreté interne au détriment des progrès.

Un véritable guide, n'est pas quelqu'un qui peut nous expliquer la profondeur des dogmes religieux, ou bien nous dire fait ceci et ne fait pas cela. A peu près chacun de nous en sait assez sur ces sujets. Ce que nous attendons d'un Guru c'est une impulsion véritablement capable de réveiller notre âme, et ensuite son soutien effectif sur le chemin de la Réalisation. C'est un tel homme, qu'il nous faut trouver si nous voulons réussir. Donc il est évident que, pour juger de la compétence d'un homme en tant que guide spirituel, nous devons tenir compte non de son savoir ou de ses miracles, mais de ses réussites pratiques dans le domaine de la Réalisation. Un homme qui est lui-même libre peut vous libérer de l'esclavage éternel. Si votre Guru n'est pas libéré des liens des *Samskaras*, de *Maya* ou d'*Ahankar* (\*), il ne peut vous libérer de ces liens. Supposons que vous soyez attachés à une extrémité et votre Guru à l'autre, comment sera-t-il possible pour votre Guru de vous libérer ? Seul un homme qui est lui-même libre peut vous libérer. Les gens se sont égarés dans la plupart des cas pour cette seule raison qu'ils se sont assujettis à des guides incompetents, dont la principale motivation est sans doute uniquement leur propre grandeur, ou bien quelque profit personnel. Avec un tel objectif mental, ils sont généralement préoccupés de maintenir leur position et leur prestige par des recommandations erronées. Pour eux le plus grand traumatisme, causé à la fierté de leur puissance et de leur situation, est probablement de reconnaître la supériorité de quelqu'un de plus avancé ou de mieux accompli. Ce n'est rien d'autre qu' *Ahankar* dans sa forme la plus grossière. Si vous vous assujettissez à un tel Guru vous êtes sûrs d'hériter de ce même sentiment d'orgueil, qui est la pire sorte de " grossness " (la grossièreté) et d'entraver votre avancement spirituel. La libération est impossible aussi longtemps que ce défaut existe. La Spiritualité est en fait, un état du mental tellement fin que toute autre chose doit paraître plus lourde ou plus grossière en comparaison. L'impression subtile laissée sur les sens par le parfum subtil d'une rose est de beaucoup plus lourde. Je peux exprimer cela comme un état de parfaite

quiétude et d'équilibre, en complète harmonie avec la Nature. Dans cet état du mental, tous les sens et les facultés sont pour ainsi dire assoupis. Leur travail devient automatique, ne produisant pas d'impression sur le mental. Une paix parfaite est un de ces hauts états, bien que la Chose Véritable soit encore loin même lorsque la conscience de cette paix s'en va. C'est parce que la conscience de la paix, elle-même, pèse quelque peu sur le mental, même si cela est vraiment insignifiant. Quand nous sommes vraiment tout à fait inconscients de la présence même de la paix, nous sommes, en son vrai sens, libérés de l'impression ou du poids de cette perception. La condition à ce niveau est particulière. Ce n'est vraiment ni la béatitude ni autre chose. Les mots sont impuissants à exprimer véritablement la condition à ce niveau. Telle est la condition à laquelle nous devons finalement parvenir grâce à un Guru compétent, celui-là seul qui se trouve constamment dans la condition décrite ci-dessus, et qui a le pouvoir et la capacité de transmettre, par sa force de volonté, cet état spirituel dans le cœur de l'abhyasi et d'en enlever les enchevêtrements et les obstacles. Personne au-dessous de ce niveau n'est apte à faire suivre un entraînement spirituel à d'autres.

(\*) *AHANKAR* : *l'ego*.

C'est grand regret et pitié que ces très anciens procédés de transmission Yogique, créés et largement pratiqués par nos anciens sages, soient maintenant complètement oubliés au pays même de leur origine où, aujourd'hui, quelques-uns seulement sont susceptibles uniquement d'y croire. Certains essayent de le ridiculiser en l'interprétant, à tort, comme du mesmérisme ou de l'hypnose. J'ai expliqué cela dans mon livre " Efficacité du Raja Yoga ". Ici je peux vous certifier que l'entraînement spirituel, pour parvenir aux plus hauts niveaux, n'est possible que par le procédé de la transmission Yogique et par nul autre moyen. De fréquentes références à ce procédé, dans le milieu actuel des personnes instruites, ont conduit certains enseignants religieux d'aujourd'hui à excuser leur inefficacité, dans ce domaine, en expliquant aux gens que la transmission ne comporte rien de particulier.

Il arrive, généralement, quand vous êtes en compagnie d'un Mahatma ou d'un Saint, que vous soyez, dans une certaine mesure, soulagés de vos pensées perturbatrices et que vous vous sentiez relativement calmes pendant un moment.

Les enseignants, ci-dessus cités, proclament que cela est la conséquence de la transmission du Mahatma. Ceux qui présentent cette explication n'ont en vue que d'induire les gens en erreur par un argument qui passe sous silence leur incapacité. Ce qu'ils appellent transmission est en fait le rayonnement automatique des pieux *PARAMANUS* (particules subtiles) (\*) provenant du Mahatma. Ces particules affectent tous ceux qui sont rassemblés là et, en conséquence, le calme règne dans une certaine mesure aussi longtemps qu'ils sont présents. C'est simplement un processus naturel qui n'a rien à voir avec la transmission. C'est non seulement d'un Mahatma ou d'un Saint que de telles particules rayonnent, mais de n'importe qui, qu'il soit pieux ou dépravé, saint ou démoniaque. Si vous êtes pendant quelque temps avec quelqu'un d'impur, ou de dépravé moralement, vous constaterez que d'impurs *PARAMANUS* semblables rayonnent de lui et vous affectent ; il en résulte que vous voyez vos pensées couler dans la même direction pendant un moment. L'effet d'un tel rayonnement ne persiste que pendant un certain temps et disparaît quand vous vous éloignez. Voilà la raison pour laquelle on voit souvent des enseignants religieux se plaindre de l'indifférence des gens à mettre en pratique ce qu'ils prêchent. Ils disent que les gens quand ils s'en vont après avoir écouté leurs sermons, rejettent tout ce qu'ils ont entendu et n'en retiennent rien. Je pense que ce ne sont pas les gens mais le prêcheur qui est réellement à blâmer pour cela, car il n'a pas la capacité ou le pouvoir de transmettre ce qu'il a l'intention de prôner du haut de la chaire. Des opinions semblables sont exprimées en ce qui concerne les séances de *SANKIRTAN* (chants religieux). On dit que l'atmosphère paisible créée en de telles occasions est due à l'effet de la transmission. C'est en fait le résultat des vibrations produites par les sons du chant en chœur. Nous constatons la même chose à toutes les réunions de musique auxquelles nous assistons. En ces occurrences, notre mental est tellement focalisé sur la seule et même chose à laquelle nous sommes attentifs, que nous n'avons pendant un temps plus d'attention à consacrer à autre chose. Dans *SANKIRTAN*, comme nos pensées sont circonscrites à un idéal pieux, nous commençons automatiquement à ressentir la même chose dans notre cœur. Cela n'a rien à voir avec la transmission. Le pouvoir de transmission est une réalisation Yogique de très haut niveau, grâce à laquelle un Yogi peut, par la seule force de sa volonté, insuffler l'Énergie Yogique ou le Rayonnement Divin à l'intérieur de quelqu'un et supprimer ce qui est indésirable en lui ou nuisible à son progrès spirituel. Il peut utiliser ce pouvoir non seulement sur les gens rassemblés autour de lui mais, également, sur ceux qui sont éloignés. Ce

pouvoir peut être utilisé de n'importe quelle manière, à n'importe quel moment. Celui qui a obtenu la maîtrise de ce pouvoir peut en un clin d'œil créer, temporairement ou de façon permanente, une condition du mental de loin au-delà de la condition mentale existant chez l'abhyasi et qui, autrement, demanderait le temps d'une vie pour être acquise. Ceci n'est pas une affirmation gratuite mais uniquement un fait qui peut à tout moment être vérifié, de façon pratique, par quiconque le souhaite. Les sages ont souvent, par le pouvoir de transmission, changé entièrement la nature d'un homme par un simple clin d'œil. Le merveilleux exemple de grands sages comme mon Maître le *Samartha* Guru Shri Ram Chandra Ji Maharaj de Fatehgarh, Swami Vivekananda et d'autres, le prouvent amplement.

(\*) *Master qualifié par ailleurs ces Paramanus de particules subatomiques.*  
— *D.d.t.*

Il n'est pas difficile de résoudre le problème de savoir quelle sorte d'homme il faut choisir comme guide ou Guru. Si nos yeux sont fixés sur l'objectif final, nous ne pourrons jamais être satisfaits de quelqu'un qui se révèle être en-dessous de ce niveau. Chaque Saint ou Yogi est parvenu à un niveau personnel de réalisation et de progrès. Si nous nous lions à l'un d'entre eux, avec confiance et dévotion, et nous attachons fermement à l'immersion dans sa plus haute condition, nous atteindrons nous-mêmes ce niveau d'élévation. Il est donc absolument nécessaire de choisir comme Guru quelqu'un qui a réalisé les états les plus élevés. Si par malheur, d'une façon ou d'une autre, nous sommes conduits à choisir quelqu'un de niveau inférieur, notre avancement final restera lui aussi semblablement inférieur. D'ordinaire, un instructeur spirituel ne doit jamais se considérer apte à entraîner les autres, à moins d'être fermement établi, au minimum, dans la sphère du *BRAHMANDA MANDAL*) (\*) (ou *VIRAT DESH*), où tout se manifeste sous une forme subtile avant de prendre vraiment place dans le monde matériel. Quand un instructeur s'est relié avec ce plan ou sphère, il est en contact continu avec l'inépuisable réserve de l'énergie. Par contre, si quelqu'un entreprend l'entraînement spirituel des autres, avant d'arriver à ce niveau, il commence non seulement à perdre sa propre énergie mais est contaminé par les *Samskaras* et la grossièreté de ceux qu'il entraîne ; il en résulte très vite qu'il se trouve lui-même souillé. Dans notre Mission l'autorisation d'entraîner les autres n'est, en général, pas accordée, même à ce niveau. En vérité, un homme

n'est apte à ce travail d'entraîneur que lorsqu'il ne nourrit plus dans son cœur, la moindre impression d'être un instructeur ou un Guru. Je crois que si la pensée d'être un Guru traverse son mental, ne serait-ce qu'une seule fois dans sa vie, il devient indigne d'être un Guru pour toute sa vie. La seule présence de cette idée montre qu'il dorlote dans son cœur le sentiment de sa propre importance ou de sa grandeur. La conscience d'être un Maître si elle est conservée, se développe bientôt en orgueil, la forme la plus pure d'*AHANKAR* (l'ego) avec ses déficiences consécutives qui sont les pires causes de chute d'un Guru. Il est donc essentiel, pour un homme, de se libérer de ces maux avant d'émerger comme Guru dans le champ spirituel. DIEU est le véritable Guru ou Maître et nous n'obtenons la Lumière que de LUI seul ; mais comme il est extrêmement difficile pour un homme ordinaire de tirer son inspiration directement de DIEU, nous recherchons l'aide d'un autre de nos frères humains qui lui, a établi sa communication avec le Tout-Puissant. Il est donc tout à fait évident que, si un homme se montre comme Guru ou Maître, il a usurpé la place qui est réellement dévolue à DIEU et ce n'est donc que pur blasphème. Il doit donc se comporter comme le plus humble serviteur de Dieu, qui sert l'humanité au nom du Grand Maître. Ainsi il n'y aura pas de place pour *AHANKAR* et les dépravations qui en résultent et sont malheureusement trop communes de nos jours. La Réalité est totalement absente quand ces dépravations dominent. Un Guru ou instructeur doit donc bannir de son cœur même le plus léger sentiment de grandeur ou de supériorité et se considérer lui-même comme le membre le plus humble ou le serviteur de l'humanité. Mon Maître, dont on vénère la mémoire, en fut un exemple. Tout au long de sa vie il a traité ses " associés " comme des frères. L'idée qu'ils étaient ses disciples ne l'a pas une fois traversé. Il était toujours prêt à rendre même des services personnels à ses disciples, et il le fit bien souvent sans qu'ils puissent le savoir. Je pense et je ressens que rejeter sa position de maîtrise, et se sentir comme un serviteur ordinaire de l'humanité, est essentiel pour un Guru. Qu'il réclame un service personnel de la part de ses disciples ne se justifie pas, sauf dans des cas de nécessité impérieuse, et aussi dans la mesure où il est prêt à rendre les mêmes à ses disciples. La plupart des soi-disant Gurus d'aujourd'hui, encouragent cette pratique parce qu'elle leur offre un confort personnel et nourrit leur vanité. Ils disent qu'en touchant les pieds du Guru, ou en massant ses membres, le courant magnétique passe du Guru au disciple, et cela aide le disciple à former de pieux *Samskaras* (impressions). Ainsi, par cette pratique, le disciple absorbe beaucoup de la pureté et de la piété de son Maître. C'est peut-être vrai, mais demandons leur donc un peu s'il



n'en serait pas de même, si le Guru servait le disciple de la même manière ? Je pense que personne n'oserait dire le contraire. Il est donc évident que le vrai motif n'est rien d'autre qu'aise et confort personnel. A mon humble avis, le procédé devrait être désormais interverti pour s'accorder avec l'époque actuelle et le Guru devrait rendre lui-même ce genre de service à ses disciples. En vérité, la position du Guru est très étrange, s'il se ressent lui-même comme le Maître, et donc bien plus élevé que ses associés, il y aura un *AHANKAR* (égoïsme) de la pire catégorie dans ce Guru. C'est véritablement la tâche du disciple de se consacrer lui-même au service de son Guru, avec amour et dévotion, et non pas le droit ou le privilège du Guru de le demander. Je me rappelle une histoire, à ce propos. Un niais se présenta, un jour à l'un de ces exemplaires fréquents de Guru et s'offrit à devenir son disciple. Le Guru, ravi à la perspective d'avoir un mouton de plus dans son " Royaume de Guru " commença à lui enseigner les devoirs d'un disciple. " Vous devez — dit-il — être totalement soumis à votre Guru, veillant constamment à ses services et besoins personnels. Vous devez vous prosterner devant lui chaque matin et soir, et vous coucher après que le Guru soit endormi, et vous lever avant qu'il ne s'éveille ". Le pauvre garçon, se trouvant incapable de faire tout cela, demanda innocemment : " Qu'arrivera-t-il si je manque d'agir de façon parfaite ? " " Vous serez expulsé et condamné " fut la ferme réponse. " Alors, Monsieur, ajouta-t-il poliment, il serait très aimable à vous de m'accepter comme Guru ". Nous rencontrons souvent des exemples de jalousies et de frictions entre Guru et disciple. D'où cela vient-il ? C'est seulement à cause d'intérêt égoïste ou de gain personnel. Un Guru doit donc nécessairement être tout à fait dépourvu de motivation égoïste ou d'intérêt personnel. Il doit être absolument libre des sentiments d'orgueil ou de grandeur. Il doit être un homme sans ego et un vrai serviteur de l'humanité toute entière, instruisant les gens par pur amour, sans aucune motivation ultérieure égoïste de célébrité, renommée ou argent. Il doit pouvoir accéder lui-même à la plus lointaine limite possible et doit disposer du pouvoir de transmission Yogique. C'est un tel homme qu'il nous faut rechercher pour guide si nous voulons réussir tout à fait. Il vaut mieux rester sans Guru toute sa vie, que de se laisser guider par un Guru incapable.

(\*) *Région allant d'Ajna à Sahajrara. — D.d.t.*

## CHAPITRE V

### L'ENTRAÎNEMENT A LA SPIRITUALITÉ

Notre actuelle dégradation morale et religieuse est principalement due à notre environnement et à notre mauvaise méthode d'entraînement. Le modelage convenable du mental est entièrement négligé dans toutes les phases de l'instruction et de l'entraînement. Le maximum d'effort est fait pour pourvoir à un entraînement profane de bonne qualité, afin de rendre l'homme capable de s'assurer une façon de vivre décente et confortable, mais l'entraînement particulier nécessaire à “ la Réalisation de Soi ” est totalement négligé. Une importance minime, si tant est qu'on s'en occupe, est donnée au plus vital problème de la vie. La récitation journalière de quelques versets de prière à un dieu ou une déesse, ou bien l'observance de certains rites mécaniques en manière de culte, voilà tout ce qu'il est prescrit à la masse des gens. Ils le font pendant toute leur vie sans, probablement, en retirer quelque profit que ce soit. Le calme intérieur est toujours absent en eux. Les activités du mental telles que désirs, tentations et explosions émotionnelles demeurent telles qu'auparavant. Le principal objectif de l'entraînement est qu'un homme doit commencer à se pénétrer d'autant d'attributs Divins que possible. Si cela n'est pas mené à bien, la méthode d'entraînement est défailante et par conséquent inutile. Le façonnage convenable d'un homme doit résulter naturellement de la nature correcte de l'entraînement. Un façonnage convenable comporte un bon modelage du mental, donnant la modération nécessaire dans l'exercice de tous nos sens et facultés. Ainsi la bonne méthode d'entraînement, sous la conduite d'un maître compétent est, de loin le facteur le plus important de notre bon façonnage, sans lequel atteindre de plus hauts niveaux de spiritualité n'est jamais possible. La plupart des gens ont, d'une manière ou d'une autre, une attirance naturelle vers Dieu, pourtant ceux qui réussissent à réaliser Dieu sont très rares. La faute incombe à des conseillers défectueux et un mauvais entraînement qui mène un homme en dehors du véritable chemin, d'où il résulte qu'il est à jamais perdu. Bien sûr, pour un homme ordinaire, c'est une tâche bien ardue que d'apprécier si

son entraînement est bien ou mal dirigé. Les gens suivent docilement, et sans se poser de question, les directives de celui qu'ils ont accepté comme Guru et pratiquent de la manière qu'il leur indique. Il est très difficile pour eux d'avoir la certitude qu'ils sont conduits sur le bon chemin ou non. Cela pose un grand problème à des gens qui sont eux-mêmes tout à fait ignorants en matière de Réalisation. On trouvera de nombreux instructeurs religieux pour dire de ne pas manger d'ail, d'oignons ou de carottes, et insister pour faire adopter des méthodes et des pratiques sans véritable portée, ainsi qu'une centaine d'autres bagatelles de ce genre qui ne peuvent faire avancer du moindre pas vers la Réalité. Cela n'est pas un entraînement spirituel. Ces instructeurs-là ne font que s'abuser eux-mêmes ainsi que ceux qu'ils enseignent. Vous pouvez être sûr qu'à moins que la paix intérieure, le calme du mental, la simplicité et la légèreté ne soient le résultat naturel de vos pratiques, vous suivez un mauvais chemin et votre entraînement est défectueux.

Les méthodes d'entraînement spirituel adoptées couramment par la plupart des instructeurs, aujourd'hui, sont basées sur des règles pénibles et rigides qui, souvent, ne s'adaptent pas à la vie profane. Même, dans la plupart des cas, elles se révèlent impraticables pour ceux qui vivent ainsi dans le monde. En général les instructeurs incitent les gens à pratiquer la maîtrise de soi, en adoptant un genre de vie particulier, déconnecté des affaires du monde, et en pratiquant la dévotion pendant des heures d'affilée. De toute évidence, ce genre d'entraînement n'est pas conçu pour la majorité des gens, qui ne peuvent se couper du monde ni consacrer autant de temps à leurs dévotions. C'est pour cela que ces prêches ne produisent pas l'effet souhaité et, en dépit de tous leurs efforts, n'arrivent pas à réformer les gens selon leurs visées. Le fait est qu'elles sont plus théoriques que pratiques. Est-il toujours possible pour tout le monde de renoncer au monde en vue de la libération ? Sûrement pas. Alors quel bienfait les gens ordinaires retirent-ils de leurs enseignements ?... Certains d'entre eux sont même assez impudents pour proclamer leur conviction erronée, selon laquelle les niveaux spirituels les plus élevés, ne sont pas accessibles aux personnes qui vivent une vie de famille. Cela prouve vraiment qu'ils n'ont rien à donner aux gens ordinaires, à part leur prescrire des pratiques superficielles comme se baigner fréquemment dans le Gange, nourrir les poissons avec des boulettes de farine, ou lire les écritures encore et encore et toujours. Le vrai problème auquel nous sommes confrontés n'est pas de fournir des méthodes

d'entraînement spirituel à quelques personnes choisies, qui ont renoncé au monde, mais de fournir des méthodes aux gens en général, dont les devoirs dans le monde sont multiples, en dehors de ceux de la dévotion, et ne peuvent être ignorés sans danger. En fait, ils manquent à leurs devoirs s'ils négligent l'un quelconque d'entre eux. Pour eux, il est essentiel que leur vie spirituelle se poursuive parallèlement à leur vie dans le monde, avec un éclat identique, et pour cela il nous faut trouver les moyens adéquats.

Un entraînement spirituel authentique, s'adaptant de très près aux conditions actuelles de la vie dans le monde, est donc la seule chose nécessaire à l'évolution spirituelle des gens ordinaires, qui a, malheureusement, été si négligée jusqu'à maintenant. Pour ce genre d'entraînement, une aide extérieure demeure nécessaire dans la plupart des cas. Cette aide vient du Guru ou Maître qui est la seule personne capable de modeler notre destin. Quand cette aide arrive, la vie spirituelle est éveillée et les plus hauts pouvoirs de l'âme sont activés pour aider à la croissance.

Il faut rechercher ce genre d'aide auprès d'un de nos semblables, seulement quelqu'un de la plus grande envergure qui puisse être dès notre arrivée prêt à tout moment, pour résoudre nos difficultés. La pratique qui consiste à rechercher l'inspiration ou les directives de dieux, de demi-dieux ou d'âmes de défunts, en les traitant comme Gurus ou Maîtres, est le plus souvent très dangereuse. Il en va de même pour ceux qui recherchent les directives de “ leur voix intérieure ”, ainsi qu'ils l'appellent. J'ai rencontré des gens qui faisaient grand cas de leur voix intérieure, qu'ils tenaient pour le vrai guide sur toutes les questions discutables qui surgissaient dans leur mental. Nous avons des exemples concrets de gens qui se fient à cette prétendue “ voix intérieure ” et que l'on trouve égarés dans le champ spirituel. En vérité, ce qu'ils prennent pour leur “ voix intérieure ” ou l'instigation d'une âme de défunt, n'est que le jeu de leur mental indiscipliné. Si cette indésirable pratique est poursuivie pendant quelque temps, elle donne au mental un tel excès de force et de suractivité, qu'il commence à faire lui-même les questions et les réponses. Les gens prennent souvent cela pour un niveau de réalisation du Yoga, celui où l'on acquiert le pouvoir de communiquer avec les âmes des défunts. Ils sont vraiment bien loin du compte. La voix intérieure ou la voix du véritable SOI

n'est bien sûr jamais un mauvais guide, mais combien y a-t'il de personnes qui sont assez avancées pour l'entendre ? Pour le plus grand nombre, ceux qui prétendent suivre leur " voix intérieure " sont totalement incapables de l'entendre. Ils sont tout simplement dupés par la tendance du mental à travailler dans le merveilleux, et sa capacité de créer tout et n'importe quoi. Il peut même leur faire voir de terrifiants fantômes et entendre des voix étranges venant des arbres et des pierres. Tout cela résulte des activités d'un mental dans son état indiscipliné et pollué. A moins que les gainses de MAL (l'impureté), VIKSHEP (l'inconstance) et d'AVARAN (les enveloppes) ne soient enlevées et le mental porté à un parfait état d'équilibre et de modération, l'inspiration et les directives provenant de la voix intérieure sont dépourvues de sens. Le plus grand nombre de ceux qui prétendent suivre leur voix intérieure, ou rechercher les directives de l'âme d'un défunt, ne font réellement que suivre les diktats de leur propre mental non-réglé et indiscipliné ; ce ne sont que pures hallucinations. Si nous développons cette habitude corruptrice nous sommes perdus à jamais. Elle nous conduit à un état mental constamment soucieux et tourmenté. Je connais un monsieur éminent parmi les soi-disant BHAKTAS (les dévots) qui prétendait s'être assuré une liaison directe avec l'âme de TULSIDAS (l'auteur du *Ramayana*) qu'il avait prise comme Guru. Il a continué pendant un moment à se sentir ravi de sa prétendue réalisation. Plus tard un désaccord a surgi entre lui et son Guru céleste, et a dégénéré en une amère querelle, à propos de laquelle il avait coutume de dire qu'il était constamment invectivé et mentalement harassé, au point que son équilibre mental en était presque délabré et qu'il se sentait extrêmement malheureux. Il fallut deux années de dur travail pour le guérir et, alors, il fut capable de comprendre que tout cela était illusion, puis déception, et que ce qu'il avait pris pour un état inspiré de l'âme de TULSIDAS n'était, en vérité, que la lanterne magique de son propre mental indiscipliné. Depuis il a été soulagé de son malheureux état et il jouit maintenant de la paix et de la quiétude rétablies en lui. En fait, la " voix intérieure " véritable est la voix du mental dans son état de pureté parfaite. Tant que le mental n'est pas débarrassé de toutes ses pollutions et souillures, et amené à un état parfait de Paix et de modération, il ne peut jamais refléter la voix intérieure. Il est de fait que pour celui dont le mental est parfaitement pur, il n'y a que sa voix intérieure qui parle continuellement en lui, et les impulsions des âmes libérées et hautement développées continuent de couler constamment vers lui. La pratique de cette technique est donc de toute évidence très dangereuse et, dans la plupart des cas, elle conduit à des résultats désastreux.

La Réalisation de Dieu a jusqu'à ce jour, été considérée comme extrêmement difficile, demandant un dur travail et des efforts persistants pendant beaucoup de vies, mais il n'en est pas ainsi. Dieu est simple et peut être atteint par des moyens également simples. Les rudes et difficiles règles de vie, et les pratiques fatigantes prescrites par des instructeurs pour cette réalisation, ont fait de ce sujet quelque chose de si compliqué, que les gens en sont conduits à penser que c'est hors de leur portée et de leurs moyens. Je peux vous assurer très sincèrement que la Réalisation n'est pas quelque chose de difficile du tout pourvu que vous dirigiez avec sérieux votre attention vers elle. Une volonté de fer d'arriver au but, parallèlement à une méthode et un guide convenable, sont les seules choses requises pour réussir parfaitement.

L'entraînement spirituel débute par le nettoyage intérieur ou la purification des “ Chakras ”, ce qui constitue le facteur le plus important pour l'avancement spirituel. Ainsi la méthode d'entraînement correcte en spiritualité commence avec le nettoyage intérieur, qui s'il est négligé, conduira à abuser des pouvoirs acquis par les techniques du Yoga. Le Hatha Yoga impose principalement des pratiques physiques pour effectuer ce nettoyage, mais certaines d'entre elles sont trop difficiles et fastidieuses pour tout un chacun, tandis que dans la méthode “ Sahaj Marg ” il est accompli par des techniques mentales faciles, avec l'aide de l'énergie transmise par l'instructeur. Certains des instructeurs religieux insistent souvent auprès des gens, pour qu'ils consacrent au moins huit heures par jour à pratiquer certains exercices mécaniques, dans le but de maintenir leur mental occupé avec des pensées Divines. Je condamne avec fermeté ce genre d'entraînement qui impose des pratiques éprouvantes pour le cerveau et harassantes pour le mental. Le résultat naturel de ces entraînements est que le mental ne trouve pas de champ pour se développer et, par suite, le pouvoir de Réalisation cesse de croître. C'est exactement comme de rosser un enfant pour l'inciter à se concentrer. Le travail exténuant, comportant des exercices physiques longs et fastidieux, communément recommandé par des instructeurs, en vue d'effectuer le remodelage du Mental et le nettoyage des Chakras, n'est donc guère profitable. Dans ce but, au Sahaj Marg, nous utilisons la force de notre pensée, de la bonne manière, sous la conduite d'un

Maître efficace qui est capable de chasser les complications et les embrouillaminis entravant notre progression, et qui transmet en nous la force nécessaire à la sauvegarde de notre vie spirituelle. L'évolution simplifiée de l'entraînement spirituel a rendu possible pour tout un chacun : homme ou femme, jeune ou vieux, *Grihastha* (chef de famille) ou *Virakta* (moine) l'élévation au plus haut niveau spirituel.

Le premier pas dans la bonne technique d'entraînement consiste à diriger les tendances mentales de l'aspirant vers Dieu. Dans ce but les professeurs instruits en religion prescrivent, le plus souvent, des exercices physiques du corps et du mental qu'ils ont dénichés dans des livres religieux. Les gens trouvent souvent cette tâche bien dure à accomplir et donc, ils mettent beaucoup de temps ou restent indéfiniment au tout début sans aller plus loin. Un instructeur compétent devrait faire cela lui-même, en se servant du pouvoir de la transmission, afin de créer un effet permanent et profondément enraciné. Quand notre mental est dirigé vers Dieu nous commençons naturellement, à nous sentir en contact avec la Force Suprême dans tous nos travaux et nos activités. Quand cet état mental est installé en nous de façon permanente, tout ce que nous faisons nous paraît participer de la dévotion ou de l'offrande au Divin, et nous devenons donc tout le temps, en état de “ Souvenir Constant de Dieu ”. Des vibrations intérieures commencent bientôt à se faire sentir dans le cœur de l'aspirant. C'est le début de l'état spirituel connu sous le nom de *SHABDA* ou *AJAPA*. Cela arrive spontanément à celui qui suit le bon chemin avec un guide compétent. Certaines personnes qui pratiquent *JAPA* (la répétition continue de la même formule), de manière extérieure, pendant longtemps, constatent quelquefois que, même durant leur sommeil elles continuent leur *JAPA* comme de coutume. Elles confondent cela avec *AJAPA* ou *SHABDA*. Ce n'est pas vrai. A la suite d'une pratique continue leur cœur et leur langue sont devenus habitués à cela, et cela se poursuit même s'ils sont endormis ou inconscients d'une façon ou d'une autre. Pourtant cela s'arrête s'ils cessent de pratiquer durant quelque temps. C'est seulement la force de l'habitude, ce n'est pas le véritable état *d'AJAPA*. La condition *d'AJAPA*, à bon droit considérée comme une haute réalisation spirituelle, fruit d'années de dur travail, n'est plus qu'une question de semaines ou plutôt de jours, dans le cadre d'un bon entraînement par le processus de la transmission. Les vibrations nées ainsi demeurent pendant un moment limitées au

cœur, après quoi elles se développent jusqu'aux autres Chakras et finalement à toutes les particules du corps. On l'appelle alors *ANHAD*. La méthode à suivre, ainsi que nous le recommandons dans notre Mission, est la méditation convenablement guidée qui est de loin le plus efficace et probablement, le seul moyen de s'assurer le succès complet.

En général les gens se plaignent des nombreuses idées qui se faufilent dans leur mental au moment de la méditation. Ils pensent avoir échoué dans leur pratique s'ils n'amènent pas leur mental à un état d'arrêt complet. Or cela n'est pas juste. Nous ne pratiquons pas la concentration, mais seulement la méditation. Nous devons continuer notre méditation sans nous soucier des idées étrangères, qui peuvent survenir dans notre mental pendant ce temps. Le courant des idées provient des activités de notre mental conscient qui ne se repose jamais. Toutefois, en méditation, nous sommes surtout occupés par notre subconscient, pendant ce temps notre mental conscient vagabonde et forme de nombreuses pensées. De cette façon nous ne sommes en aucun sens le perdant. Au bout du compte, après une pratique suffisante, le mental conscient devient lui aussi remodelé et il commence à fonctionner en harmonie avec le mental subconscient. Le résultat ainsi obtenu est profondément enraciné et durable, finalement, le calme caractéristique de l'âme devient prédominant. En certains cas j'ai observé que certains instructeurs utilisent la force de leur volonté pour arrêter le fonctionnement normal du mental pendant les sittings (méditations faites sous la conduite de l'instructeur), ils créent un état temporaire d'absence de sensibilité par arrêt du cerveau. Cette condition, bien sûr, est très attirante pour un débutant, ignorant de la réalité, et il se sent très impressionné par cette extraordinaire démonstration de pouvoir. A mon avis c'est seulement un tour de jonglerie, accompli par ceux qui veulent attirer le plus grand nombre de disciples, en vue de faire reconnaître leur grandeur en tant que Guru. J'appellerai cela le plus grand abus de pouvoir de la part d'un instructeur en spiritualité, qui n'a peut-être aucune autre arrière-pensée que celle de son autorité supérieure. C'est une mauvaise action, grandement nuisible à l'avancement spirituel de l'aspirant. Les pensées ainsi suspendues ou supprimées commencent bientôt à réagir avec une force plus grande, polluant tout l'organisme. De plus, cette façon de faire provoque une lourdeur et une tristesse interne du mental. Celui qui est soumis à une telle pratique pendant longtemps, perd sa faculté de discrimination et son



pouvoir de réalisation devient émoussé. Peu à peu il devient complètement souillé et complètement inapte à un véritable entraînement spirituel. Si un homme ne se sent pas devenir plus léger, de jour en jour, il lui faut conclure qu'il reçoit une forme d'entraînement spirituel erronée. L'augmentation continue de la légèreté du mental et de l'esprit est le garant le plus sûr du progrès spirituel.

Ainsi le véritable entraînement spirituel est celui qui rend notre mental discipliné et équilibré, rétablit la modération des sens et des facultés, et crée la légèreté d'esprit. Alors seulement la paix intérieure et le calme sont assurés et il devient possible de s'élever davantage. Pour cela l'intervention d'un Maître de haut niveau, ayant le pouvoir de transmission à sa disposition, est absolument primordiale et l'aspirant doit s'abandonner à lui avec foi et confiance.

Certains pensent que l'initiation suffit à elle seule à résoudre le problème de leur vie. Si d'une façon ou d'une autre ils sont capables d'obtenir l'initiation d'un Guru, ils ne ressentent le besoin d'aucun effort ni d'aucune pratique ultérieure. Ils pensent qu'une impulsion du Guru les extirpera des enchevêtrements des *Samskaras* et de *Maya*, et les conduira droit à la libération. Cette opinion, encore qu'exacte dans son mot à mot, ne peut pas inspirer de trop grands espoirs, à moins que le Maître ne soit d'un niveau d'élévation tout à fait spécial, et qu'on lui soit totalement abandonné. La pensée d'amélioration et de progrès du disciple est sans conteste, prédominante dans le cœur du Maître et, pour cela, il fait autant d'effort que cela est possible, mais cela ne signifie pas que nous pouvons rester oisifs, à ne rien faire nous-mêmes en lui laissant faire aussi notre part de travail. Nous devons, c'est notre devoir, essayer de notre mieux de lui épargner les efforts inutiles à notre progrès, dans toute la mesure de ce que nous pouvons faire nous-mêmes et nous ne devons, en aucun cas, négliger une partie de notre devoir.

La plupart des enseignants de la religion ont adopté des méthodes artificielles pour développer certains états spirituels chez l'aspirant, mais c'est un très mauvais procédé. Par exemple, dans le but de pratiquer *GYAN* (la Gnose Divine) et de créer chez l'aspirant l'état de *AHAM BRAHMASMI* (Je suis Brahma) ils conseillent une

méditation extérieure, pendant laquelle on pense constamment à la même chose et répète à chaque instant les mêmes mots. C'est un procédé mécanique qui conduit à une grossièreté intérieure. Le véritable état *d'AHAM BRAHMASMI* ne résulte jamais de pareilles méthodes artificielles. La répétition de ces mots, encore et encore, devient une habitude de la langue et ces mêmes mots s'écoulent de la bouche à tout moment. Il est absurde de conclure pour autant qu'une personne est devenue un *GYANI* (Gnostique) au vrai sens du terme. On peut répéter ces mots cent fois et obliger ses pensées à chaque instant à considérer toute chose comme Brahma, et pourtant être plus que jamais éloigné de Brahma. Cette pratique crée une atmosphère artificielle alentour, qui aide à cette imagination extérieure. Cette condition disparaît si l'on cesse de répéter les mots continuellement. Il est donc tout à fait évident que l'état de *AHAM BRAHMASMI*, que l'on croit créer ainsi, n'est pas véritablement authentique mais n'est qu'artificiel et imaginaire. Par ailleurs, même le véritable état *d'AHAM BRAHMASMI*, que l'on considère couramment comme une très haute réalisation, n'en est pas réellement une. A ce stade, un homme, même s'il est dans une certaine mesure dégagé des enchevêtrements de *Maya*, n'est pas véritablement en dehors de la limite ultime de *Maya*. La conscience de soi existe encore à ce stade et n'est rien d'autre que de la grossièreté, même si c'est sous une forme très subtile. Ceux qui prêchent du haut de leurs estrades que cela est la plus haute forme de *GYAN*, après quoi il n'y a que peu à réaliser, se trompent grossièrement. Ce n'est pas notre but, nous traversons seulement cela avant d'embarquer pour l'étape suivante. Ceux qui s'y attachent en pensant que c'est la Réalité, ou le but final, commettent une sérieuse bévue. Il nous faut finalement parvenir au point où toute chose finit, y compris l'idée de “ *AHAM* ” ou “ *JE* ”.

Tel est l'état de totale négation qu'il nous faut finalement atteindre, là où se réclamer de “ *Aham* ” ou de “ *Je* ” est tout à fait hors de question. L'état de *AHAM BRAHMASMI* est provoqué à la base par l'état de conscience (*CHETANYATA*) (\*) qui se développe à l'intérieur de nous au cours de notre marche sur le chemin sous la conduite d'un guide compétent. Cela provoque des vibrations à l'intérieur de nous, et il en résulte que le mental commence à faire écho à ces mêmes vibrations. Cet état du mental apparaît à chaque étape du progrès spirituel sous trois formes : “ Je suis Brahma ”, “ Tout est Brahma ” et “ tout vient de Brahma ”. La totalité de cet état, sous ses trois aspects, est en fait l'Unité sous la diversité des différentes

formes. Cela apparaît sous sa forme grossière dans la région du *PIND DESH* (la première région du cœur avant *Ajna*) ; dans le *BRAHMAND MANDAL* (entre *Ajna* et *Sahajrara*) cela devient plus fin et subtil et dans *PARABRAHMA MANDAL* (la région occipitale) cela devient extrêmement subtil. Toutes ces conditions finissent au début du 16° cercle, selon le schéma du chapitre II.

Le déroulement correct de l'entraînement, pour un aspirant à la spiritualité, est donc d'avancer sur le chemin de la Réalisation sous la conduite d'un vrai Maître compétent, de la façon la plus naturelle, en apportant le soin nécessaire au nettoyage intérieur ou purification des Chakras, et une complète modération à l'exercice des sens et des autres facultés.

(\*) *CHETANYATA* : état de conscience où la conscience de soi entre en résonance avec la force divine.

## **CHAPITRE VI**

### **LA FOI**

Volonté, foi et confiance sont les premiers facteurs qui contribuent à un succès facile sur le chemin de la Réalisation. Une volonté forte d'atteindre la Réalité indique que nous sommes intérieurement éveillés à la pensée de reconnaître le “ SOI ”. Nous avançons avec cette idée et choisissons un chemin. La première chose à laquelle il faut veiller sérieusement est que le chemin choisi soit le bon, celui qui conduit directement au but. Il est donc tout à fait essentiel d'avoir présente à l'esprit une claire et précise conception de ce but final. Pourtant le but final de personnes différentes peut différer sous bien des aspects et donc, les moyens de le réaliser peuvent aussi différer. Nous devons par conséquent choisir le bon chemin, celui qui conduit directement au but final auquel nous aspirons. Une conclusion hâtive en la matière conduit souvent à des résultats décevants, car il est fort

possible que le chemin que nous avons décidé d'adopter puisse ne pas être le bon, celui qui mène à notre but. Souvent, en suivant le mauvais chemin, on perd de vue la vérité et on est conduit à des idées fausses et des illusions. Si on persiste dans la même voie, l'approche finale de la Réalité devient impossible. Cela arrive souvent quand par malheur, on tombe sous une conduite défectueuse et un entraînement faux. Il est donc absolument nécessaire, dès le tout début, d'essayer par tous les moyens possibles de savoir si le chemin choisi pour la Réalisation est véritablement le bon. Ne suivez pas un chemin parce qu'il est le plus ancien, car le plus ancien peut être le plus mal adapté aux conditions de ce monde et de cette société qui ont changés. Ne suivez pas un chemin parce qu'il a été suivi par la majorité des hommes, car la majorité ne peut pas toujours avoir raison et est le plus souvent, dirigée par quelques élus qui dans tous les cas, pourraient avoir été mal guidés. Nous devons être tout à fait attentifs en évaluant la valeur d'une chose et utiliser tous les moyens dont nous pouvons disposer. Nous ne devons jamais conclure hâtivement, sans l'attention et les essais nécessaires faits avec l'aide de la raison et de l'expérience. Quand finalement, nous sommes convaincus des mérites de cette chose, nous devons nous y attacher avec foi et constance. La foi sur ces bases, sera authentique et durable, alors que la foi résultant d'aspects extérieurs attractifs et d'un étalage de jolis résultats matériels n'a rien à voir avec la foi mais peut plus justement, être appelée persuasion. Elle ne repose pas sur des fondements stables et disparaît quand les circonstances deviennent contraires.

La forme grossière des cultes rendus à des idoles présentant de solides formes matérielles et la fidélité à des formes, des symboles et des rituels ne fait pas naître la foi véritable. C'est du matérialisme pur et simple, qui provoque des dommages, et non la foi véritable, dans le cœur de ceux qui accomplissent ces cultes. Ils croient aveuglément à ce dont on les persuade, sans faire usage de leur raison ou de leur bon sens, et ne sont pas le moins du monde enclins à prendre en considération une autre possibilité. Je rencontre des gens qui reconnaissent l'efficacité de certaines autres méthodes d'approche directe de la Réalité, mais pourtant ne sont pas prêts à les adopter car, disent-ils, ils ne peuvent pas sortir du chemin qu'ils ont adopté précédemment. En fait, ils n'ont aucune foi en la Réalité mais seulement foi dans des formes et des symboles qui peuvent à bon droit, être qualifiés de nuisibles. Cela signifie que leur vision est devenue limitée et ils ne

désirent pas s'élever pour chercher la Réalité. Leur destin est scellé et ils restent dans la même sphère qui les emprisonne pour toujours. En fait, ce qui nous maintient au niveau inférieur, nous empêchant de nous élever, ne peut pas être appelé " foi ". Il est donc tout à fait essentiel pour chacun d'attacher son regard à la Réalité Absolue, avec foi et confiance, et d'adopter des moyens efficaces qui conduisent à la " Réalisation de Soi ". Alors, nous avancerons jusqu'au point final où nous assumerons la même forme pure qui fut la nôtre au moment de la création. Pour cela il nous faut nécessairement renoncer à toutes nos possessions de *Samskaras*, *Maya* et ego, et augmenter notre légèreté, de plus en plus à chaque étape. La lourdeur du mental, ou l'épaisseur intérieure provoquée par de grossières formes de culte, est donc un grand obstacle à notre avancement spirituel et doit être évitée. Si l'on continue, avec une intensité toujours croissante, on demeure empêtré dans les buissons épineux de la grossièreté et de la déception, bien loin du royaume de l'éternelle félicité.

Un autre facteur important de la vie spirituelle est la foi dans le Maître car, comme je l'ai déjà dit auparavant, l'aide d'un Maître compétent est indispensable à l'obtention de niveaux spirituels plus élevés. C'est le seul intermédiaire à travers lequel l'impulsion divine vient à un aspirant. Il est donc tout à fait essentiel que le guide que l'on choisit soit du plus haut niveau de capacité et d'expérience pratique. Pour apprécier la véritable valeur de ce guide, il faut nous associer avec lui pendant quelques temps, en l'essayant et le testant par tous les moyens en notre possession. Quand nous nous sommes ainsi convaincus de sa compétence, au moyen de notre raison et de l'expérience, nous pouvons l'accepter comme notre Maître et nous soumettre à ses conseils. Si nous ne tenons pas compte de ce principe nous sommes bien près d'être déçus dans notre choix. Nous ne devons jamais suivre quelqu'un aveuglément, parce que nous avons été attirés vers lui par son extérieur imposant ou son étalage de connaissance. Pour apprécier convenablement les mérites réels de quelqu'un, il nous faut prendre en compte ses réalisations pratiques dans le domaine spirituel. Nous devons rechercher en lui la vraie chose pour laquelle nous languissons. Quand nous sommes ainsi convaincus nous commençons naturellement à ressentir une attirance intérieure envers lui, et nous le considérons comme étant la véritable personne qui peut donner forme à notre destin. Ce sentiment se développe progressivement sous forme de foi et nous commençons à

l'aimer. Nous nous soumettons à ses opinions en respectant sa personnalité, et avançons le long du sentier sous sa conduite. L'expérience des réalisations acquises au fur et à mesure nous convainc de plus en plus des capacités extraordinaires du Maître; et nous commençons à le considérer comme un surhomme. Notre foi est maintenant d'une grande aide pour notre progrès spirituel. Elle dissipe les nuages du doute et de l'incertitude et chasse les difficultés et les obstacles de notre chemin. La foi est véritablement le fondement de tout l'édifice de la spiritualité. La foi en la Réalité, la foi dans le bon chemin que vous avez adopté pour la Réalisation, la foi dans le Maître compétent auquel vous vous êtes soumis, voilà le roc sur lequel vous devez bâtir l'édifice de votre spiritualité si vous aspirez vraiment au succès. Vous serez alors possédés d'une force intérieure assez forte pour faire exploser toutes les forces du mal qui pourraient vous cerner. Cela vous aidera à drainer une force divine toute neuve partout où vous en aurez besoin.

Certains considèrent la foi de façon tout à fait erronée. Ils croient qu'à elle seule la foi suffit à résoudre le problème de leur vie, quel que soit le chemin qu'ils ont adopté ou le guide auquel ils ont fait confiance. Rien ne peut probablement induire autant en erreur que cette croyance absurde. Un homme peut-il à coup sûr aboutir à Calcutta en prenant la direction exactement opposée ? Un homme peut-il à coup sûr devenir un saint dénué d'ego en se soumettant à la conduite d'un imposteur soumis à son ego ? Est-ce qu'un homme peut jamais se libérer des liens de l'attachement, des préjugés et de l'orgueil, en suivant un vaniteux hypocrite inspiré par des sentiments d'attachement aux biens de ce monde et à sa propre importance ? Nous ne devons jamais être égarés par un simple scintillement de l'aspect extérieur d'une chose, mais nous devons l'approfondir pour découvrir la réalité tout au fond. Une conclusion basée sur une démonstration extérieure de connaissance, d'éloquence ou de pouvoir, provoque une foi aveugle qui, dans la plupart des cas conduit à des résultats désastreux. Un homme consciencieux ne se permettra jamais d'être égaré aveuglément dans les illusions par des impostures qui n'ont aucune signification réelle dans le domaine spirituel. La foi aveugle ne constitue sans aucun doute un grand avantage, que lorsque le chemin adopté se trouve par hasard être le bon, et que le guide que vous avez choisi est vraiment la personne compétente du plus haut niveau, dépourvu de tout sentiment d'attachement ou d'orgueil. Votre foi inébranlable en un tel Maître vous conduira

alors, obligatoirement, à la limite ultime de la réalisation spirituelle parce que vous aurez alors associé vous-même et la Réalité.

La foi, en son véritable sens, est un lien vivant entre le mortel et l'Immortel. Cela est fait bien sûr, par l'intermédiaire du Maître qui est lui-même relié à l'Immortel. Ce lien une fois établi ne peut être brisé dans aucun cas, et demeure tout au long de notre marche jusqu'au point final. C'est l'un des six *SAMPATTIS* (réalisation du Yoga - voir plus loin) du troisième *SADHANA* du Yoga. A ce stade la foi est véritable et authentique, et si fermement établie qu'on ne peut en sortir même pour un instant. Les motifs en sont cependant au-delà de la compréhension. Avant ce stade, la foi est vraiment artificielle et elle naît, s'en va et revient, souvent et pour de multiples raisons. Un Maître compétent ne tablera jamais sur cela, et le considèrera comme toutes les explosions émotionnelles d'amour et de dévotion d'un disciple, attendant patiemment le moment où arrivera le stade final de *SHRADHA* (la foi), comme cela est décrit dans les quatre *SADHANAS* du Yoga, lorsque la foi véritable commence à prendre la forme de l'abandon de soi. La vraie foi est réellement une vertu indescriptible, qui dépasse le cadre de la religion, elle est le courage indomptable qui conduit au succès. C'est la force omniprésente qui rend notre chemin facile, c'est en fait la seule chose qui résolve le problème de notre vie.

## **CHAPITRE VII**

### **LE SOUVENIR CONSTANT**

La dure et misérable vie de la plupart des gens, qui sont engagés dans la poursuite des différents biens de ce monde, les maintient dans une telle préoccupation des problèmes de leur vie, qu'ils en viennent souvent à croire qu'ils ne peuvent guère dépenser de temps en dévotion et activité culturelle, sous peine d'y perdre quelque intérêt ou gain pécuniaire vital, ce qu'ils n'ont pas les moyens de se payer

ou ne peuvent feindre d'ignorer sans danger. Cette notion les maintient à l'écart du chemin du devoir bien que parfois, ils en deviennent apparemment conscients. Leurs mentals sont absorbés à chaque instant dans la pensée des différents problèmes de leur vie matérielle, et ils sont rarement dirigés vers Dieu, sauf dans les cas de profonde détresse ou souffrance. C'est parce qu'ils attachent une importance primordiale à leurs seuls intérêts terrestres, dont ils se préoccupent constamment. Ainsi ils demeurent entortillés à l'intérieur de Maya, sans jamais penser à s'en extraire à aucun moment. Si nous détournons notre attention (des pensées profanes) vers Dieu et ressentons la Réalisation comme l'objectif primordial de la vie, nous commencerons naturellement à la considérer comme la première et la plus importante chose en comparaison de quoi que ce soit d'autre dans le monde. Cela ne signifie pas que nous devons devenir insouciants de nos responsabilités terrestres, et négliger notre devoir en ce sens, ce qui causerait des perturbations et des souffrances à ceux qui dépendent de nous pour leurs besoins. Nous devons demeurer sensibles au sens de notre devoir envers eux, tout autant qu'envers Dieu, mais sans aucun attachement indu. Pour cela nous devons arracher quelques minutes à nos heures de repos (de préférence à l'heure du coucher), et prier Dieu d'un cœur sincère pour obtenir SON aide et SON appui sur le chemin de notre devoir. Si nous le faisons régulièrement, avec un cœur plein d'amour et de dévotion, cette prière ne restera jamais sans réponse.

Quand ainsi nous avons été éveillés au sens du devoir, et que l'idée de Dieu devient prédominante dans nos cœurs, nous commençons à traiter la Réalisation comme l'objectif primordial de la vie. Tout naturellement notre désir ardent pour ELLE commence à croître en force, et nous sommes ainsi conduits à nous souvenir fréquemment de Dieu, pendant le temps de notre travail habituel de chaque jour, malgré toutes nos obligations et nos soucis. Si nous nous écartons du chemin du devoir ce n'est pas dû en fait, aux circonstances ou à nos obligations extérieures, mais seulement aux activités mal dirigées d'un mental indiscipliné. La simple conscience de Dieu guérit beaucoup des défauts du mental et enlève les difficultés de notre chemin. Il nous faut donc devenir conscient de Dieu pendant la plus grande partie du jour, durant toutes nos activités profanes.



Le souvenir fréquent de Dieu, même s'il est d'une grande aide, est loin d'être tout ce dont nous avons besoin pour réussir finalement notre Réalisation. En général, nous entreprenons toute chose importante au nom de Dieu, et cette façon de faire figure dans presque toutes les religions, mais cela reste du domaine des coutumes et n'a pas de signification réelle. Nous ne dédions jamais la chose à Dieu au vrai sens et de tout cœur, en fait nous sommes tout à fait à l'écart de l'idée de Dieu. Se souvenir de Dieu ainsi n'est d'aucune utilité. Le sens réel de cette façon de faire est que nous devons demeurer en contact avec l'idée de Dieu dans toutes les phases de nos activités physiques et mentales. Nous devons nous sentir reliés à la Force Suprême à tout moment, par une chaîne de pensée continue, pendant toutes nos activités. Cela peut se faire aisément si nous considérons tous nos actes et travaux comme une part du devoir Divin, dont nous sommes chargés par le Grand Maître que nous devons servir de notre mieux. Service et Sacrifice sont les deux principaux outils avec lesquels nous bâtissons le temple de la spiritualité, l'amour en étant bien sûr la fondation de base. N'importe quel sorte de service, s'il est accompli sans conscience d'un " Je " en train de faire, est profitable. Un service rendu aux êtres qui sont nos compagnons est un service rendu à Dieu, au vrai sens, s'il est dénué de toute motivation personnelle. Quoi que nous fassions dans la routine journalière de notre travail, cela a un rapport avec quelques-uns de nos compagnons d'existence, qu'ils soient nos enfants, nos amis ou notre famille. Si pendant que nous faisons notre travail, nous pensons que nous sommes vraiment en train de servir l'une ou l'autre des créatures de Dieu, et non notre propre intérêt, nous suivons tout du long la voie du service, même si extérieurement nous sommes occupés à notre routine habituelle de travail. Presque toutes les activités de notre vie sont en relation avec la fourniture des moyens d'existence de nos enfants et de nos proches. Aussi; si nous les considérons comme les enfants de Dieu, qui sont confiés à nos soins, aux besoins desquels il est de notre devoir de pourvoir, et sur lesquels nous avons le devoir de veiller, alors nous servons SES enfants et donc DIEU Lui-même. En conséquence nous serons affranchis de tout attachement indu et enlèverons ainsi un des plus grands obstacles sur notre chemin. Ce moyen, bien que simple et facile, nous conduira aussi à la pensée permanente du Maître Suprême au cours de toutes nos activités. Si cela s'enracine profondément dans notre cœur, chacune de nos actions nous semblera être uniquement l'accomplissement du devoir pour le devoir, tel que Dieu l'a édicté, sans aucun intérêt égoïste ou attachement personnel. L'amour universel devient alors

prédominant, et nous commençons à aimer chaque être de la création Divine sans aucun sentiment d'attachement avec lui. Cela conduit à la dévotion et au sacrifice. La dévotion adoucit notre passage et crée un canal pour que le courant Divin coule dans notre cœur. Cela enlève la saleté et les ordures de notre chemin, et facilite notre marche le long du sentier. L'ordure est en vérité, l'effet des idées conflictuelles qui créent des perturbations et des soucis dans notre mental. Par la méditation nous créons une accalmie temporaire dans notre mental, et le calme règne tant que nous sommes en contact avec la force Divine. Mais méditer à une heure fixe ne suffit pas, car ainsi nous ne sommes en contact avec la pensée sacrée que pour un moment, après quoi nous n'avons plus aucune idée de DIEU et restons pendant la majeure partie du jour à l'écart du chemin du service et de la dévotion. Voilà la raison pour laquelle souvent, après des années de pratiques, on se retrouve encore au niveau le plus bas de réalisation spirituelle. En fait, ce que nous ressentons pendant la méditation n'est que le calme et la simplicité, si nous sommes correctement guidés par un Maître compétent. Mais un aspirant est généralement incapable de comprendre cela, car cela dépasse ce qu'il peut concevoir au cours des premières étapes. Ainsi, l'effet étant imperceptible, il se plaint souvent de ne rien sentir durant la méditation. Cela est dû principalement au fait qu'il ne demeure en contact avec la force Divine que pendant les quelques minutes de pratique. Ainsi il ne conserve le véritable gain de la méditation que pendant un moment. A l'inverse, il y a des personnes qui essaient de conserver le profit de la méditation pendant la majeure partie du jour, et demeurent dans le même état aussi longtemps qu'ils le peuvent. Ceux-là sont en un sens, dans la constante mémoire de DIEU et leur progrès est facile et rapide.

Certains pensent qu'une constante ou fréquente mémoire de DIEU n'est pas faisable, quand un homme vivant est entouré des nombreux chagrins et des inquiétudes provoqués par les liens avec le monde et les responsabilités. Pourtant la pratique et l'expérience leur prouveront que c'est un moyen très facile, et que cela peut être fait par tout un chacun, en dépit des chagrins et des responsabilités, pour peu qu'ils détournent leur attention vers Dieu au vrai sens.

L'idée du Guru comme Force Divine Suprême est très utile dans la recherche spirituelle. Vous vous fondez sur ses instructions et le considérez comme un être surhumain. Si vous continuez la routine de travail de votre vie en dédiant chaque chose à votre Maître, je vous laisse à penser quel bienfait cela vous apportera tout au long du trajet. Pendant que vous faites une chose, pensez que vous n'êtes pas en train de la faire pour vous-même mais pour votre Maître, ou mieux, pensez que votre Maître lui-même la fait pour lui-même. A la table du déjeuner vous devez penser que votre Maître déjeune. En allant au bureau, pensez que votre Maître est en train de faire tout cela. En revenant du bureau, supposez que vous voyiez une danse séduisante sur le chemin. Vos yeux sont pris par l'aspect séduisant de la danseuse. Vos pensées semblent être détournées pour un moment. Alors pensez que c'est votre Maître, et non vous, qui est en train de voir la danse. D'un coup, vous perdrez votre intérêt pour cela, car la force de volonté de votre Maître commencera à couler en vous pour vous délivrer de la tentation. Quand vous revenez de votre bureau, vos enfants se réjouissent de vous voir après tant d'heures. Vous aussi vous êtes heureux de leur joie, et c'est bien naturel. Votre attention pendant un moment se détourne vers eux et vous vous sentez un peu en dehors de la pensée sacrée. Ce qu'il vous faut faire alors est de penser que votre Maître, à l'intérieur, se réjouit lui-même et vous serez à nouveau en contact avec la même pensée sacrée. Si vous êtes en train de bavarder avec votre ami, pensez que votre Maître, et non vous, est en train de lui parler. Lorsque vous marchez, pensez que votre Maître lui-même est en train de marcher. Pendant la méditation, si vous nourrissez la pensée que ce n'est pas vous mais le Maître lui-même qui est en train de méditer sur sa propre forme, cela amènera d'excellents résultats. De cette manière vous pouvez vous corriger vous-même dans toutes vos habitudes de travail. Si vous cultivez ce sentiment et maintenez le point de vue que votre Maître est en train de faire chaque chose à votre place, non seulement vous serez en état de souvenir constant tout le temps, mais vos actes ne provoqueront plus aucune sorte d'impression et, très vite, vous cesserez de faire de nouveaux *Samskaras*.

Cette méthode, si elle est sérieusement suivie, maintiendra constamment la forme du Maître à votre regard et vous sentirez sa présence à l'intérieur et partout alentour. Même si en fait, le vrai Maître n'est pas simplement SA forme physique extérieure, mais SON soi intérieur, il est cependant presque impossible d'ignorer

complètement la forme. Mais ceux qui s'attachent à la seule idée de la forme physique du Maître créent pour eux-mêmes les complications et les enchevêtrements les plus grossiers. Saint KABIR a juste ment appelé ce genre de personnes : *GURU PASHU* (Adorateur de GURU).

Pourtant si le Maître est une grande âme Divine qui a confirmé son immersion dans la Réalité Absolue, la méditation sur SA forme est de loin, du plus grand bénéfice pour les disciples. SON corps, bien que grossier dans son apparence extérieure, est en vérité aussi fin et subtil de qualité que son intérieur lui-même. Si vous méditez sur la forme d'un tel Maître, vous commencerez non seulement à perdre votre propre grossièreté mais, de plus vous commencerez à imprégner votre intérieur des plus fines conditions de son intérieur à LUI. La forme choisie, que vous gardez en vue, disparaîtra au regard après quelques temps et vous embarquerez progressivement sur le plan de la Réalité pure. J'ai exposé, dans mon livre “ Commentaires sur les 10 Maximes du Sahaj Marg ”, comment la forme s'efface de la vue quand on fixe constamment son attention sur quelque chose pendant un certain temps. Ainsi, automatiquement, de la forme extérieure nous voyageons vers l'intérieur et de là, au point véritable où toutes les choses disparaissent.

## **CHAPITRE VIII**

### **L'ABANDON DE SOI**

Nous pratiquons *BHAKTI* (la dévotion) dans le but de réaliser la communion avec le Maître Suprême : nous LE considérons avec foi et vénération. Par degrés nous devenons si étroitement intimes avec LUI, que tout le reste perd son importance à nos yeux. C'est la soumission à la volonté du Maître, ou en d'autres mots, le commencement de l'abandon de soi. Cela continue à se développer au fur

et à mesure que notre foi devient plus forte. Cela nous amène à un état stable qui arrête les oscillations du mental. Le moment venu, nous commençons à nous sentir subjugués par quelque grande force qui tient notre mental à l'écart de quoi que ce soit d'autre. Nous devenons libres de ces activités indésirables qui sont constamment attachées au seul fonctionnement correct des organes (les *INDRIYAS*). L'abandon de soi n'est rien d'autre qu'un état de complète acceptation de la volonté du Maître, qui entraîne un total oubli de soi. Quand on se tient dans cet état de façon permanente, on est conduit au début de l'état de négation. Quand nous nous abandonnons au grand Maître, nous commençons à attirer un courant continu de la plus haute force Divine qui vient de LUI. En cet état, un homme ne pense ou ne fait que ce qui vient de la volonté de son Maître. Rien dans le monde ne lui semble être à lui, mais chaque chose est un dépôt sacré du Maître, et il fait tout en pensant que c'est sur l'ordre de son Maître. Il deviendra complètement asservi à la volonté du Maître. Un bel exemple d'abandon nous est présenté par BHARATA, le fils de DASHARATHA, quand il vint dans la forêt avec le peuple de AYODHYA pour inciter son frère RAMA à revenir. En réponse aux supplications du peuple, RAMA répondit gravement, qu'il serait tout à fait d'accord pour rentrer dans la capitale pourvu que BHARATA lui demande de le faire. Tous les yeux se tournèrent vers BHARATA qui était lui aussi, là pour l'inciter à revenir, mais il répondit calmement: “ Il ne m'appartient pas de diriger mais seulement d'obéir ! ”.

La *Bhagavad Gita* aussi, parle de l'état d'abandon. Ce n'est pas une chose ordinaire à laquelle on parvient facilement. Cela commence après la complète négation de tous nos sens et facultés, à laquelle nous parvenons au moyen des lois élémentaires de la dévotion. Nous nous soumettons à notre Maître, le considérant comme un être surhumain. Nous l'aimons avec foi et vénération, et essayons par tous les moyens d'attirer son attention et sa grâce. Dans ce but nous établissons un lien avec LUI sur le modèle des relations du monde pour faciliter les choses. Nous le considérons comme un père, une mère, un Maître ou le bien-aimé. Cette méthode, si elle est poursuivie avec le sérieux voulu, est très profitable au disciple. Le fort lien d'attirance ainsi établi conduit à un état de dévotion et d'abandon, La conception du Guru en tant que mère est à mon avis, de loin la mieux adaptée et la plus avantageuse pour le disciple. Une mère est la véritable incarnation de l'amour

et de l'affection. Seul un cœur de mère peut supporter avec patience toutes les perturbations et les chagrins que lui cause son fils, en pensant tout le temps à ce qu'elle peut faire pour essayer de pourvoir au confort et au bonheur de son fils. Identique est la position du Maître véritable ou Guru qui est la mère spirituelle du disciple. De même le Guru est toujours attentif au bien-être spirituel de son enfant : le disciple. C'est à cause de l'attachement affectueux du Guru à son disciple que l'attention du Grand Père, avec qui la mère spirituelle est en si étroit rapport, se dirige vers le disciple (\*). L'affection d'une mère est bien connue, mais les gens savent bien peu de choses sur l'affection d'un Guru et encore moins sur l'affection de DIEU. Le rôle d'une mère et le rôle d'un véritable Guru sont étroitement semblables. La mère garde l'enfant à l'intérieur de sa matrice pendant un certain temps. Le Guru aussi, garde l'enfant spirituel à l'intérieur de sa sphère mentale pendant un certain temps. Durant cette période le disciple, tel un bébé dans la matrice, suce ses énergies et est nourri par les vagues spirituelles des pensées du Guru. Quand le temps de maturation est achevé, l'abhyasi est né dans le monde plus brillant et désormais, sa propre vie spirituelle commence. Si le disciple entre dans la sphère mentale du Guru, en lui abandonnant toutes ses possessions, cela ne prend que sept mois pour le faire accéder au monde plus brillant. Pourtant le processus est en général considérablement étiré dans le temps parce que, pendant qu'il est dans la sphère mentale du Guru, le disciple garde la conscience de ses propres pensées et sentiments. Ainsi, nous constatons que la position du Guru ressemble beaucoup à celle de la mère. La conception du Guru en tant que mère spirituelle génère en nous les sentiments d'amour, de vénération et d'abandon qui sont les principaux facteurs de la vie spirituelle.

*(\*) Ce passage évoque Dieu comme le Grand-Père et le Guru comme la mère mais, dans le Sahaj Marg, Babuji a souvent aussi évoqué l'affection de Lalaji comme celle du Grand Père. — D.d.t.*

Les sages ont classés les disciples en deux catégories principales : les *MANAMATA* et les *GURUMATA*. Les premiers sont ceux qui s'approchent du Guru dans un but terrestre défini, tel que le soulagement des souffrances du monde, le désir de richesses, etc... Ils ne se soumettent à lui qu'aussi longtemps qu'ils espèrent la réalisation de leurs désirs. Quand ils sont déçus, sous cet angle, ils s'en vont.

Pour de tels disciples, la question d'obéissance ou de soumission ne se pose même pas, alors que dire de l'abandon. Les disciples *GURUMATA* sont ceux qui obéissent aux ordres du Maître sur tous les sujets et essaient de se soumettre à sa volonté de toutes les façons possibles. La soumission commence par l'obéissance. Quand nous sommes profondément impressionnés par les grands pouvoirs d'un Maître d'une haute réalisation spirituelle, nous nous sentons intérieurement enclins à suivre ses ordres. Mais souvent l'effet sur nous ne se manifeste qu'en sa présence et, quand nous sommes éloignés, nous ne nous soucions plus de lui. Plusieurs rapports avec lui, pendant un certain temps, nous amènent à un contact plus étroit avec cette grande âme, et son état d'être suprême commence à s'affirmer dans notre cœur. Nous l'acceptons comme guide pour tout ce qui concerne notre avancement spirituel. Le résultat en est que nous pensons souvent à lui. Quand nous sommes parfaitement convaincus de ses capacités supérieures, alors seulement, notre soumission commence au vrai sens. Nous continuons ainsi et pratiquons sous ses directives. Nous voulons lui complaire par nos actions. L'idée de bien ou de mal aussi commence à prendre la première place dans notre cœur, et nous nous sentons enclins à nous abstenir du mal. Nous adoptons en conséquence une conduite vertueuse de façon à pouvoir plaire à notre grand Maître. C'est notre motivation fondamentale, car nous désirons échapper aux souffrances d'une autre vie.

Mais jusque-là, nous nous réservons le droit de choisir et en conséquence, nous sommes responsables de toutes nos actions, bonnes ou mauvaises. A un stade plus élevé d'abandon de soi, ce pouvoir de choisir disparaît presque et l'homme accomplit toutes choses en pensant que c'est la volonté de son Maître. La question de bien ou de mal ne surgit plus dans son mental, car il devient absolument certain qu'en suivant la volonté de son Maître il fait la seule chose correcte et ne peut faire que le bien, puisqu'il le sent comme la volonté de son Maître.

## **CHAPITRE IX**

## RÉALISATION

Nous entendons presque tout le monde parler de Dieu, de l'âme et des mystères de l'univers d'une façon ou d'une autre. Mais si nous sommes à la recherche de quelqu'un qui a réalisé Dieu, ou qui LE connaît, nous ne trouverons probablement personne parmi ceux-là. C'est la raison pour laquelle il y a des querelles constantes entre les représentants des diverses religions. Ils parlent abondamment à propos de DIEU mais intérieurement, ils peuvent ne pas être meilleurs que le simple athée. Ils connaissent SON existence avec des mots, mais leur cœur semble totalement insouciant de SON existence. Pour eux, Dieu n'a d'utilité que lorsqu'ils sont dans la détresse ou la souffrance. Ils attendent de LUI qu'en de telles occasions Il réponde à leur appel et chasse leurs difficultés. Ils ne LE prient que pour la satisfaction de leurs désirs. C'est vraiment loin de l'idée de véritable amour et de dévotion. Un vrai dévot est celui qui L'aime non pour en obtenir des faveurs ou des bénéfices terrestres, mais uniquement par amour de l'amour. Il demeure toujours dans un état de complet asservissement à SA volonté. Il est parfaitement satisfait avec tout ce dont il est gratifié, que ce soit bon ou mauvais, agréable ou déplaisant. Joie et chagrin sont sans signification pour lui. Tout est pour lui un bienfait de son Bien-aimé. Une attitude aussi complètement résignée, et qui ne se pose aucune question sur aucun sujet, est la plus haute forme de dévotion. Être résigné ne signifie pas cependant que l'on doive rester inactif, à ne rien faire et à compter tout le temps sur Dieu, en pensant que la volonté de Dieu nous enverra tout ce dont nous avons besoin s'IL le veut ainsi. “ Dieu aide ceux qui s'aident eux-mêmes ” est un dicton connu et littéralement vrai. Nous manquons à notre devoir sacré si nous ne nous efforçons pas nous-mêmes de remplir nos responsabilités, qu'elles appartiennent à un monde ou à l'autre. La seule chose qui devrait naître dans notre mental est que nous travaillons en accord avec la volonté de Dieu, et nous sentons satisfaits du résultat quel qu'il puisse être. Quand nous parvenons à ce niveau nous pouvons penser avec raison, de nous-mêmes, que nous sommes de vrais dévots du Maître Suprême et donc sur le bon chemin qui conduit à la Réalité. La Réalité n'est pas quelque chose qui se perçoit à travers les organes des sens physiques, elle ne peut être réalisée que dans les replis les plus secrets du tréfonds de notre cœur. En conséquence, il nous faut y pénétrer profondément pour résoudre le problème de la vie.



Nous portons dans notre mental une idée de ce grand Univers qui est, comme chacun le sait, la manifestation matérielle de Dieu. En général, nous le considérons comme Maya ou l'illusion, pour le distinguer de l'immuable Réalité Absolue. Les gens ont essayé de définir Maya de bien des façons différentes, peut-être non sans quelque raison. C'est véritablement un pouvoir Divin qui a amené la création entière à l'existence, avec ses différentes formes et organisations, et qui régit tout son fonctionnement. Nous sommes constamment entourés par cet immense pouvoir et ses effets sont visibles à travers toutes les phases de notre activité. Nous tournons en rond à l'intérieur de la sphère brillante de Maya, nous accrochant parfois à l'une ou à l'autre des choses que nous voyons et que nous prenons pour la Réalité. Nos sens, sentiments et émotions, les parent de couleurs nouvelles et nous font agir en conséquence. Nous demeurons entortillés à l'intérieur du filet de Maya, sans aucun espoir d'y échapper, jusqu'à ce que nous en détournions notre attention pour la retourner vers la Réalité immuable qui se trouve à la racine. Ce vaste cercle de la manifestation matérielle, résultat direct de Maya, est sans limite. En lui nous tournons encore et encore, d'un mouvement qui ne s'arrête jamais comme la jante d'une roue, toujours de plus en plus loin du centre (ou axe). De même que tout cercle doit avoir un centre, de même ce grand cercle de la manifestation doit avoir un centre ou une base. Si nous sommes capables de le découvrir, nous pourrions peut-être trouver un fil conducteur vers la solution de notre problème. Toute la science des mathématiques repose sur une petite base, le zéro. Donc, pour cet Univers sans limite, nous devons découvrir un zéro, une base à partir de laquelle tous les niveaux d'existence ont commencé. De plus, l'observation minutieuse révèle que le centre d'un cercle est en lui-même un autre cercle plus petit et plus fin. Aussi bien, celui-ci doit avoir un autre centre encore plus fin. Ce processus se continue indéfiniment. En d'autres mots, chaque cercle, petit ou grand, sert de centre à un cercle plus grand extérieur à lui. La raison et l'imagination sont incapables de représenter le début ou la fin de cette série. Ainsi, derrière cet Univers matériel solide, il y a un autre Univers plus fin et plus subtil qui est la cause ou le centre de cet Univers extérieur. Ensuite, pour ce cercle plus fin, il doit y avoir un autre centre, représenté par un cercle encore plus fin, et ainsi de suite. Pour exprimer cela autrement, disons qu'il peut ainsi exister d'innombrables cercles, l'un après l'autre, autour de ce point inimaginablement plus fin : le centre à l'intérieur ;

chaque cercle à son tour servant de centre au prochain cercle extérieur, jusqu'à ce que nous arrivions à la présente forme d'existence solide. Ce qu'il nous faut faire désormais, c'est faire remonter notre marche de l'actuelle forme grossière d'existence, à la précédente forme plus fine et plus subtile, et cela jusqu'à la plus lointaine limite possible de l'approche humaine. Dans notre actuel état d'existence nous sommes en train de tourner en rond, encore et encore, à l'intérieur de la sphère de la grossièreté. Notre seul espoir consiste à forcer notre chemin, droit vers le centre ou la racine qui a tout provoqué, en traversant l'une après l'autre des régions de plus en plus fines. Voilà l'essence de la science spirituelle. La cause-racine de tous les univers, des plus subtils aux plus grossiers, est le centre tout à l'intérieur, la Base ou Zéro. Nous pouvons l'appeler DIEU ou *BRAHMA*.

La composition d'un homme est, elle aussi, exactement la même que celle de l'Univers. De même que derrière cet univers extérieur solide il y en a d'innombrables autres d'une nature de plus en plus subtile, de même derrière le corps physique grossier de l'homme, il y a de nombreuses formes d'existence de plus en plus subtiles. La forme la plus extérieure est le corps grossier (*Sthool Sharir*), derrière lequel se trouve le corps astral (*Sookshma Sharir*) et le corps causal (*Karan Sharir*). En dehors de ces trois formes extérieures il y en a d'autres, innombrables et de plus en plus subtiles, tellement que les penseurs ne les appellent même plus des corps mais, seulement, de fines enveloppes autour de l'âme. Il est vraiment très difficile de mettre un nom sur chacune de ces enveloppes, dont peut-être même on ne peut établir le nombre. Avec toutes ces formes innombrables, de la plus subtile à la plus grossière, l'homme est en état d'existence dans le monde matériel, tel une véritable copie de l'Univers : l'entière manifestation de Dieu, représentée par un cercle complet, de la circonférence la plus extérieure au centre le plus intérieur ou Zéro. Maintenant, le centre le plus intérieur ou Zéro de l'existence de l'homme et celui de la manifestation de Dieu sont exactement les mêmes. “ La Réalisation de DIEU ” signifie la même chose que la “ Réalisation de SOI ” et vice-versa. Tout l'Univers est venu à l'existence à partir du même point, le Zéro, suivant le processus de l'évolution. De la même manière l'existence de l'homme, aussi, s'est développée à partir du même point.

Avant le moment de la création la seule chose à exister était la cause-racine, et tout l'univers, tel que nous le voyons aujourd'hui, était immergé en elle sous la forme la plus subtile, chaque chose perdant son identité individuelle. Donc le centre, comme la toute petite graine d'un arbre, comportait en lui tout l'univers sous la forme la plus subtile. C'était donc la forme extrêmement réduite de la même manifestation déployée que nous voyons aujourd'hui. Ainsi le centre, le mouvement latent, et toute la création sous la forme la plus subtile, le tout combiné ensemble pour ne former plus qu'un, devint la cause de la création quand en vint le temps. Au moment de la création, chaque chose commença à prendre une forme d'existence. L'homme aussi a pris son existence individuelle. La conscience de son individualité fut la première enveloppe dans la composition de l'homme. Des additions ultérieures se poursuivirent l'une après l'autre. L'égoïsme commença à se développer et finalement prit une forme plus grossière. Le travail du mental, des sens et des facultés, commença à contribuer pour sa part à cette grossièreté. Les actions du corps et du mental conduisirent à la formation de *Samskaras*. Finalement désormais, l'homme existe sous une forme grossière constituée extérieurement d'un corps grossier, et à l'intérieur de corps et d'enveloppes plus subtils. Maintenant, à partir de cette forme extérieure solide d'existence, nous marchons droit vers le centre à travers des états de plus en plus fins les uns après les autres. Depuis le corps grossier nous allons jusqu'au corps mental et de là, au corps causal, croissant en finesse et subtilité à chaque étape et avançant plus loin pour traiter les autres enveloppes.

Les méthodes généralement adoptées pour cela sont classées sous trois rubriques : *KARMA* (l'action), *UPASANA* (la dévotion) et *GYANA* (la connaissance), qui présentent des fondements communs avec toutes les différentes religions et croyances. Les quatre moyens élémentaires (*SADHANA CHATUSHTAYA*) utilisés dans ce but sont presque les mêmes partout.

Le premier de ces *SADHANAS* est *VIVEKA* (la discrimination). Nous voyons beaucoup de choses dans le monde mais, quand nous réfléchissons à leur existence, nous constatons qu'elles sont changeantes, c'est-à-dire qu'elles sont les différentes formes de Maya, ainsi que nous les appelons généralement. Nous sommes ainsi

poussés intérieurement à chercher plus profondément pour en découvrir la cause. Notre attention est ainsi détournée des choses transitoires vers ce qui est immuable ou éternel. Les choses du monde commencent ainsi à perdre leur charme et en un sens, nous nous sentons sans lien avec elles. Cela nous conduit à l'état de *VAIRAGYA* (le renoncement) dont on dit qu'il est le second des quatre *SADHANAS*. L'état de *VAIRAGYA* se produit aussi sous l'influence de certaines autres causes. Par exemple quand nous avons par-dessus la tête des choses du monde, après nous y être adonnés jusqu'à la satiété de notre cœur, nous commençons parfois à éprouver pour ces choses une répulsion intérieure. Dans ces cas-là notre attention est naturellement reportée vers quelque idéal plus noble et nous nous sentons quelque peu éveillés aux pensées Divines. D'autres fois, quand nous avons été profondément blessés par la trahison et la déloyauté du monde, nous ressentons un dégoût et une répugnance intérieurs envers les choses profanes. Un sentiment d'insatisfaction et de détachement se développe aussi, quand nous sommes en deuil par suite de la mort d'un de nos proches. Pourtant le détachement né dans de telles circonstances est rarement authentique et durable. Il disparaît aussi vite que disparaissent les circonstances pénibles. On raconte une histoire à propos d'un homme qui voulait voir Saint KABIR. Quand il arriva à la maison de Saint KABIR, on lui dit que celui-ci s'était rendu à une réunion de funérailles, au champ de crémation où était brûlé le cadavre de l'un de ses parents défunt. L'homme se rendit au champ de crémation pour l'y rencontrer. Cependant comme il n'avait jamais vu Saint Kabîr auparavant, il pensa qu'il lui serait difficile de le reconnaître au milieu de la réunion. On lui dit que pour cela il n'avait qu'à regarder l'auréole autour de la tête de chacun. On pourrait voir cette auréole briller autour de la tête de tous ceux qui se rendaient à la réunion mais, au retour, elle deviendrait de plus en plus terne et finirait pas disparaître. Seule l'auréole de Saint Kabîr resterait aussi rayonnante continuellement. Ceci montre que le sentiment de détachement provoqué par ce genre de causes fortuites n'a généralement, qu'une vie éphémère et change au fur et à mesure que les événements changent car, même si ce choc imprévu fait naître un sentiment temporaire de *VAIRAGYA*, la graine des désirs et des plaisirs reste encore profondément enfouie dans le cœur, et peut proliférer immédiatement quand elle rencontre une atmosphère favorable. Le sentiment de *VAIRAGYA*, en son vrai sens et avec des résultats durables, ne peut se développer qu'après un cleaning (nettoyage) complet et un équilibrage convenable (\*).

(\*) *Équilibrage convenable* : *Master explique, précédemment, que cette opération s'applique au mental.*

Les adeptes des *Védas* pratiquent *VAIRAGYA* d'une façon différente. Ils forcent leur imagination à croire que tout ce qu'ils voient est *Maya*, donc transitoire ou faux, et ils concluent que la réalité au fond est *BRAHMA*. Ils utilisent la force de leur volonté pour renforcer cette pensée jusqu'à ce qu'elle leur devienne habituelle. Cela ne change que leurs activités extérieures et leurs habitudes. A cause de cela le résultat est, en grande partie, uniquement extérieur. Il se peut cependant, qu'après une pratique longue et continuelle, quelque chose puisse se refléter à l'intérieur. De la même manière *VIVEKA* (la discrimination) provoquée uniquement par un effort de l'imagination, sans lien avec la pratique, n'a pas d'authenticité. Une étude attentive de ce sujet montrera qu'en vérité *VIVEKA* et *VAIRAGYA* ne sont pas les moyens (*SADHANA*) mais seulement le résultat de quelques autres moyens (*SADHANA*). *VIVEKA* ou *VAIRAGYA* sont un état du mental qui se produit à différentes étapes, par la pratique constante de certains *SADHANAS* Yogiques tels que : souvenir, dévotion, amour, etc... Le véritable *VIVEKA* ne se développe jamais à moins que les sens ne soient totalement purifiés. Cela n'arrive que lorsque le mental devient convenablement régularisé et discipliné, et que l'ego (*AHANKAR*) assume un état purifié. Ainsi donc, *VIVEKA* est en fait la conséquence de pratiques poursuivies dans le but de produire le résultat désiré. Maintenant *VAIRAGYA*, le second *SADHANA* des *Védantistes*, est en outre la conséquence de *VIVEKA*. Ainsi donc ils sont des étapes de réalisation élémentaire dans le Yoga et non pas des *SADHANAS* ou moyens de réaliser ces étapes. Dans la méthode de Yoga " Sahaj Marg ", *VIVEKA* et *VAIRAGYA* ne sont pas envisagés comme *SADHANAS*, ils sont développés automatiquement par un aspirant durant son évolution et on ne s'en occupe pas. Le Sahaj Marg commence par ce que l'on nomme le troisième *SADHANA* des *Védantistes*, composé de six formes de réalisations spirituelles appelées *SHAT-SAMPATTI*. Le premier de ces *Sampattis* est *SHAM*, qui se rattache à la paisible condition du mental conduisant à un état de paix et de tranquillité. Quand nous le pratiquons *VIVEKA* et *VAIRAGYA*, en découlent automatiquement. *VAIRAGYA*, dans le sens de non-existence des choses, me semble une manière de procéder très difficile car pour cela, on doit adopter un chemin négatif et écarter ou rejeter tout ce qui se présente à nos yeux. Au contraire, si nous adoptons l'attitude

positive, et n'acceptons qu'une seule chose comme Réelle en nous y attachant de tout notre cœur, le reste passera tout naturellement à l'arrière-plan et petit à petit, nous lui deviendrons indifférents. En conséquence notre attachement à ces choses commencera à disparaître peu à peu et nous aurons acquis *VAIRAGYA* de la manière la plus facile. Nous voyons donc que la chose primordiale dans le Yoga est la régulation convenable du mental qui ne s'arrête jamais. Il crée de nombreuses idées et pensées, stimule les sens et les facultés, et active le corps. Toute chose, qu'elle soit bonne ou mauvaise, prend son origine dans le mental et c'est le mental seul qui gouverne toutes nos sensations, nos émotions et nos pulsions. Les penseurs ont classé les tendances du mental en cinq catégories. La première est appelée *KSIPTA*, c'est la condition perturbée du mental qui comprend toutes les sensations telles que : faim, soif, colère, chagrin et désir de richesse, célébrité, etc... La seconde *MOODHA* comprend les tendances qui provoquent : paresse, indolence ou fainéantise. La troisième *VIKSHIPTA* se range dans les tendances qui conduisent le mental à l'écart des pensées sacrées, et occasionnent de nombreuses pensées obsédantes, et hors de propos durant la méditation. La quatrième *EKAGRA VRITTI* est la tendance à fixer notre attention sur une seule chose à la fois. La dernière *NIRODH* est la tendance qui amène le mental à un état où il se réfrène lui-même parfaitement et ne comporte ni complexité ni perturbation. Pour parvenir à ce dernier état, les sages ont généralement conseillé l'*ASHTANG-YOGA* (savoir *YAM*, *NIYAM*, *ASAN*, *PRANAYAM*, *PRATYAHAR*, *DHARNA*, *DHYAN* et *SAMADI*). Dans la méthode d'entraînement Sahaj Marg nous commençons à *DHYAN*, la septième étape du Yoga, en fixant notre mental sur un point pour pratiquer la méditation. Les étapes précédentes ne sont pas abordées séparément car elles sont intégrées automatiquement dans la pratique à mesure que l'on poursuit la méditation. Ainsi, avec cette méthode, nous épargnons beaucoup de temps et de travail.

En résumé nous faisons débiter notre pratique de *SHAM*, le premier des six *SAMPATTIS* du troisième *SADHANA* des Védantistes et consacrons toute notre attention au modelage convenable et à la régulation du mental, ce qui se fait aisément grâce au pouvoir de transmission d'un Maître compétent. Le contrôle des sens et des *Indriyas* (*DAM*) s'en suit automatiquement quand nous fixons notre mental sur une chose et une seule, et que cette chose est la Réalité, en ignorant tout le reste. En général la plupart des sages suivent cette voie. Un petit nombre de

sectes tentent d'arriver à *SHAM* (condition paisible du mental) au moyen de la pratique du *KARMA* (l'action), d'autres au moyen de la dévotion (*BHAKTI*). Il y en a d'autres encore qui s'écartent de ces deux-là et utilisent la connaissance (*GYAN*). En fait les étapes de *KARMA*, *UPASNA* et *GYAN* ne diffèrent pas les unes des autres mais sont étroitement interconnectées et coexistent en un seul et même état. Par exemple en *UPASNA* (le culte) : le contrôle du mental est *KARMA* (action), l'état de contrôle du mental est *UPASNA* (culte) et la conscience de cet état est *GYAN* (connaissance) ; mais en *GYAN* le processus de la pensée est *KARMA*, le fait de s'en tenir à l'objet de concentration est *UPASNA* et l'état résultant est *GYAN* ; alors que dans *KARMA* la résolution d'agir est *KARMA*, la manière de le mettre en pratique est *UPASNA* et la conscience de l'avoir réalisé est *GYAN*. Voilà pourquoi, dans notre technique d'entraînement, nous entreprenons tout cela ensemble de la manière la plus efficace, ce qui crée automatiquement les états de *VIVEKA* et *VAIRAGYA* en leur véritable sens. Aucune pratique n'est réellement de quelque utilité si elle n'a pas pour résultat naturel *VIVEKA* et *VAIRAGYA*. La forme authentique de *VIVEKA* se produit quand un homme commence à se rendre compte de ses propres défauts et de ses insuffisances, et qu'au fond de son cœur il s'en repent.

Nous avons parlé des deux premiers *SAMPATTIS*. Nous en venons maintenant au troisième appelé *UPARATI* ce qui signifie se retirer de soi-même. En cet état un homme est exempt de tous les désirs, y compris ceux relatifs à l'autre monde. Il n'est charmé ni attiré par aucun objet dans le monde. Son mental est constamment centré sur l'unique chose qui soit Réelle. Cela diffère de l'état de *VAIRAGYA*, en ce que *VAIRAGYA* produit un sentiment d'aversion pour les choses profanes, alors que *UPARATI* est un état dont sont absents les deux sentiments d'attraction et d'aversion. *VAIRAGYA* n'est en vérité, que la forme incomplète de cet état plus élevé et plus noble. A ce stade, notre mental, nos sens et nos *Indriyas* sont totalement purifiés. Nous commençons à nous sentir rassasiés des choses extérieures et nous nous en dissociions avec l'idée qu'elles ne valent pas la peine qu'on leur prête attention. Nous sommes libérés de l'effet d'attachement au monde. Même les satisfactions du paradis n'ont plus de charme pour une telle personne et elle n'éprouve pas davantage d'attraction pour salut, libération et autres idéaux élevés.

Le quatrième *SAMPATTI* est *TITIKSHA* ou l'état de résignation. Dans cet état une personne se satisfait parfaitement de ce que Dieu lui a accordé. Elle n'éprouve rien face aux préjudices, insultes, condamnations ou critiques.

Le cinquième est *SHRADDHA* ou la foi, qui est une très haute réalisation. Cela diffère beaucoup des états préalables de foi artificielle, ainsi que nous l'avons expliqué au chapitre intitulé " Foi ".

Le dernier est *SAMADHAN* qui est un état d'abandon de soi à la volonté du Maître, sans même que l'on ait conscience de cet abandon. A ce stade une personne est parfaitement vouée au Maître Suprême sans aucune autre pensée.

Nous avons donc exposé les diverses réalisations du troisième *SADHANA*. Nous en arrivons maintenant au dernier des quatre *SADHANAS*, connu sous le nom de *MUMUKSHU*. Il reste peu à faire lorsqu'une personne arrive à cette étape, à part développer une association étroite entre lui et la Réalité Absolue ou la véritable immersion dans l'état de non-entité. C'est la phase pratique de la Réalisation et on pouvait y arriver après une pratique intense des *SADHANAS* élémentaires dans les anciennes méthodes de Yoga. La technique moderne du Sahaj Marg diverge des anciens systèmes établis en ce qu'elle ne s'occupe pas des différentes étapes du *ASHTANG YOGA* les unes après les autres, séparément. Dans cette technique *ASAN*, *PRANAYAM*, *DHARANA*, *DHYAN* et *SAMADHI* sont tous absorbés simultanément au cours de la méditation. La méditation nous conduit normalement à la concentration ou état de *SAMADHI*. C'est ainsi que nous arrivons au *SAMADHI* qui est l'étape finale du *YOGA*.

Il y a trois formes de *SAMADHI* ou état de la concentration. La première se produit quand une personne se sent perdue ou submergée. Ses sensations, perceptions et émotions sont temporairement suspendues de telle sorte



qu'apparemment elle semble morte pendant ce temps. Elle ressemble à quelqu'un qui est mort de sommeil et ne se rend compte de rien. La seconde forme est celle où une personne, bien que profondément concentrée sur un point, ne se sent pas vraiment submergée. On peut décrire cet état comme un état de conscience à l'intérieur d'un état inconscient. Apparemment elle n'est pas consciente de quoi que ce soit mais pourtant, la conscience est là à l'intérieur, même si c'est sous une forme indistincte. Considérons un homme qui marche le long d'une route en réfléchissant profondément sur un problème. Il s'y absorbe si complètement qu'il n'est conscient de rien d'autre, qu'il ne voit rien de son chemin, qu'il n'entend ni les sons ni les voix autour de lui. Il avance dans un état d'inconscience mentale. Pourtant il ne se heurte pas aux arbres sur le côté de la route et ne se fait pas renverser par les voitures qu'il rencontre. Dans son état d'inconscience il fait face, sans s'en rendre compte, à ces cas d'urgence et réagit aux nécessités de la situation. Il n'est pas conscient de ses actes. Voilà ce qu'est la conscience dans un état inconscient. En cet état du mental la conscience des choses extérieures semble être dans un état dormant et ne laisse que peu d'impressions. La troisième forme est le *Sahaj Samadhi*. C'est le type de concentration le plus subtil. En cet état une personne s'affaire à son travail, son mental y est absorbé, mais dans le tréfonds de son cœur il est encore concentré sur la CHOSE RÉELLE. Son mental conscient est affairé au travail extérieur cependant que son subconscient est affairé aux pensées Divines. Il est continuellement en état de *Samadhi* même si, apparemment, il s'occupe d'affaires profanes. Voilà la plus haute forme de *Samadhi* et il ne reste guère à faire après que quelqu'un soit entré dans cet état de façon permanente.

Les divers états spirituels réalisés pendant le cheminement sont caractérisés par un pouvoir spécial et la capacité d'effectuer le travail de la nature. La région la plus basse connue sous le nom de *PIND-DESH* comporte divers sous-points situés dans la poitrine. C'est le centre de *PANCH AGNI VIDYA* (\*) (la sagesse des cinq feux) dont on parle si couramment dans la littérature religieuse ancienne de l'Inde. Quand une personne acquiert la maîtrise de cette région, elle développe automatiquement en elle une connaissance intuitive de la science relative à la matière et elle peut s'en servir de la manière qui lui convient quand elle en a suffisamment de pratique et d'expérience. Cependant, comme cette réalisation ne sert pas son dessein, dans la mesure où le but de la recherche est la spiritualité, en

se soumettant à une technique d'entraînement efficace, l'aspirant est maintenu dans un état d'indifférence envers ces pouvoirs matériels, et aidé par le pouvoir reflété du Guru, à traverser cette région, sans que son attention puisse être captée par quelque chose d'autre que ce qui est de nature purement spirituelle. Il est dès lors en position de mener à bien les menus travaux divins qui lui sont confiés. Sa sphère de travail à ce stade, est une petite localité, par exemple une ville, un district ou quelque région plus importante. La nature du travail qu'il exécute est d'adapter convenablement l'activité de tout ce qui se trouve à l'intérieur de sa juridiction, en accord parfait avec les exigences de la Nature. Il apporte les éléments nécessaires à l'intérieur de sa sphère et enlève ceux qui sont indésirables. On l'appelle un *RISHI* (initié) et son titre est *VASU* (\*\*).

(\*) Voir “ *Vers l'Infini* ”, 5° Nœud, page 19 du texte anglais.

(\*\*) *Vasu* = le bon — *Dhruva* = le bien établi — *Dhruvadhpati* =

*les inspireurs des Dhruvas* — *Parshad* = les accompagnateurs du Divin.

Le grade et la position placés juste au-dessus est celui de *DHRUVA*. Il jouit de la maîtrise sur le *BRAHMAND MANDAL* (entre *Ajna* et *Sahajrara*) et entre dans la catégorie de *MUNI* (Saint). Sa sphère de travail est beaucoup plus large et il exerce l'autorité sur les *VASUS*. Son devoir consiste à veiller à nettoyer l'atmosphère de toutes les pensées et idées indésirables qui prévalent dans cette sphère. A côté de ce travail de routine, il doit aussi assumer de nombreux autres devoirs qui lui sont confiés pendant un certain temps. Cet état est acquis après complète illumination de la région située dans le sternum de l'ossature humaine (*Hylem Shadow*).

Encore au-dessus est la position de *DHRUVADHIPATI* qui dirige le travail des *DHRUVAS*. Cet état est acquis lorsqu'on a réalisé la maîtrise du point de *NAVAL* (le sommet du crâne). Sa sphère de travail s'étend au monde entier, mais son travail est de nature similaire à celui des *DHRUVAS*. En plus de son travail de routine, en rapport avec le nettoyage de l'atmosphère, il doit aussi surveiller les événements et incidents fortuits qui surviennent à divers moments. Ces

fonctionnaires Divins sont des âmes de grande envergure, développées à un haut degré, qui travaillent strictement en accord avec la volonté de la Nature, dans un absolu oubli de leur individualité et de leur égo. Leur travail est automatique et mécanique et elles n'ont aucun choix personnel, ni aucune liberté de décision, dans aucun domaine.

La position de *PARSHAD*, qui est supérieure aux *DHRUVADHIPATIS*, n'est que rarement conférée, dans de rares circonstances où la nature subit le besoin redoutable de ce pouvoir. Il organise et dirige les activités des divers fonctionnaires mentionnés ci-dessus, qui lui sont subordonnés, et leur répartit les diverses tâches, ne se réservant pour lui-même que les plus importantes. Sa volonté agit dans tous les domaines importants grandes entreprises, guerres, etc... dans le but de faire éclore les résultats prévus. Il élabore tous les plans de destruction et de construction de la nature. Sa sphère de travail est confinée à ce seul monde ci. Cet état est acquis quand une personne acquiert une complète maîtrise sur le point central de *SAHASRARA DAL KAMAL* (le Lotus aux mille pétales).

La position de *MAHA PARSHAD* (\*) est la plus haut placée. C'est le dernier poste Divin et il est très rarement conféré, sauf quand la nature éprouve le besoin urgent d'un changement drastique ou d'une remise en état complète du monde. Il jouit des pouvoirs les plus élevés. Cela commence à partir de la région droite de l'os occipital, comme indiqué au schéma N° 5 du livre “ Efficacité du Raja Yoga ”, édition française, page 57.

Telles sont les merveilleuses réalisations du Raja Yoga, auxquelles un homme peut parvenir s'il est vraiment sérieux et suit le bon chemin sous la conduite d'un guide compétent.

(\*) *Maha Parshad* = les grands accompagnateurs du Divin.

## CHAPITRE X

### MA VISION

Le monde en ce moment, traverse une étape critique. Jour après jour la situation politique devient de plus en plus complexe. La condition économique est devenue très déprimante. La dégradation morale, religieuse et sociale a presque atteint sa limite ultime. Une atmosphère de rivalité, d'activité incessante et d'insécurité règne partout. Chaque nation observe ses voisins d'un œil jaloux et utilise toutes ses ressources à découvrir la manière de les exploiter. Les hommes d'État du monde n'ignorent pas complètement ces faits. Ils essayent tous les moyens d'arriver à une solution satisfaisante des problèmes variés auxquels le monde est confronté. Pourtant les efforts de tous les organismes mis en place dans ce but ne semblent pas présenter des résultats encourageants dans l'ensemble. Le problème de la paix du monde, si important dans l'esprit des plus grands politiciens et hommes d'État, est une pure illusion, un mirage.

L'état des affaires en Inde ne présente pas une brillante perspective. Les dissensions et les sentiments de parti sont au premier plan partout dans le pays. L'intérêt personnel prédomine. Les principes moraux sont négligés. La question du pain et du beurre se pose avec acuité. Pourtant, en dépit de tout cela, certains parmi nous pensent que le pays fait des progrès. Le signe de ce progrès qu'ils prennent en compte, est le glissement progressif de ce pays vers le modèle de civilisation occidental, basé sur le matérialisme pur. Pourtant, maintenant l'époque du matérialisme doit se terminer. L'ordre ancien doit changer, céder la place à un nouvel ordre. L'organisation actuelle du monde axée sur l'électricité et l'énergie atomique, ne continuera pas d'exister longtemps. Elle doit tomber bientôt. Toute l'atmosphère est tellement modifiée par l'effet délétère du matérialisme absolu qu'il est presque au-delà des possibilités d'action humaine de l'épurer. L'époque est presque mûre pour un changement imminent et inévitable, et pour cela l'Énergie Divine, sous une forme humaine est déjà à l'œuvre, ainsi que je l'ai indiqué dans mon livre “ Efficacité du Raja Yoga ”. Cela peut ne pas sembler convaincant à certains, mais

c'est un fait indubitable. Le monde entier entendra parler de cette personne, et du travail qu'elle fait en ce sens, dans quelque temps quand les événements seront suffisamment connus. Le travail Divin est toujours accompli par l'intermédiaire de quelque être humain de grande envergure, et jamais directement. La raison en est que Dieu ne possède pas le mental, qui est le seul instrument pour faire agir les choses. L'homme possède un mental qui peut être utilisé dans ce but, mais seulement quand il a perdu en totalité le sentiment de son existence individuelle. Ce qui demeure en lui, après qu'il soit arrivé à la négation totale de lui-même, n'est plus le mental humain mais seulement un Mental Divinisé dans un état pur et absolu. Alors la Nature travaille à travers ce Mental Divinisé même si, en apparence, il existe à l'intérieur d'un être de forme humaine.

Je présente aux lecteurs un aperçu du monde à venir, selon ma vision. Qu'on le croit ou non, ceci est ma lecture de la Nature en état de clairvoyance. Il existe des signes évidents que la destruction des éléments indésirables dans le monde a déjà commencé. De tels exemples sont arrivés à plusieurs reprises auparavant depuis que le monde existe. La guerre de Rama contre Ravana, le déluge de Noé et la bataille du MAHABHARATA en sont quelques exemples parmi beaucoup d'autres. Une destruction de ce genre se produit suivant des processus divers. Ce peut être par une guerre ou une haine interne héréditaire, une calamité céleste, une éruption volcanique ou d'autres causes du même genre. Le temps est mûr désormais pour la phase finale et le monde s'y précipite à toute vitesse, tête baissée. Le mécanisme peut prendre toute son efficacité d'ici à la fin de ce siècle, mais certains des événements énumérés ci-après peuvent mettre plus longtemps à se manifester.

La chaleur du soleil a été progressivement réduite depuis quelque temps, et ce peut être un problème déconcertant pour les scientifiques de s'atteler à savoir si, dans quelque temps, la vie à la surface de la terre peut devenir presque impossible par suite de la chaleur insuffisante du soleil. Aucune solution n'est à portée de leur mental malgré tous les pouvoirs matériels dont ils disposent. Je peux leur garantir que, pour notre époque, la réduction n'aura pas cette ampleur. La décroissance actuelle de la chaleur du soleil n'est destinée qu'à véhiculer la technique de changement de la nature, et la personnalité déléguée pour ce travail est en train de

l'utiliser dans ce but. C'est un signe infaillible de soulèvement imminent dans l'entière structure du monde et après cela, le soleil reprendra tout son rayonnement. Le même signe apparaîtra au moment du *MAHAPRALAYA* (la complète dissolution de l'Univers), mais comme c'est une chose lointaine, je ne tiens pas à m'étendre sur ce sujet ici. Je ne peux révéler qu'une seule chose à ce propos, dans l'intérêt des lecteurs. Au moment du *MAHAPRALAYA* l'étoile polaire déviara de quelques degrés à partir de sa position et deviendra appréciablement plus chaude. Une puissante énergie de forme gazeuse commencera à en jaillir et détruira finalement le monde et tout ce qui existe. L'action destructrice partira du pôle Nord.

En conséquence du soulèvement en cours, des changements radicaux surviendront et la nouvelle structure du monde sera tout à fait différente de celle que nous voyons aujourd'hui. Le destin de la Grande-Bretagne sera déplorable. Une portion du pays, à savoir sa partie sud, s'enfoncera dans la mer. Une énergie volcanique, à l'état latent, est à l'œuvre au cœur de Londres et dans l'avenir elle explosera sous forme d'éruption volcanique. Le Gulf Stream changera de cours et le pays deviendra très froid. Le destin de l'Europe aussi sera du même ordre. Les petits pays cesseront d'exister. L'avenir de la Russie est bien noir. Elle ne peut pas survivre. L'arme essentielle de la Russie se comportera comme un pistolet sur sa tête. Le communisme aura sa tombe dans sa propre patrie. Quant à l'Amérique, elle est en danger imminent de perdre ses richesses et à l'avenir, elle pourrait presque être réduite à la pauvreté. Son pouvoir et sa grandeur aussi sombreront en même temps. L'Inde regagnera sa gloire de jadis et elle s'élèvera au premier plan sous son propre gouvernement. Sa suzeraineté s'étendra loin et large, et le monde se tournera vers elle comme vers un phare. Pourtant elle aussi aura sa part du soulèvement mondial. Les germes de la rébellion sont en train de se développer dans le pays. Une part du pays (la partie Est du Bengale) s'enfoncera dans la mer. L'énergie volcanique est active elle aussi, et elle peut sérieusement affecter certaines régions, en particulier l'État de Bihâr. Le plateau du Deccan peut, dans un futur éloigné, se transformer en île. Il y aura d'énormes carnages tout autour du monde et la perte de la vie, pour des causes diverses, sera si abondante que la population du monde en sera considérablement réduite. La nouvelle structure du monde à venir reposera sur des os et des cendres. Une civilisation axée sur le spiritualisme surgira en Inde et deviendra finalement, la civilisation mondiale. Aucun pays, aucune nation ne

survivra sans spiritualité à sa base, et chaque nation devra tôt ou tard prendre la même direction si elle veut maintenir son existence elle-même.

## APPENDICE

### L'EMBLÈME DE LA MISSION

Cet emblème représente une figuration complète de la méthode suivie à la SHRI RAM CHANDRA MISSION, qui a été fondée et dénommée à la mémoire de la Grande Ame Divine, SAMARTHA GURU MAHATMA RAM CHANDRA JI MAHARAJ de FATEH-GARH (U.P.). La méthode suivie à la Mission est appelée Sahaj Marg ou la voie naturelle.

Le dessin de la SWASTIKA, près du bas, représente le point d'où nous partons. C'est la sphère des formes, rituels et pratiques de types variés, que nous traînons dans notre recherche sur le chemin, appelé Sahaj Marg, tracé à travers les montagnes de difficultés et d'obstacles par la nature elle-même. Nous traversons différentes sphères d'ombres et de lumière, de grossièreté variable, bien loin au-dessus de la sphère de la lune et du soleil, devenant de plus en plus subtils à chaque pas, jusqu'à ce que nous atteignons le plus haut point accessible. La sphère de lumière créée par le soleil levant, représente la nouvelle ère spirituelle inaugurée par sa Sainteté le *Samartha* Guru. Elle se répand dans l'espace tout entier, dirigeant les régions d'où nous partons et que nous traversons au cours de notre marche selon le Sahaj Marg.



Maintenant ce qui prédominait partout avant la création, et est venu dans notre être peut être exprimé comme “ obscurité ”. Obscurité signifie absence de lumière et vice-versa. Qu'y a-t-il là où il n'y a pas de lumière ? Nous pouvons l'appeler obscurité. Que peut-on trouver là où tout se termine ? La Qualité du Néant est la seule expression possible pour cela. Pourtant encore, les expressions Obscurité et Qualité du Néant contiennent l'idée latente de l'existence de quelque chose, même si c'est bien loin du sens réel. Ni lumière, ni obscurité, peut peut-être convenir à désigner la chose dont on parlait ci-dessus, elle qui est immuable et éternelle. Maintenant tel est l'état, pur et absolu, à partir duquel notre existence présente a évolué. On peut la désigner comme la sphère de la Paix Eternelle, ce qui est représenté dans la partie supérieure de l'Emblème. Il n'y a ni Lumière, ni Obscurité. En dessous est la sphère, appelée *SATPAD*, où prédomine la vérité et qui est donc, en conséquence, une région de lumière, même si c'est dans un état très subtil.