

Les Enseignements de Mâ Anandamayî

« *Classés par thèmes* »



OM Mâ Shri Mâ Jay Jay Mâ

Les Enseignements de Mâ Anandamayî

« *Classés par thèmes* »

« Mâ Anandamayî a toujours été considérée comme étant ‘pénétrée de parole’, c'est-à-dire imbibée de l'énergie de la parole : *Vang*, qui est non seulement la parole, mais la plus grande déesse des *Védas*, fille de *Brahman* ; c'est par elle que l'énergie créatrice se propage dans le monde ».

Traduit de l'anglais par : Jean E. LOUIS
Présentation/illustration de Geneviève KOEVOETS (Mahâjyoti)

Préface

Par Vigyânânand (Dr Jacques Vigne)

C'est dans l'Himalaya, à l'ermitage de Dhaulchina, situé au nord-est de Delhi dans l'angle de l'Inde entre le Tibet et le Népal, que j'ai pu avoir connaissance du texte anglais non encore publié. Il s'agissait de la traduction à partir du bengali d'un recueil assez fourni de paroles de Mâ classées par thème. J'ai reçu ce texte de Swami Nirgunânanda, mon voisin dans ce bel ermitage où il vit depuis 22 ans, Il a effectué lui-même une bonne partie des traductions à partir du bengali, et a travaillé avec une autre personne qui elle, était partie de la version en hindi, nécessairement moins précise puisqu'elle était elle-même déjà une traduction de l'original bengali. Swami Bhaskarânanda, qui était le bras droit de Mâ et auquel celle-ci a confié la charge de donner l'initiation après le décès de sa mère Didi Mâ, a beaucoup encouragé la traduction de ce livre du bengali en anglais, pensant qu'il était bon de revenir facilement grâce à cette anthologie à ce que Mâ disait directement. Nous avons décidé de publier ces paroles de Mâ à la fois en français et en espagnol pour mettre sur le site de Mâ Anandamayî. C'est Jean E.Louis de Nice qui s'est chargé de la traduction française, que j'ai révisée, en discutant un certain nombre de points peu clairs dans le texte anglais avec Swami Nirgunânanda à l'ermitage. À chaque fois, il est revenu à l'original bengali, nous avons discuté de ce qu'a vraiment voulu dire Mâ, et cela a permis d'améliorer certains points obscurs de la traduction anglaise, et de les rendre plus clairement à la fois en français et en espagnol. Pour cette dernière version, c'est Andrea Veselich qui s'en est chargé. Jeune avocate passionnée par l'Inde, elle ne vit cependant pas tout près, puisqu'elle réside en Patagonie, la pointe sud de l'Argentine près de la Terre de feu... Mais grâce à l'Internet et à sa bonne volonté, car elle ressent un lien fort avec Mâ, elle a pu rendre ce service de traduction au lectorat hispanophone intéressé par la sagesse de l'Inde.

Swami Vijayânanda qui a passé plus de 30 ans auprès de Mâ Anandamayî, et vit toujours dans ses ashrams après 57 ans continûment en Inde, dit clairement et fortement : *guru vakya mantra*, 'la parole du gourou est un mantra'. Dans la *Guru Gita*, il est aussi une strophe célèbre où il est dit *mantra-mulam guru-vakyam*, 'la racine du mantra, c'est la parole du gourou'. La qualité principale du gourou n'est pas de donner un enseignement intellectuel et linéaire, mais d'avoir un impact par une transmission de l'énergie, ce qu'on appelle dans le langage traditionnel le *shaktî-pat*. Il peut le faire à travers un mantra chuchoté dans l'oreille au

moment de l'initiation rituelle, mais aussi à travers n'importe quelle autre parole survenant dans n'importe quelle autre circonstance, à travers le don d'un objet, d'une fleur, d'un *prasâd*, et encore, sans aucun intermédiaire (*anupaya*), de façon directe, d'âme à âme. Du trop-plein de ce réservoir d'énergie qu'est le gourou, le manque du disciple peut être comblé.

Pour bien comprendre comment Mâ transmettait l'énergie, il ne suffit pas de lire ces paroles, mais il faut également se plonger dans sa vie et dans les expériences de ses disciples proches. Nous avons traduit en français sous le titre de *Matri Darsh'an*, le témoignage *princeps* de Bhaiji, le premier grand disciple de Mâ Anandamayî après son mari Bholonath, et qui a donné à celle qui s'appelait auparavant Nirmala Dêvî le nom d'Anandamayî. Il y a aussi l'ouvrage de Bithika Mukerjee qui donne beaucoup de détailsⁱⁱ, et le dernier livre de Jean-Claude Marol – il est paru deux mois avant sa mort trop précoce – *La Saturée de joie* aux éditions Dervy. Il y développe en particulier l'importance du féminin spirituel, et le lien qu'il discernait entre le lien avec Mâ et le respect pour l'image de la Dame au Moyen Âge, qui a continué dans le catholicisme jusqu'à nos jours à travers le culte de Notre-Dame.

Il y a tout un mouvement de fond au XXe siècle et qui prend de l'ampleur maintenant : il tend à remettre à l'honneur l'aspect féminin du sacré. Il peut se manifester à travers l'écologie, où Gaïa est présentée comme une personne vivante, la déesse Terre, qu'il faut respecter et cesser de violer dans tous les sens. Par ailleurs, à cause du conflit israélo-arabe chronique au Moyen-Orient, beaucoup de gens sensés se mettent à réaliser que le monothéisme avec son dieu purement mâle et exclusivement unique risque de ne jamais réussir à dépasser les guerres saintes, qu'au contraire les armes de destruction massive exposent au danger et qu'elles deviennent beaucoup plus dévastatrices qu'auparavant, ce qui n'est pas peu dire. D'où la nécessité de renforcer l'aspect féminin du sacré, en encourageant le développement d'enseignantes religieuses femmes et aussi du point de vue métaphysique, en remettant à l'honneur le couple divin dieu/déesse qu'on retrouve dans pratiquement toutes les formes religieuses de l'humanité, excepté le monothéisme.

De plus, l'aspect féminin de la mystique est aussi relié à l'expérience chamanique, restant proche de la source et peu encombrée de dogmatiques et d'idéologies religieuses. Dans ses débuts, l'auto-initiation de Mâ par exemple et ses transes multiples évoquaient tout à fait la descente d'une expérience chamanique. Cependant, Mâ n'est certainement pas restée à ce niveau, elle était déjà prise dans le vaste courant de la bhakti du Bengale avec les grands exemples de Chaitanya Mahâprabhu au XVIe siècle et de Râmakrishna au XIXe. Elle a passé sa vie de gourou à guider la majorité de ses disciples sur cette voie traditionnelle de la bhakti, d'où ses multiples conseils dans cet ouvrage sur la récitation du mantra et la force du lien avec

le gourou, mais elle était aussi solidement enracinée dans la voie de la connaissance et dans l'expérience de l'Un. Elle revient tout le temps à l'Unité fondamentale, en exprimant en des termes simples mais forts l'absence de dualité et la capacité fondamentale qu'a un être humain à se relier directement à l'Absolu sans intermédiaire.

Un mot d'explication est nécessaire pour s'imprégner du sens que l'on donne à 'la Mère pénétrée, constituée de Parole'. Ce nom évoque la première forme de la Mère divine dans les védas, *Vak*, de la même racine que *vox* en latin et 'voix' en français, cette déesse « Voix » donc qui permet l'expression audible du Brahman. On dit qu'elle est née de la langue de ce Brahman, ou parfois qu'elle en est son épouse. Elle n'est pas sans évoquer la Hohkhma-Sophia-Sagesse de la mystique juive. Dans l'hindouisme classique, elle s'est transformée en Sarasvatî, déesse blanche de la pureté, de l'enseignement et de la connaissance, ainsi que de la musique. Elle réside (*vatî*) sur un cours d'eau (*saras*), c'est le sens de son nom. Cet archétype s'associe assez spontanément à Mâ Anandamayî, qui a été toute sa vie vêtue de blanc, et dont l'ashram principal et le tombeau sont situés au bord du Gange tout près d'Hardwar. Ce qu'il y a de particulier dans le cas de Mâ, c'est qu'il ne s'agissait pas d'une divinité vieille de plusieurs millénaires et présente uniquement sur le plan subtil, mais d'une personne bien vivante qu'on pouvait rencontrer si on le voulait. Dans ce contexte, la transmission d'énergie était beaucoup plus puissante et concrète, au moins pour les visiteurs ou disciples qui avaient l'ouverture requise pour recevoir ce transfert.

Au début de cet ouvrage, nous avons traduit telle quelle la préface à l'édition hindi. Elle est écrite dans le style fleuri de l'Orient et de la bhakti. C'est certes un autre monde mental que celui de l'Occident rationnel contemporain, mais pourquoi ne pas entendre ce qu'il a à nous dire de temps en temps ? Surtout quand il y a contact direct, le cœur est touché et peut transcender bien des barrières culturelles. Sarvâtma était un des premiers disciples français de Mâ Amritânâdamayî. Il avait très peur en France que sa manière d'embrasser les gens pendant le *darshan* et de leur distribuer des bonbons choque avec un public plutôt rationaliste et quelque peu coincé. En fait, rapidement, il y a eu de longues queues pour passer dans les bras de celle qu'on appelle Amma, et donc celle-ci s'est mise à se moquer de Sarvâtma en lui disant : « Regarde donc tes Français ! Ils sont prêts à attendre des heures simplement pour avoir un bonbon ! »

Quand on lit continûment le livre, on s'aperçoit que Mâ revient souvent sur des thèmes fondamentaux car elle voulait donner des bases au public général de visiteurs qui venaient la trouver. Le classement par thèmes est intéressant quand on veut méditer directement sur un sujet précis, mais il a l'inconvénient de faire ressortir certaines répétitions. Cependant, celles-ci peuvent avoir un effet 'mantrique' sur le lecteur : avec un mouvement qu'on

pourrait appeler en spirale, on revient régulièrement au même point, mais à un niveau de profondeur plus grands. Mâ conseille d'ailleurs le mantra comme une méthode accessible à tous, capable d'accompagner le processus de transformation et de purification du *sâdhaka* à long terme. Une bonne partie des conseils de son livre pourrait se résumer ainsi : « Répétez votre mantra avec persévérance et une confiance complète dans le gourou, et vous atteindrez un niveau où toutes les questions et les contradictions seront résolues spontanément. » Cependant, il ne faut pas rester sur une fausse impression de simplisme en lisant ce livre d'une traite. Dans les entretiens privés, Mâ donnait bien d'autres enseignements et exercices de méditation que le mantra. Quand j'ai demandé à Swami Vijayânanda qui, nous l'avons dit, a passé plus de 30 ans sous la guidance directe de Mâ, s'il récitait le mantra quand il s'asseyait pour la méditation, il m'a répondu que non. Par contre, quand il fait sa cuisine ou des activités concrètes, il aime bien garder l'esprit relié à l'Absolu et à Mâ grâce au *japa*, mais quand il était assis en méditation, il aimait bien suivre ses propres pratiques et leur évolution spontanée. Pendant toute la période de début, il était dans l'idée qu'un gourou doit avant tout donner des conseils de techniques de méditations, des *kriyas*, et Mâ effectivement lui en a donnés abondamment lors d'entretiens privés. Cependant, à chaque fois qu'elle en expliquait quelques-uns, elle ajoutait ; « Ceci est un exercice secret, ne le répète pas. » Mâ a expliqué aussi que les *kriyas* étaient faits pour secouer la torpeur, le *tamas*. La plupart des gens sont somnolents, mais c'est bon pour eux de faire quelque chose, que ce soit des *kriyas* ou des rituels. Cela leur donne un début de réveil. Cependant, à un niveau élevé, la volonté de faire quelque chose se révélera être un obstacle. Mais ce « non faire » n'est pas pour les débutants. Un autre aspect des *kriyas*, ou rituels, doit aussi bien être compris : ils peuvent être destinés à éveiller des pouvoirs, comme les techniques de toumo chez les tibétains qui développent la capacité de ressortir le feu intérieur et donc de résister aux grands froids. Pour aller plus loin, on peut évoquer aussi les pratiques de magie qui sont des formes de *kriyas*, mais qui peuvent tourner à la magie noire. Au fond, quand la vie intérieure est éveillée, la manière de méditer vient spontanément. On ne peut pas en faire une généralité. Ce qui vous réussit à vous peut être inutile, voire dangereux pour d'autres. Il en va de même pour les conseils que le gourou vous donne personnellement, d'où l'avertissement de Mâ.

Dans ce sens, on dit dans la kabbale qu'il y a trois niveaux d'enseignements, le niveau général correspondant aux conseils que le maître donne à un petit groupe, le niveau personnel dans sa relation à un disciple en face-à-face, et le niveau supérieur sous forme d'expériences qui remontent spontanément chez le disciple, mais qui n'en sont pas pour autant étrangères à la présence du maître. Vijayânanda ajoute que les *kriyas* ne sont pas si importants, la voie spirituelle dans son ensemble est beaucoup

plus large qu'une sorte de technologie où la révélation d'un code secret pourrait vous ouvrir l'accès à tous les programmes d'un coup. Cette voie spirituelle nécessite un engagement complet de l'individu : il est bon déjà d'avoir une base large de lectures et de connaissances pour comprendre vraiment quel est son intérêt, et ensuite de s'impliquer dans une pratique destinée d'emblée à transformer toute la vie et le comportement concret. Cela est beaucoup plus large que l'exécution plus ou moins mécanique de certaines techniques méditatives supposées secrètes et toutes-puissantes.

Il est tout à fait classique en Inde d'insister sur l'abandon entre les mains du gourou. Ceci choque les occidentaux qui ont d'ailleurs souvent perdu le lien avec la spiritualité traditionnelle chrétienne qui insiste elle aussi à sa manière sur l'importance du maître spirituel et du voeu d'obéissance pour les moines. « Être comme un cadavre dans les mains du laveur de mort » disait par exemple Ignace de Loyola. J'ai essayé d'éclaircir ces questions dans mon premier ouvrage, *Le maître et le thérapeute*, qui parle de la relation d'aide à la fois spirituelle et psychologique. De son côté, Swami Vijayânanda a tendance à distinguer deux niveaux, le niveau concret où il obéissait à la lettre aux paroles de Mâ, justement pour le plaisir en quelque sorte de montrer qu'il était capable de faire ce qu'elle lui demandait, et un niveau plus profond où il gardait tout son discernement et sa liberté. Mâ ne semble pas avoir été choquée par son attitude, constatant sans doute qu'elle relevait plus de la voie de la connaissance que de celle de la dévotion. Dès leur premier entretien à Bénarès en février 1951, elle avait d'ailleurs constaté et dit de lui qu'il était un *pranava upasaka*, littéralement un 'adorateur du Om', c'est-à-dire quelqu'un qui suivait la voie de la connaissance. Dans ce sens, elle ne lui a jamais demandé par exemple de faire de *poujâ* ni de centrer sa dévotion sur la forme d'une divinité hindoue. Il aurait bien sûr beaucoup d'autres choses à dire à propos de Mâ Anandamayî. J'ai parlé d'elle dans un chapitre de mon livre *L'Inde intérieure*, et d'après Swami Vijayânanda, la meilleure introduction qui ait été écrite au livre de Mâ en français se trouve sous la plume de Jean Herbert dans les quelques pages qu'il a mises au début de *Aux sources de la joie*.ⁱⁱⁱ

Mâ disait d'elle-même qu'elle n'était pas une réformatrice, qu'elle avait pris l'hindouisme comme il était, et qu'elle ne faisait que transmettre l'enseignement de l'Inde ancienne et des *rishis-munis* de jadis. Elle a accompli cette tâche avec un souci de la perfection et en transmettant tout autour d'elle une énergie indubitable d'amour et de joie.

Vigyânânand

Kankhal, Hardwar, Inde, mars 2009

0 – Introduction à la version hindi de cet ouvrage sur les paroles de Mâ

Les mots prononcés par les lèvres vénérées de Sri Mâ – Mâ qui habite le coeur de tous, Mâ qui est pure et éternelle – ces mots de Sri Mâ sont une manifestation particulière de la Mère divine en tant qu'Essence de la parole. Tout au long de Sa *Lîlâ* (son jeu) en ce monde, Mâ s'est communiquée dans la pureté de Ses paroles. Avant que ne s'achève Sa *Lîlâ* ici-bas, Mâ a donné une idée de ce qu'est l'appel du non-manifesté. Dans le présent, Mâ brille de son éclat dans les mots de la Katha Upanishad :

On se libère des serres de la mort lorsqu'on connaît Cela qu'on ne peut entendre ni toucher, qui est incolore et inaltéré, qui est sans goût, éternel, inodore, sans commencement ni fin, qui est distinct de Mahat (l'espace primordial) et toujours constant.

Mâ a dit : « *Je viens à votre portée, mais je ne vous permets pas de m'accaparer* ». Les paroles reviennent et l'esprit ne peut s'en emparer, comme on dit dans une Upanishad :

Yatho vacha nirvartante aprapya manasa saha

Durant l'accomplissement de Sa *Lîlâ*, dans cette sphère qui est à notre mesure – Mâ s'est présentée Elle-même – dans la forme humaine de la mère – la *Lîlâ* de Sri Mâ Anandamayî. Elle était l'âme de Ses disciples et la grâce personnifiée. Elle était d'une douceur sans pareille et cette douceur masquait Sa divine grandeur. Sa céleste magnificence allait au-delà de toute imagination. Sa *Lîlâ* était le Râs, la sève de l'expérience personnifiée. Quelques rares personnes ont le bonheur d'être en mesure de visualiser, aujourd'hui encore, (dans leur mémoire) l'irréprochable *Lîlâ* de Mâ – la *Lîlâ* dont il faut faire l'expérience pour la conserver gravée dans la conscience. Mais alors quel est l'état d'être, la condition, de ces innombrables âmes ordinaires qui ne jouissent pas de cet incomparable privilège, qui n'ont jamais rencontré Mâ ? En effet, les premiers, tous ceux qui ont vécu à l'ombre apaisante de l'amour et de l'affection de Mâ – la mère tendre et douce dans la forme humaine, ceux qui ont grandi sous Sa protection, sous Sa discipline aimante et chaude, tous ceux-là ressentaient que la présence toute proche de Mâ était la plus grande consolation durant

les temps de détresse et de souffrance qu'ils connaissaient. La chance inestimable de ces êtres, de ces disciples de Mâ, aurait-elle pris fin ? Non ! Le privilège extraordinaire d'avoir vécu aux côtés de Mâ s'est peut-être évanoui, quelque part dans les méandres du passé, mais les paroles de Mâ, elles, sont là, dans la forme écrite. Elles sont là, dans le présent. Et elles seront là aussi dans le futur.

Une force rayonnante et l'image ineffaçable de Son geste offrant des guirlandes de mantra, ce sont là d'inoubliables et merveilleux souvenirs de Mâ. Les paroles de Mâ sont la source d'un intarissable nectar. La publication de ce livre, bénie par la caresse transcendante de ce ruissellement, est le fruit d'un effort dont on souhaite qu'il mène à un bain purificateur. Mâ n'a écrit aucun livre. Les mots qu'Elle prononçait venaient d'Elle, mais ne Lui appartenaient pas. Le nectar de Ses paroles jaillissait spontanément. Il contenait la réponse aux questions de Ses innombrables disciples qui souffraient des trois tourments (probablement la colère, le désir et l'avidité) que nous, les êtres humains, sommes condamnés à endurer en ce monde. Nous avons réuni, dans cet ouvrage, un certain nombre des paroles de Mâ.

Mâ Anandamayî manifeste la Mère divine qui est l'âme du *bîja-mantra* (mantra-semence), qui a porté à la lumière les *Vêda* (Ecritures sacrées), qui est omniprésente, qui est dans la forme de *Pranava* (*le Om*). Les paroles d'une telle mère expriment l'essence des *Veda*. Les mots de Mâ imprègnent l'univers tout entier. Elle règne dans l'océan de l'esprit agité de Ses disciples, dans la forme de la vérité et de la paix éternelle.

Qui donc sont les sources concrètes de ce témoignage – ce livre, en l'occurrence – qui est la manifestation du *svarûpa*, de l'essence de Mâ ? Ce n'est ni la pierre, ni le métal, ni le bois. Ce n'est ni la boue, ni la pluie. Les mots, ce ne sont que les mots. Filtres de nectar engendrés par les paroles physiques de Mâ. Les sources essentielles du présent ouvrage sont « *Ānanda Varta* » (journal trimestriel du mouvement de Mâ publié depuis 1952 et qui a recueilli, jusqu'à ce qu'elle quitte son corps en 1982, ses faits, gestes et dires lors de ses nombreux déplacements et interventions publiques), *Matri-Darshan* de Bhaiji, ainsi que les enregistrements de quelques conversations, dans lesquels on peut entendre les paroles de Mâ, que l'on peut retrouver également couchées sur le papier dans les livres. Quand on lit ce livre d'une voix claire, il s'agit de quelque chose qui peut être vu aussi bien qu'entendu. Il n'est pas indispensable d'effectuer comme un rituel d'insufflation de vie à une statue pour la rendre consciente, ce qu'on appelle *Pran-pratishtha*. C'est l'énergie même contenue dans la forme lumineuse de Mâ qui infuse son énergie à toutes ses paroles.

*Nous tous, dans notre élan vital, déposons l'offrande
de nos prânams (prosternations) aux pieds de Mâ.*

Le fils dévoué de Mâ, Bhaiji, devant lequel nous devrions nous incliner chaque matin, nous a enseigné cette obéissance dans son livre rempli de science spirituelle, « Matri Vandana ». A ce sujet, nous nous devons de citer quelques mots de Mâ concernant Bhaiji : « *Bhaiji avait coutume de dire, à tout propos, que celui qui suivait pleinement et consciencieusement les conseils de Mâ, finissait par récolter les fruits de certaines d'années de sâdhanâ. En ne faisant que cela : suivre les conseils de Mâ. Bhaiji a vécu près de 'ce corps' avec cet intime sentiment (bhâva. »*

Nous publions cet ouvrage à la mémoire de Bhaiji. Il fut la première personne à nous guider pour ce qui est du recueil et de la mise en ordre des paroles de Mâ.

Pour faciliter la lecture de ce livre, nous nous sommes efforcés, autant que faire se pouvait, d'en classer la matière sous différentes rubriques. Nous avons tenu compte, pour cela, des thèmes développés que nous avons placés dans des chapitres spécifiques. Il est possible toutefois, dans le cas précis des paroles de Mâ, que la solution adoptée ne soit pas idéale. En effet, selon l'avis de différentes personnes, cette disposition par catégories, risque d'engendrer une certaine confusion, voire une interprétation erronée des textes. Et cela parce qu'un même mot de Sri Mâ peut être interprété de différentes façons, et, selon le niveau du lecteur, engendrer dans l'esprit de celui-ci, d'étranges vibrations. Les paroles de Mâ peuvent être classées de diverses manières. Certains mots, inclus dans une catégorie donnée, pourraient induire le lecteur en erreur et créer une certaine confusion au lieu de le mettre sur la juste voie. Il était préférable, dans cette situation de perplexité, d'invoquer la protection de la déesse du langage, et de revoir l'ensemble du projet, du début à la fin. De tout cela, il devra ressortir pour le lecteur le fait que Mâ est présente dans chacun des mots qu'Elle prononce, Elle qui n'a aucune attente, Elle qui est l'éternelle Mère Ananda-Mayî. Même si la disposition par catégories, effectuée par le rédacteur, n'a pas d'intérêt pour certains lecteurs, la recherche et l'étude en elle-même, quand on est placé sous la protection de Mâ, seront bénéfiques. En fin de compte, le mantra « il progresse » (*charaiveti*) sera celui qui mène à la victoire. L'étude et la recherche constituent l'âme de la *sâdhanâ*. Quand on s'y est vraiment plongé, les paroles qu'on y étudie deviennent comme les siennes propres.

Mâ a dit : « *L'océan est dans la goutte, la goutte est dans l'océan* ». C'est là le vrai principe éternel, tellement difficile à saisir et sujet à tant d'interprétations et de manifestations selon le moment et la situation. Tout d'abord, quelle est la signification de ce principe en ce qui concerne les paroles de Mâ ? Que veut dire Mâ lorsqu'elle affirme que « l'océan est contenu dans la goutte » ? Dans chacune des paroles de Mâ est contenu comme son thème central, son essence, l'océan de la Parole divine.

Et ensuite, quel est le sens des mots « une goutte dans l'océan » ? Depuis l'aube des temps, les vibrations de tous les sons existants (manifestés ou non manifestés) y compris les sons grandioses et puissants, sont essentiellement mesurables comme des accumulations de grand homme énergétique. En d'autres termes, chaque son et chaque parole sont de la nature de l'énergie.

Ce livre de paroles de Mâ est traduit d'un original bengali. Achéons cette introduction en accompagnant cette nouvelle publication d'une prière que nous déposons aux pieds de Sri Mâ :

Aaçvra£mI eçD !

ÇyaEçtmIy£ mata ! haE AaçvBÏIt



01 – Citation de Mâ

hçr kTa h£ kTa
A-r sb ŪyTa evmq v'Ta.
- ½£ ½£ ma|

02 - DEDICACE

Dhananjay Ishwerlal Kania
14 juillet 1916 - 6 mars 2003

Ce livre, mis en offrande aux pieds de Mâ, est dédié à la mémoire de Dhananjay Kania – Kanhaia, comme l'appelait affectueusement Mâ. Babu Kania – c'est en fait sous ce nom que tout le monde le connaissait – avait trouvé sa place aux pieds de Mâ. Quant à nous tous, dans ce monde-ci, c'est avec émotion que nous nous souvenons de la période inoubliable durant laquelle nous avons joui de la merveilleuse présence de Mâ.

C'est uniquement par la grâce de Mâ que nous avons pu accomplir la tâche difficile que représente la traduction de ce livre.

Nous sommes infiniment reconnaissants à Swami Bhaskaranandji pour les bénédictions, les conseils et les encouragements qu'il nous a prodigués.

L'édition en hindi a été traduite par
Jaya D. Kania avec l'aide de
Rohini et Hemant Desai
Puis en français par Jean E. Louis



Table des Matières

Préface à l'édition française par Vigyânânand (Dr. Jacques Vigne)

Introduction à l'édition hindi

| | |
|--|--|
| 01 – Citation de Mâ..... | |
| 02 – Dédicace..... | |
| 1 – Paroles de consolation menant à l'absence de peur..... | |
| 2 – La Nature du manque..... | |
| 3 – Ame, Soi, Béatitude, Nectar..... | |
| 4 – Ashram..... | |
| 5 – Ishwar, Dieu, Ishta..... | |
| 6 – Devoir..... | |
| 7 – Karma..... | |
| 8 – Kripa, la grâce..... | |
| 9 – Gourou..... | |
| 10 – Japa, Dhyana..... | |
| 11 – Connaissance, Ignorance originelle, Maya, Illusion..... | |
| 12 – Darshan..... | |
| 13 – Bonheur, Souffrance..... | |
| 14 – Dharma..... | |
| 15 – Le Nom, le Nommé..... | |
| 16 – Révélation..... | |
| 17 – Prière, Culte..... | |
| 18 – Ami..... | |
| 19 – Désir, Attentes..... | |
| 20 – Détresse..... | |
| 21 – Dévotion..... | |
| 22 – Peur, Intrépidité..... | |
| 23 – Esprit..... | |
| 24 – Mâ..... | |
| 25 – L'Etre humain..... | |
| 26 – Le pèlerin et le chemin vers le Divin..... | |
| 27 – Shakti..... | |
| 28 – La Sérénité..... | |
| 29 – Consolation dans la douleur..... | |
| 30 – Le Monde..... | |
| 31 – Satsang..... | |
| 32 – La Vérité, la recherche de la vérité..... | |
| 33 – Samâdhi..... | |
| 34 – Sâdhanâ, Sâdhak..... | |
| 35 – Le Service..... | |

1 – Paroles de consolation menant à l'absence de peur

1

Mâ est là. Pourquoi s'inquiéter ?

2

Il y a ceux qui sont incapables de faire quoi que ce soit, ceux qui n'ont aucun soutien dans la vie spirituelle. C'est de ceux-là surtout dont j'ai besoin.

3

Si, le coeur empli de foi et de vénération, tu peux dire ne serait-ce qu'une seule fois « Oh ! Mâ, venez je vous en conjure, que mes journées ne se passent pas sans Vous ». Alors, assurément tu auras le *darshan* de Mâ, Elle apparaîtra devant toi dans Sa forme réelle et te serrera affectueusement sur Son coeur. Ne L'invoque pas uniquement lorsque tu es en proie à la détresse, en la considérant comme une protection magique ou un refuge momentané. Souviens-toi, Elle est toujours présente et si proche, qu'Elle est comme ton élan vital. Elle te soulagera de ton fardeau.

4

En vérité, Je suis toujours avec vous.

5

Vous vous demandez si ce que vous sentez arrive jusqu'à ce corps, n'est-ce pas ?

Oui, oui, oui.

6

Ce corps aussi n'est qu'une petite fille impatiente que vous ne pourrez pas renvoyer, même si vous le désirez. Elle n'est jamais partie et ne partira jamais.

7

Ayez foi en ce corps. Seule une foi absolue vous ouvrira les yeux.

8

Acceptez ce qui est bénéfique, (*shreyas*) rejetez ce qui ne fait que procurer du plaisir (*preyas*). Une aide propice va se manifester à coup sûr.

9

Un doute prend forme dans votre esprit – pourquoi la *sâdhanâ* progresse-t-elle aussi lentement ? Père, amis, vous savez que lorsque vous souffrez du ventre, le médecin commence par vous administrer un purgatif pour vous nettoyer les intestins. Ce n'est qu'après qu'il vous donne les médicaments. D'innombrables actions ont été accomplies durant cette vie et durant les vies précédentes. Aussi longtemps que leurs effets n'auront pas été épurés, le progrès dans la *sâdhanâ* sera lent. Une fois que le corps et l'esprit seront purifiés, le médicament, sous forme de *nama-japa*, fera son effet. Aucun d'entre vous n'a progressé jusqu'à ce point. Alors continuez à agir – qui sait quand viendra le moment propice ?

10

L'accomplissement ne s'obtient que si on le demande. Mais la requête ne devrait se faire qu'avec un esprit sincèrement et complètement uni à la parole.

11

Ce corps est partout. Pour chacun.

12

Je ne vous abandonne jamais. Je suis toujours avec vous.

13

Vous avez eu suffisamment du jeu de l'intelligence durant votre vie. Victoire ou défaite, peu importe, tout cela appartient au passé. Même si c'est seulement une fois, réalisez que vous n'avez pas d'autres aides, regardez vers Lui et jetez-vous sur Ses genoux. Vous n'aurez pas à vous soucier de quoi que ce soit d'autre.



2 -*La Nature du manque*

14

L'être humain se manifeste sous la forme du désir, du manque (en anglais *want*, en hindi et sanscrit, *a-bhav*). Il n'a que le désir, le manque en tête. Et lorsqu'il s'en va, c'est encore avec le désir, le manque en lui. C'est pourquoi il devrait méditer sur sa propre nature. Autrement : désir – inactivité – indolence – malheur – mort. (Le soi dans le soi *nijiti nijai*, on doit se livrer à l'introspection).

15

A l'heure qu'il est, vous tous êtes en état de désir, de besoin, et c'est là maintenant votre vraie nature. Lorsque vous avez faim vous ressentez un besoin. Après avoir satisfait cette faim, la sensation de besoin disparaît. Puis vous éprouvez le besoin de dormir. Et lorsque vous vous réveillez vous avez envie de prendre l'air ou de bavarder. Les désirs-manques se présentent les uns après les autres et ne vous quittent pas un instant. Ainsi votre existence se passe dans le désir et le besoin. C'est ce que le corps considère comme des besoins naturels. L'homme a en lui la capacité de vivre dans sa vraie nature, sa vraie forme, sa vraie vie. De même qu'il y a le voile de l'ignorance, il y a la porte de la connaissance. C'est en passant cette porte que l'homme retourne vers sa vraie nature et retrouve son état véritable.

16

Dans ce domaine d'un monde imaginaire, d'un côté votre corps est soutenu, tandis que de l'autre, derrière le voile, les actions (du Divin) se déroulent.

Vous êtes nombreux à vous montrer sous différentes formes, avec différents sentiments. Qu'est-ce donc, si ce n'est la destruction du désir-manque sous toutes ses formes ? Dans l'univers, si c'est vous qui donnez et qui prenez, vous qui éprouvez le sentiment du désir, alors cette action est en fait la vôtre.

17

Là où vous voyez votre Soi en toutes choses et que vous vous efforcez de ne voir que « Cela » en quelque existence que ce soit, en quoi la vision est-elle différente de ce qui est vu ? Le dessein d'un entretien, d'une

discussion, d'une controverse, comme également celui de l'état de besoin, de manque, est en fait d'obtenir cette connaissance directe. Soyez éveillé dans votre propre nature.

18

Plus nous passons de temps à honorer Dieu, plus sera grand l'avantage que nous en tirerons. Où il y a le monde, il y a le désir-manque. C'est là Sa nature. On ne peut qu'espérer la paix en déposant notre esprit à Ses pieds, de notre plein gré ou de quelque autre manière que ce soit.

19

Lorsque la question est incomplète, vous n'obtenez pas la réponse escomptée. N'est-il pas fastidieux de renouveler la question ? C'est dans la nature des choses que de connaître le malheur. Le monde est ainsi fait, n'est-ce pas ? Le désir insatiable des choses de ce monde engendre la souffrance. Bien sûr vous pouvez en tirer un plaisir passager, et ensuite ? Il est du devoir exclusif de l'homme de demander ces choses dont l'obtention n'entraîne pas la souffrance et à travers lesquelles survient toute réalisation.

20

Les actions elles-mêmes créent un sentiment de manque. Seules de nouvelles actions effaceront cette sensation de manque. Il appartient à chacun de s'efforcer d'atteindre sa propre plénitude. En jouissant des objets mondains, on glisse peu à peu dans la mort. Père, deviens celui qui boit le nectar (*a-mrit*, littéralement 'immortel'). Jouis de l'immortalité. Sur cette voie-là il n'y a ni mort, ni maladie.



21

(Inexistant)

3 – Ame, Soi, Béatitude, Nectar

22

Comme le jeu est beau dans le royaume de Dieu. Soi – il n’y a qu’un seul Soi. Même là, « toi », « tien », « mien » sont présents. Si vous désirez encore dire « mien », « tien », devenez l’éternel serviteur de Dieu. Dans le contexte du monde de la famille, vous avez continué, pendant de multiples vies, à dire « moi, mien ». Je suis l’Immortel Soi – *Atma*. Il n’existe qu’un seul *Brahman*, il n’y en a pas d’autre – (chaque chose) Lui appartient. Si « mien et tien » sont encore là, reportez-les sur Dieu.

23

De par sa véritable nature, le Soi de chaque individu désire la béatitude. C’est parce que cette béatitude est présente en Lui-même qu’Il peut la demander. Autrement Il ne le ferait pas. Il ne peut pas le faire sans le demander. En fait, l’ardent désir d’obtenir le bonheur et la paix, habite tous les êtres vivants. Les créatures les plus simples elles-mêmes, les insectes, les araignées, évitent les sources de forte chaleur. Elles aussi désirent la paix, la sécurité, le repos. Les créatures qui souffrent sous le soleil brûlant recherchent vivement l’ombre et l’eau fraîche. Tout comme l’homme qui, affligé par la triple souffrance (*adhibautik*, générale, *adhidaivik*, catastrophes naturelles, *adhyâtmik*, psychologique et spirituelle) cherche Dieu, havre de paix et source de bonheur.

24

C’est Lui – c’est moi, l’indépendant, dans Sa vraie manifestation, qui va et qui vient. Il est indispensable d’être établi dans cette connaissance du Soi. C’est vraiment vous, vous, vous. Vous seul êtes dans toute chose, vous-même êtes cela. C’est seulement Lui, c’est seulement moi, le Un sans limites.

25

Que ce soit sous forme du serviteur ou sous forme du Soi, efforcez-vous d’atteindre votre Soi. Vous êtes immortels – contenus dans votre propre Soi – alors pourquoi souffrir dans les naissances et dans les morts ? Soyez dans votre Soi.

26

En général la force vitale a besoin d’un support, que ce soit dans le domaine de la *sâdhanâ* ou dans le domaine du quotidien. *Deha* (corps) signifie *deo, deo* (donne, donne). C’est le *bhog prapti* (obtention du fruit des actions). Ces expériences ont lieu dans le propre Soi de chacun. Autre chose encore : il ne peut y avoir aucune expérience sans sentiment de

« moi » - ma maison, ma femme, mon fils, mon ennemi, mon ami. Tous ces mouvements de la vie sont dépendants du support du « je ». Et durant son parcours, le *sâdhak* doit obtenir ce support. Pendant qu'il chemine, il oublie le chemin. Mais une fois arrivé à destination, il peut le décrire. Alors, grâce à cette seule lumière tout s'illumine. En fait il y a un seul et unique principe. Chemin, voie, passage, destination, de quelque façon que vous le nommiez, il n'y a rien, si ce n'est le Soi.

27

Vous tous avez toujours été bons. Vous ne devenez pas bons « de nouveau ». La bonté ne vient pas à la lumière si elle n'est pas déjà là, à l'intérieur.

28

« Qui suis-je ? » Lorsque vous affrontez cette question, essayez d'être dans la conscience d'observateur. Trouvez votre Soi. Vous devez rester concentrés aussi longtemps que vous rester assis immobile, sans mouvement, dans une attitude contemplative.

29

Vous êtes toujours là, tout près. On doit prendre de la distance par rapport au sens de la distance Vous êtes à l'intérieur, à l'extérieur, dans chaque veine, dans la plante grimpante, dans les feuilles, vous êtes immanents et transcendants.

30

Se souvenir de Lui à chaque instant, c'est là qu'est vraiment l'immortalité.

31

Rappelez-vous, le témoin c'est votre soi.

32

Le chemin qui conduit à votre Soi : c'est là la seule voie. Le reste est futile et source d'anxiété.

33

Que signifie « entrer dans sa propre nature » ? C'est ce que c'est. C'est pénétrer, imprégner chaque chose, chaque forme, chaque passage. C'est ce qui est resplendissant. Et là, les mots, les discours, n'ont aucun effet. L'ultime réalité, dans sa véritable signification, est sans forme. Cela peut-il être exprimé en un quelconque langage ? En fait il n'y a que Lui.

N'est-ce pas ce Dieu qui a forme de vérité, la vérité, n'est-ce pas Lui qui est à l'intérieur de vous ? Voilà pourquoi vous ne devez jamais laisser de côté introspection et méditation. Chacun doit obtenir sa propre réalité. Il y a la béatitude, rien que la béatitude. Où est la souffrance ? Là, il n'y que Lui.



4 - ASHRAM

Ce corps ne construit pas d'ashrams. Il est un ashram qui s'étend partout et transcende tout – où que vous considérez qu'il se trouve. Vous croyez que seuls ces ashrams que vous avez construits sont à Elle. En fait, le monde tout entier est un ashram pour ce corps. Le second, où est-il ?

Par suite du manque de *l'ashrama* du *brahmacharya* (observance de l'abstinence et de la chasteté durant le stade initial de la vie), les règles des autres ashrams (stages de vie) ne sont pas strictement respectées. Or, un édifice ne peut être construit comme il se doit sans de solides fondations.

L'ashram est un lieu où il n'y a pas de travail (*a-shrama*). Et en fait, sans Dieu, le travail est partout. Où est le repos ? Même dans l'ashrama de grihasta (la vie de famille), si on rend service avec le sentiment de Le servir, alors, alors seulement, cela revient à une vie d'ashram.

Vous êtes la mère, vous êtes le père, vous êtes le frère, l'ami, le maître – tout. Là où chaque chose est régie par un principe, c'est là qu'existe véritablement un ashram (ou un 'ashrama', c'est-à-dire un stade de la vie pouvant être vécu tout à fait spirituellement). Aucune question n'est soulevée à propos de « limité » ou « d'illimité ». Tout est un et appartient à l'un. Il y a la dualité dans deux. Là où il y a un voile, il y a aveuglement.

38

Un temps précieux est en train de passer. Tous les membres des ashrams, filles ou garçons, qui évoluent dans un bel environnement, devraient s'efforcer d'en tirer un enseignement bénéfique. Personne ne sait quand, personne ne sait à qui, Dieu accordera l'illumination. C'est pourquoi il est du devoir de l'homme de se vouer à Dieu. Paix, amour, amitié, joie, vérité, endurance et patience, voilà ce que tous les ashramites devraient posséder.

39

Un *brahmacharîn* peut-il être créé ? Un *brahmacharîn* devient ce qu'il est de par lui-même. Nous prenons nos propres *samskara* (impressions latentes) avec nous quand nous naissons et quand nous nous engageons dans les actions.

40

Un *brahmacharîn* qui vise à devenir un *sâdhu* devra maintenir une attitude de renoncement. La paresse, la passion, la célébrité, la flatterie, sont des obstacles à vraiment éviter. Sachant cela, agissez dans le but de bien faire. Portez une attention particulière au code de conduite des *brahmacharîn* et des *sâdhu*. Il ne faudrait même pas aller dans telle direction qui pourrait choquer les gens extérieurs et ne pas être pour le bien.

41

Ce que l'on dit être le bonheur familial est transitoire. Il est aussi cause de souffrance. A chaque pas la souffrance est là. Les obligations doivent être accomplies avec la meilleure efficacité possible sur ce long trajet de patience. Priez toujours pour obtenir la grâce de Dieu.

42

Vous devez être amenés à suivre la voie de la vie familiale en tant que chemin de sagesse.

43

Il est difficile de mener une vie spirituelle sans prendre appui sur la vie de famille. Accordez une attention toute particulière à ce qui vient de l'intérieur. Que sa seule volonté soit faite.

44

Dieu lui-même est là, sous ses formes infinies, dans chaque foyer. Il se peut qu'il faille partir à peine arrivé, deux jours avant ou deux jours après. Il peut y avoir de grandes souffrances dans la vie d'un foyer. Ces souffrances sont le lot de toutes les familles. Comment trouver le réconfort

lors de ces moments, si ce n'est en se réfugiant en Lui, le Créateur, le Préservateur et le Destructeur ?

45

Le *vidvat sannyâsa* (renoncement conscient, intérieur) est en fait le véritable *sannyâsa*. C'est une grande chance que d'avoir le *sannyâsa*. Tout abandonner. Le *sannyâsa* c'est l'annihilation de toutes choses. La négation du sens de la négation. S'engager dans le *sannyâsa* (*vividisha sannyasîn*) ou devenir spontanément *sannyasîn* (*vidvat sannyasîn*) ce n'est pas du tout pareil.



5 - Ishwar, Dieu, Ishta

46

Dieu seul est là, sous la forme de la Vérité, de la Félicité et de la Béatitude. La Béatitude n'est aucunement dépendante de quoi que ce soit, si ce n'est de l'*atmananda* (félicité du Soi). Rien d'autre ne peut subsister. Si quelque chose subsiste, ce ne peut être qu'illusoire.

47

Lui seul fait toutes choses et fait en sorte que cela soit fait. *Jo hobar hobe*, que ce qui doit arriver arrive.

48

Le Grand Vide (*Mahâshûnya*) n'est autre que Sa manifestation. Grand Vide n'est pas synonyme de néant. Ce qui est, ce qui n'est pas. Négation du néant. Négation du tout. Tout obtenir en commençant par tout perdre – rien moins que cela.

49

Lui seul assume différentes formes, différents états. Cela a lieu quand cela doit avoir lieu. Il agit et fait en sorte que les choses se produisent. Il écoute et fait en sorte que les choses soient entendues. Chaque chose repose avec Lui, Lui seul.

50

Connaître Dieu c'est connaître le Soi. Connaître le Soi c'est connaître Dieu.

51

Lui seul sait à qui Il se manifestera et sous quelle forme. L'être humain n'est pas en mesure de savoir qui, quand, comment. C'est avec une rapidité sans pareille que l'Unique appellera l'élue à Ses côtés. Les voyageurs ont de nombreuses possibilités le long du parcours qu'ils effectuent. La plupart du temps, lorsqu'Il envoie le danger, Il détruit le danger, lorsqu'Il envoie la souffrance, Il élimine la souffrance. Va vers Lui. Chaque homme doit effectuer son parcours dans le but de trouver son propre Soi. En ce lieu existe le Un grand, sublime, existant en soi-même.

52

Ishwar est Cela qui est à l'origine de la recherche, c'est par cela que tout s'est manifesté, vous et chaque chose. En fait, même du point de vue de la perte et du bénéfice, il faut assurément un gros effort pour se saisir de Dieu. Ne faire aucun effort pour réaliser Dieu, équivaut à la perte, faire l'effort requis équivaut au bénéfice. Lui, bien évidemment, brille de sa propre lumière. S'élever jusqu'à Lui c'est la seule nécessité. Tout le reste est inutile. L'homme ne peut se passer de Lui. Car s'il Le quitte, il n'a pas où aller. On ne peut donc ni Le quitter, ni L'exclure.

Il est chaque chose. C'est pourquoi c'est là la voie de Son jeu et de Son action. Aucune action n'est possible sans Lui. Il est le Seul, l'Unique. C'est une illusion que de s'imaginer L'oublier. Cette souffrance n'est que dans l'ignorance. Ce n'est qu'en s'efforçant de mener une vie droite et vertueuse, que l'homme parvient petit à petit à s'éloigner du malheur et à se rapprocher de la sérénité. Atteindre à la paix absolue est chose impossible sans Lui.

53

Un être vivant engendre nombre d'autres êtres vivants. C'est la propagation de la vie. Un Dieu unique se partage lui-même sous forme de tous les êtres dotés de sensibilité. C'est pour cela qu'on dit : « Où il y a *Jiva* (l'âme individuelle) il y a *Shiva* ».

54

Là où *Ram* n'est pas, il y a *vyaram* (malaise). *Ram* signifie contenu en soi-même – l'incarnation de la sérénité, l'incarnation de la connaissance et le Soi.

55

Pour l'illumination transcendante et qui dépasse tout, ce que l'on fait pour Lui, qui que ce soit qui le fasse et d'où que cela vienne, cette action arrivera jusqu'à Lui. Lui seul fait et prend ce qui est fait. En effet, il est tout à la fois le mantra et le but. En tant que tel, il est en même temps l'acteur, le maître, l'action et le but de l'action. Cette illumination est une condition véritablement requise. Il est en outre là pour la destruction de *potli*, de *triputi*.

(Potli=le baluchon, on dirait en français familier ce « sac de nœuds » que représente le monde. Quant à triputi, il s'agit de la triade de la création, c'est-à-dire « celui qui agit-l'action-le résultat de l'action »).

56

Dieu, quant à Lui, est sans forme et sans nom. De nouveau, lorsqu' Il assume des formes, celles-ci sont infinies. Souvenez toujours de cela.

57

Il est Lui-même, que ce soit sous forme d'union et de séparation.

58

Savez-vous ce qui engendre l'inquiétude ? Le fait de garder Dieu à distance. C'est cela qui inquiète. *Durbhuddi* a la même signification. Garder Dieu à l'écart cela se dit *durbuddhi*. Le fait que le mental formule la pensée de Son éloignement, c'est ça *durbuddhi*. (*Buddhi* signifie penser, et *dur* peut signifier à la fois 'mauvais' et 'à distance', d'où le jeu de mot de Mâ.)

59

Il vous donne et continuera de vous donner ce dont vous avez besoin.

60

Bien qu'agissant Il est inactif, bien qu'inactif Il agit.

61

Il est essentiel d'entrer en communion avec *Ishta*. Tout ce qui est immanent est Sa forme. Lui-même est sous forme de manifestation. *Atma* est non-duel. Qui alors est sous forme duelle ? Lui-même. Aucun être ne peut persévérer sur cette voie s'il n'a pas une certaine expérience. Et pour y demeurer, un certain niveau de coordination et d'harmonisation est nécessaire. On oublie fréquemment que Dieu est *Ishta* (hautement adorable) et l'on prend un objet temporel pour *Ishta*. Si l'on écarte Dieu et

que l'on prend autre chose pour *Ishta*, alors c'est *dui-ishta* qui vient, c'est-à-dire *dushta* (*dui*=deux, *ishta*=adorable, *dusta*=malfaiteur). Quand cette pensée erronée disparaîtra-t-elle ? Il serait bon d'examiner attentivement tout cela. Dites-vous : « Que fais-je tout au long de mes journées ? » Ou alors : « Combien de temps ai-je passé sans même penser à Dieu ? Combien de temps ai-je passé avec mon *Ishta*, et combien de temps ai-je passé avec des pensées négatives dans ce courant qui porte vers la mort ? »

62

On ne peut atteindre *Shreekant* (*Shree*=déesse suprême des riches, *kant*=bien-aimé/époux, c'est-à-dire le Seigneur suprême) *ekant* (*ekant*=réclusion, solitude). Vivre avec le bien-aimé signifie « vivre en solitude ».

63

C'est Lui le créateur. Il est le voile et Lui seul indique le chemin pour aller au-delà de ce voile.

64

D'un côté, l'ultime Réalité, le Buddha, (c'est-à-dire la Connaissance) toujours en existence, purs, libres et éternels. D'un autre côté Dieu, a une infinité de noms, de formes et d'attributs – voilà la vérité éternelle. Les manifestations qualitatives des noms et des formes sont, en fait, la révélation de différentes vagues du principe de Dieu. Il faut vous enivrer de cela, vous en imprégner, vous y accrocher, vous y plonger et vous exposer à Lui. C'est alors seulement – et cela se comprend – que chaque chose dans cette création devient Sa manifestation, Lui-même, Son champ d'action. Lui seul est assis dans le *Maha Yogasana* en temps qu'immanent et transcendant dans les formes de l'action, de l'auto-action, de la non-action, du nom, de la forme et de la conscience. Lui qui est assis est également le siège. Dans la création immanente et transcendante, Il est la mort de la mort – là (en lui) la mort n'a pas sa place et le temps s'arrête. Chacun devrait prendre le chemin qui va dans cette direction.

65

Tout dépend de Dieu, dans tous les domaines. Faites-lui entendre vos prières et présentez-lui vos offrandes. Il vous faut le suivre tout au long de votre vie. Il n'y a pas d'autre voie. Sans Lui vous êtes impuissants. Parce que c'est Sa création. Tout ce qu'Il fait Il le fait pour le bien de tous. Vos pensées égoïstes et d'intérêt personnel ne sont pas bénéfiques. Vous êtes les enfants de l'immortalité, pourquoi vous laisserait-Il aller vers la mort ?

66

Si vous touchez votre doigt, vous, individus, êtes touchés, pourtant vous n'êtes pas votre doigt. Si vous touchez votre vêtement, vous êtes touché, et cependant vous n'êtes pas votre vêtement. Ainsi la « partie » de vous c'est vous et il en va de même pour votre « vous » entier. De même étant un, Il est nombreux, et étant nombreux Il est un. C'est sa *Lîlâ*. Il est dans Son entièreté dans un grain de sable. Tout comme Il est dans Sa complétude dans l'homme. Il est en intégralité dans Sa complétude – la complétude absolue.

67

Quand il y a l'état de Bouddha, la compassion est possible, même de l'intérieur du nirvâna. Peu importe la quantité de chaleur que vous soutirez au feu, son intensité ne diminue en rien. Avec Dieu qui possède la complétude, il n'est rien qui puisse rendre malheureux. Dans le royaume de Dieu, dont vous savez qu'Il est la plénitude même, personne, pour quelque motif que ce soit, ne peut être malheureux. Il est souverain et libre.

68

La signification de *Pranava* (OM) est *Akshar Brahman*, (l'indestructible *Brahman*). Le principe indestructible, qui ne décline jamais, est là, dans toutes les lettres de l'alphabet. C'est pour cela qu'il est nommé *Shabda Brahman* (la forme sonore de l'ultime réalité).

69

Il est le père suprême, la mère suprême, le frère suprême, l'ami, le mari – tout cela en un. Il est chaque nom et chaque forme. Il est également sans nom et sans forme. Aussi, la voie où règne Son souvenir constant dans le coeur et dans l'âme, engendre la paix. Cette voie-là doit être tentée.

70

Tous sont enfants de Dieu. Et pour Lui il ne peut être question de bas et de haut. Il tend Sa main à tous ceux qui désirent Son étreinte.

71

Il est dans la nature de Dieu de garder la porte toujours ouverte. Si ce temps et cette énergie que nous consacrons à des tâches d'ordre commun, nous les utilisons pour Lui, alors la voie vers la connaissance du Soi s'ouvre d'elle-même devant nous.

72

Tout comme la vache nettoie son veau en le léchant et le débarrasse de toutes ses salissures, Dieu Lui aussi, débarrasse Ses enfants de toutes leurs imperfections afin de les rendre purs et sacrés. Il convient de se mettre à l'oeuvre sans tarder, en gardant toujours Dieu à l'esprit.

73

Quelle que soit l'action que Dieu entreprend, Il le fait pour notre bien. La chose est difficile à comprendre pour l'être humain. C'est pour cela que lorsque les désirs d'une personne ne sont pas exaucés, il en résulte tristesse et souffrance. Maintes fois, obstacles et difficultés se dressent sur la voie d'un désir honnête et droit, ou d'un acte louable. Il faut toutefois se rappeler que les raisons pour lesquelles Il nous fait passer par là, sont au-dessus de notre compréhension. Il est bon et clément et nous fait don à tous moments de Sa miséricorde.

74

Dieu est parfait. Venez à Lui pour recevoir la lumière de cette perfection. La souffrance du monde est dans le sentiment de l'absence de Dieu. Là où est la révélation de Dieu, il n'y a ni dualité ni souffrance.

75

Lorsque vous voyez une pierre il n'y a pas *vigraha* (la conscience claire que Dieu est présent dans une statue de pierre) et lorsque vous voyez *vigraha*, il n'y a pas de pierre. Dieu est là quand vous pensez à son image en tant que Dieu. Si l'on dit que c'est l'image de Dieu, alors il est souhaitable de faire un effort pour Le visualiser. Lorsqu'il y a le concept « pierre », il y a « *durbuddhi* » (Dieu est loin. *Dur* = loin, *buddhi* = concept, intuition, Mâ joue aussi sur les mots car, comme nous l'avons vu, *dur-buddhi* peut aussi signifier 'mauvaise pensée'). Ce n'est pas une réflexion spirituelle. L'intelligence dont on use pour obtenir le bonheur objectif et terre à terre, est sujette aux changements, pas sa forme immuable, mais sa forme éphémère. Mais lorsqu'il y a révélation de Dieu uniquement, il n'est plus question d'impermanence. Dans la perspective que vous avez de la création, il n'y a pas de permanence. C'est parce qu'elle est sujette aux changements qu'une pensée est dite « terre à terre », « ordinaire ». Peut-il y avoir révélation (dans la pensée ordinaire ?) – c'est la destruction. Où il y a destruction, il n'y a pas illumination du Soi. Où est le Soi ? Là, la destruction n'est pas éliminée. La destruction doit être détruite.

76

Aussi longtemps qu'il y a « moi » et « mien », il n'y a pas le sentiment de Dieu.

77

Il n'y a plus d'affliction lorsqu'on est capable d'aimer Dieu. Le sentiment même d'être séparé de Lui n'est que bonheur. Ce n'est que lorsqu'on L'aime qu'on éprouve le sentiment profond d'En être séparé. Qu'est-ce que le *viraha* (*vi* = particulier, *raha* = existe) ? (*vi-* signifie en général loin, d'où le sens 'exister loin de', c'est-à-dire 'séparation'. Ici, Mâ réinterprète le mot d'une façon nouvelle). Seul celui en qui Dieu existe de façon particulièrement forte, est en mesure d'éprouver ce sentiment de séparation.



6 – *Devoir*

78

Voici les devoirs de chacun : *japa*, *dhyân* et *satsang*.

79

Que cela plaise ou non, il faut vivre avec Lui. Il faut avaler cela comme on avale un médicament. Parler de *Hari*, voilà la parole réelle. Tout le reste n'est que non-sens et anxiété (*vritha-vyatha*). Et on ne peut en parler que si on L'aime. Souvenez-vous de cela. Toujours.

80

Où, quand et comment Dieu vous maintient-t-il ? On doit tout considérer comme bénéfique. Tâchez de poursuivre votre route en ne dépendant que de Lui. Il est le protecteur et le guide. Il est toutes choses.

81

Chacun doit accomplir son devoir sans en attendre aucune contrepartie.

82

Le corps appartient à Dieu, l'esprit appartient à Dieu, tout le monde appartient à Dieu. Quoi que vous fassiez et pour qui que ce soit, considérez que vous le faites uniquement pour Lui. Et faites en sorte de garder votre esprit à un niveau élevé. Qu'est-ce qui est, sans être vu ? Ce qui doit encore être révélé.

83

Mâyâ est là, aussi longtemps que le sens du devoir existe.

84

Le désir se manifeste sous la forme du sens du devoir.

85

Dieu pénètre tout, Lui seul est l'image et le temple de chacun. Seule la grâce de Dieu nous incite à l'aimer et c'est là une question de chance. Il serait bon de développer l'amour entre Dieu et l'homme. C'est le seul espoir de paix et de bonheur. Réfugiez-vous toujours à Ses pieds.

86

Faites en sorte de garder votre esprit à Ses pieds. La grâce de Dieu, l'océan de miséricorde et le bienfaiteur universel, s'y déverse sans discontinuer. Penser toujours au bien est une obligation. Le bien c'est l'espoir de la révélation de Dieu, c'est-à-dire la béatitude parfaite et l'illumination parfaite.

87

Il est dans la nature de l'homme d'invoquer Dieu et de chercher la réalisation du Soi. Invoquer Dieu c'est se défaire du sentiment du manque. Le but de la vie humaine devrait être la réalisation divine. Le renoncement viendra spontanément pour nous rendre capables d'accepter quelque chose de supérieur, comme on laisse un objet qui était dans la main pour en prendre un autre. On doit accepter ce qui est éternel et vrai.

L'attirance est accrochée à celui qui est asservi.

88

Il n'y a personne au-dessus de Dieu. Toutes les choses qu'Il fait, Il les fait Lui-même. Personne n'est en mesure de faire quoi que ce soit. Il est bon de se le rappeler. Il n'y a qu'à Dieu qu'on peut faire confiance. Lorsque quelqu'un d'autre semble avoir l'intention de nuire, il est bon de réciter des *japas* de son *Ishta*, aussi longtemps que perdure cette intention. S'en remettre toujours à *Ishta Deva*.

89

Quel remède l'homme a-t-il à sa disposition dans ce monde des vivants si ce n'est le recours à l'endurance et à la patience ? Il est préférable de garder son calme en se raisonnant. Il faut accomplir sa tâche de la meilleure façon possible. L'homme ne devrait penser qu'à Dieu.

90

Lorsqu'on chemine sur la voie spirituelle qui mène au Soi, et que l'on progresse avec patience, sérieux, calme et détermination, le déferlement des vagues – obstacles et difficultés – n'influe en rien sur cette progression. L'homme devrait essayer d'atteindre cet état.

91

L'homme peut sans aucun doute remporter la victoire à tous égards. L'esprit doit demeurer éveillé. Rester dans l'ignorance des naissances et se sentir bien dans cet état d'esprit, voilà une attitude qu'il faudrait changer. La vérité doit être exposée clairement, ouvertement et avec courage. Ainsi la force de la vérité décuplera, car elle est le phare et l'indicateur de la juste voie. Il faut agir et avancer victorieusement tout en gardant le respect de soi et en ayant une conduite digne à l'égard de chacun. Ne vous laissez posséder par personne. Efforcez-vous toujours d'entretenir les belles dispositions que vous avez en vous, par des pensées positives et droites que même l'adversité la plus forte ne peut entacher.

92

Il y a une chose qu'il faut toujours rappeler, c'est que ce corps est censé accomplir des actions spirituelles. C'est pour cela qu'il faut s'efforcer d'impliquer le corps, l'esprit et l'âme, à chaque instant pour se raccrocher à Lui.

93

Efforcez-vous de suivre la voie que vous indique votre gourou et, dans le cas où vous préféreriez la voie de l'action, agissez dans l'intention de servir Dieu. Seul Dieu se manifeste sous différentes formes. Servez le pays, servez le *Griha-Lakshmi* (épouse en tant que déesse *Lakshmi*), servez le *Bal-Gopal* (fils en tant qu'enfant Krishna) – Il est sous différentes formes. Ne passez pas votre temps à manger et à dormir. L'incalculable naissance de l'homme ne devrait pas être dilapidée en vaines pensées. Efforcez-vous de revenir dans votre demeure. Ne vivez plus dans une taverne au bord du chemin.

La compréhension faussée (*dur-buddhi*) c'est de sentir la distance qui nous sépare de Dieu (*door-bodh*). Essayez de rester engagé dans « Cela » (*tat-bhavanâ*), jusqu'à ce qu'advienne la réalisation de « Cela » (*tat-bodh*). Dieu est sous forme d'action dans toutes les activités. Efforcez-vous de vous le rappeler.

Il est du devoir de l'homme de se réaliser, de réaliser son Soi. Seul l'homme peut réaliser Dieu. Il doit chercher à connaître la vérité. Chacun doit choisir la voie qui lui convient. Les instructions que donne le gourou doivent être acceptées sans discussion. Lisez des textes spirituels (*sadgranth*) et participez à des *satsang* (en présence de saints et de personnes spirituelles). Dans l'attente d'instructions précises de la part de votre gourou, ayez la constance de vous asseoir plusieurs fois par jour, sereinement, l'esprit vide, pour la réalisation de Dieu qui se manifeste sous forme de vérité.

N'oubliez pas qu'Il est sous forme de toutes les actions. Il est le *Yantra* (l'instrument) aussi bien que le *Yantri* (le musicien). Jouez le rôle de l'instrument dont Il joue.



7 - Karma

Seule cette action qui fait briller les sentiments divins est action, le reste est non-action. Il faut renoncer au chemin qui ne conduit pas aux sentiments divins, tout attrayant que puisse être ce chemin. Par contre il faut accepter celui qui inspire les sentiments divins, aussi peu attirant qu'il puisse sembler. L'homme se doit de prendre le chemin qui monte vers la conquête de la vérité. Le chemin propice va dans la direction de l'immortalité. Celui qui semble agréable et attrayant est en fait pernicieux, dangereux et funeste. Il conduit vers la mort.

97

Il ne faudrait jamais penser à quelque action négative que ce soit, pas plus qu'il ne faudrait s'évertuer à gagner les faveurs des autres.

98

Seule cette action qui conduit à Dieu est action, le reste est non-action – action qui mène à la mort. L'homme devrait être dans le *Swakriya* (le mouvement du Soi par lui-même, en lui-même, en tant qu'« acteur-action » indifférencié).

99

Les actions de l'homme ordinaire visent à l'assouvissement du désir. Les actions de l'homme qui aspire à la réalisation, visent à atteindre sa véritable nature.

100

Le *Kriya-Yoga* est la voie vers l'objectif suprême et le *kriya-bhog* (la jouissance des fruits de l'action) est la voie de ce monde. Celui qui suit la voie de *Kriya-Yoga* va dans la direction du salut. Quelle que soit la direction que l'on prenne, il faut toujours chercher à s'engager dans une action qui permette de se libérer de l'action. Dans l'union perpétuelle (avec la réalité suprême), la question ne se pose pas du passé et de la transcendance du passé. Quelle que soit la voie que vous suivez, effectuez vos actions avec une dévotion ferme et résolue. Alors seulement, vous serez libéré de l'action. « Yogi » veut dire celui qui est toujours en union avec la réalité suprême et le salut est dans l'union perpétuelle avec cette Réalité suprême.

101

Toute action entreprise avec le sens qu'on est l'acteur est cause de tourments.

102

Il existe quelque chose qui s'appelle *prarabhda* (la partie des actions accomplies dans le passé, qui doivent porter leurs fruits, et engendrent la naissance et la mort) et il y a aussi un stade au-delà de *prarabhda* où il n'est question ni de préparation ou de non-préparation. Lorsque l'inondation survient, elle balaie tout sur son passage.

103

Personne n'est tenu de renoncer délibérément à quoi que ce soit – lors de l'oblation finale du karma, le renoncement advient de par lui-même.

104

L'homme est né pour être heureux ou souffrir selon son destin.

Si l'homme ne peut échapper à son destin, peut-il se soustraire aux décisions de Dieu ? Le fruit du karma est en fonction de vos actions. D'où vous viendrait le pouvoir de décider qu'Il peut, ou non, octroyer ou annuler son propre ordonnancement des choses ?

Tout est possible dans Son royaume. Il peut tout faire. Vous n'avez pas le droit de vous demander ce qu'Il est en train de faire, ni pour quelle raison Il est en train de le faire. Pourquoi devrait-il agir toujours selon vos désirs ? Il est le Seigneur suprême. Quoiqu'Il fasse, c'est pour votre bien. Gardez cela en mémoire.

105

Agissez dans un but positif. Cherchez à vous élever degré par degré, au travers de vos actions. Raccrochez-vous à Lui dans toutes vos tâches, que rien ne soit laissé de côté. La recherche du Seigneur en tant que but en sera facilitée. Votre tâche sera parfaitement remplie. Lorsque vous entreprenez un travail, quel qu'il soit, faites-le avec votre esprit, votre corps et vos paroles, avec simplicité et contentement. Ainsi, la perfection sera là. Au moment voulu, les feuilles mortes tomberont et de nouvelles feuilles apparaîtront.

106

Quand il y a un continuum de pensées pures, la voie s'ouvre à coup sûr, vers l'atténuation des karmas.

Il faut expérimenter et vivre le résultat de l'action, de la non-action et de l'action erronée, aussi longtemps que le but n'est pas atteint.

107

L'homme est né pour l'accomplissement de son karma et de son cycle de renaissances. Un homme fort, un homme en qui le pouvoir divin se manifeste, peut changer son karma.

108

De nombreuses actions conduisent à des conditions misérables après la mort et ne mènent pas à un dénouement heureux. Le sort est alors d'aller de ténèbres en ténèbres plus profondes. Et nous ne sommes pas en mesure

de dire pourquoi il en est ainsi. Ce sont là les règles de son jeu. De même l'action, de même les conséquences.

109

Lorsque quelqu'un est investi d'une tâche donnée et qu'il ne l'accomplit pas de bon gré et motivé par l'amour de Dieu, cette tâche n'ira pas à bon port, même s'il fournit un travail acharné.

L'homme devrait accomplir les tâches quotidiennes, de gaieté de coeur, en les dédiant à Dieu.

110

Les activités de ce monde-ci sont entrecoupées de plaisirs éphémères, traînant derrière eux, comme leur ombre, d'inévitables angoisses. Vous devez être un voyageur qui se dirige vers la réalisation du Soi. Durant le trajet qui vous conduit vers Dieu, les souffrances qu'entraîne l'action, iront en diminuant. Souvenez-vous de cela.

111

Dans l'action forte et résolue, le voile de l'ignorance disparaît.

112

Dans chaque action, l'objectif doit rester l'élément majeur.

113

Une action juste ne peut être enfin. Tout homme doit récolter les fruits de ses actions précédentes. Aussi longtemps que l'union avec Dieu n'est pas réalisée, le Suprême n'abandonne pas l'homme sans lui octroyer les fruits de son *Sanchit Karma* (actions accumulées au cours des précédentes vies).

114

Faites tout ce que Dieu veut que vous fassiez. Au moment propice, Il vous inondera de Sa grâce. Engagez-vous dans l'action dans un esprit totalement résolu. La plupart du temps le gourou conseille certaines pratiques spirituelles pour vous préparer à la vraie *sâdhanâ*.

Attendez le moment propice. Restez assis, immobile, dans l'attente d'un signe de Dieu. Continuez à chercher un être vraiment préparé jusqu'à ce qu'une réponse vous arrive.

115

Une fois la juste action entreprise, il n'y a pas de chute.

116

Plus l'esprit est pur, plus l'action qui appartient à Dieu sera belle. Il se manifeste également sous forme du karma. L'action devrait réfléchir l'image d'une attitude pure et simple.

« On devrait me traiter avec amour et respect » ou « Il faudrait travailler pour moi » - sur cette voie il ne faudrait rien entendre de semblable. Il faut toujours faire preuve de patience et de modération. De même qu'une goutte de présure fait cailler une grande quantité de lait frais, la survenue de la plus insignifiante colère au cours de l'action est particulièrement néfaste. Souvenez-vous de cela.

117

Quoi que vous fassiez, faites-le bien. Vous prendrez goût à l'action lorsque votre tâche avancera.

118

Quant à la manifestation des objectifs de l'action, il faut absolument respecter les rites et rituels qui dissipent les ténèbres. Essayez de muer les actions extroverties en actions introverties. Il faudrait toujours s'efforcer d'impliquer le corps physique dans l'action spirituelle. Le désarroi est une forme de pensée qui tient Dieu à distance. L'homme devrait essayer de se fixer dans sa nature innée, une fois celle-ci libérée du besoin de la chasse au désir.

119

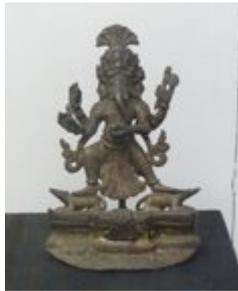
Les plaisirs et les souffrances de l'homme sont la conséquence de son karma. Il y a le *karma yoga* (action qui conduit à l'union avec la réalité ultime) et aussi le *karma bhoga* (souffrance et plaisir du fruit des actions). Pour votre salut, gardez toujours l'esprit immergé dans l'adoration de Dieu, le *japa*, la méditation et la contemplation. Ce sont là les voies vers la paix.

120

Lorsqu'un désir apparaît, probe et droit, Dieu l'exaucera assurément. Le bien et les récompenses sont présents quand le désir droit est tenu en éveil. Une action juste donne toujours des résultats, qu'elle soit accomplie délibérément ou à contrecoeur. Les actions justes ainsi que les rituels effectués avec une conscience et rituels portent chance. La malchance disparaît progressivement.

121

La vie dans ce monde est une traversée. Agissez de façon irréprochable et acceptez ce qui se présente sur le chemin du monde. Ayez toujours à l'esprit le sens du devoir et la mesure de vos possibilités. Il est dans la nature innée de Dieu de révéler Son omnipotence là où on le contemple et où on le loue.



8 - *K R I P A, LA GRACE*

122

Dieux est clément et miséricordieux. Il déverse sur nous, sans compter, Sa miséricorde et Sa compassion ? Empressez-vous de tendre la main. Une attitude de marchandage n'est pas de mise ici. Dites-vous : « J'ai essayé et je n'y suis pas arrivé. C'est la conséquence de mon karma. Oh, Seigneur ! Vous m'envoyez Votre grâce et je la reçois ». Un être vivant peut espérer agir pour son bien seulement s'il se rappelle cela.

123

Dieu dispense Sa miséricorde en tous lieux. Seuls ceux qui lèveront le regard dans Sa direction recevront Sa lumière. L'homme doit toujours prier pour obtenir Sa miséricorde.

124

Seul celui qui est très pieux peut comprendre Sa miséricorde.

125

Même le désir ardent de Sa présence prend naissance grâce à Sa miséricorde, souvenez-vous de cela. Lorsque l'action demeure sans résultat, il est à présumer qu'elle n'a pas été accomplie de la juste façon. Toutefois, la traversée s'effectue progressivement. Il est bien, dans un tel contexte, de garder une foi stable et solide.

126

Ce quelque chose (la miséricorde) est au-delà de la compréhension et cependant le désir ardent de l'atteindre persiste – cela aussi c'est la grâce de Dieu. Le désir juste et honnête conduit à la disparition du désir. En vérité, l'homme ne sait pas quand lui apparaîtra Sa lumière comme aboutissement d'un engagement constant dans une action honnête menée par un désir vrai et pieux. C'est pour cette raison que tant que l'illumination n'a pas eu lieu, l'engagement dans cette traversée vers le but suprême doit se poursuivre, que ce soit de bon ou de mauvais gré.

127

La grâce de Dieu est en rapport avec la résultante du karma, aussi longtemps que l'ego existe, la grâce est là tant que le karma est là.

128

Dans Son royaume, le Seigneur bienveillant a pris Ses dispositions pour répandre Sa miséricorde. Il la déverse avec bonté, sans discontinuer, telle une pluie qui ne cesse jamais. Si l'on maintient le récipient dans sa position normale, il finit par se remplir à ras bord, si on le retourne, les objets qu'il y a dedans tombent ou restent bloqués à l'intérieur.

129

Il accorde toujours Sa miséricorde. Et pour comprendre cela, on doit patienter sans le quitter du regard. On comprend *Kripa* (la grâce) lorsque *Chitta* (l'esprit) est purifié.

130

L'action est indispensable pour éliminer le voile (de l'ignorance). Travaillez avec l'intelligence dont vous avez été doté. Sa grâce est spontanée. Pourquoi ne dispense-t-Il pas la grâce ? C'est là Sa volonté d'action – chaque chose est Sienna – quelle qu'elle soit. Lorsqu'il y a une raison, il y a le désir d'atteindre et de cueillir le fruit. « Je vis le résultat de mon action ». Résultat de quoi ? Sa propre action, sa propre expérience.

131

Celui qui crée un mauvais fruit par ses actions peut le faire disparaître par des actions droites et justes. Voyez Sa grâce et Sa bonté en toutes choses. Celui qui reste fixé sur la pensée qu'il est un instrument dans Ses mains, celui-là ne peut accomplir aucune action qui engendre la souffrance. La juste voie, le droit chemin, sont ce qui Le caractérise.

132

Le malheur ne disparaît que dans le refuge qu'est le Seigneur. C'est uniquement par la grâce de Dieu que l'homme paye en souffrance le résultat de son karma. Si l'on considère cette souffrance comme Sa grâce, alors elle nous conduira jusqu'au lieu suprême.



9 - *G O U R O U*

133

Le principe du Gourou est particulièrement profond. Le gourou doit être vu comme Dieu Lui-même. Le Gourou ne peut pas être repoussé. Si on abandonne un Gourou c'est qu'on ne l'a jamais choisi. Jamais un Gourou ne pourrait commettre un acte injuste ou indécent. Quand on considère que la relation avec le Gourou est parfaite, le pouvoir du Gourou et la dévotion pour lui ne se relâchent jamais. Dieu, qui est la vérité même, fait en sorte que la recherche de la vérité parvienne à son accomplissement.

134

Votre Gourou est aussi le Gourou du monde, le Gourou du monde est également votre Gourou. Il ne faut pas aller dans un lieu où son Gourou n'est pas respecté.

135

Rappelez-vous que le Gourou est uniquement Celui-là Lui-même.

136

Le Gourou est à l'intérieur. Lorsque la vraie recherche commence, il y a révélation. Il est impossible de demeurer sans l'illumination. Il vient sous forme du Gourou et Se révèle, ou Sa manifestation vient à la lumière.

137

Le chemin vers Dieu est direct et facile. Quelle que soit la parole du Gourou, c'est le meilleur mantra qui soit. Il ne peut y avoir d'illumination que si le *japa* du mantra est pratiqué avec exactitude. Lorsque le pouvoir du Gourou est manifesté, ne devrait-il pas porter ses fruits ? Il est clair qu'on se fera brûler si on pénètre dans le feu. Il est dans tous les noms et toutes les formes, et Il est aussi sans nom et sans forme. Si on aime les noms, alors Il est là, dans tous les noms et toutes les formes. Mais aussi si on préfère le sans forme, alors Il est sans nom et sans forme.

138

Dieu Lui-même se manifeste en tant que Gourou. Croyez cela et appelez-Le.

139

Dans le contexte du Gourou, tout comme la statue ne doit pas être prise pour la pierre, le Gourou ne doit pas être considéré comme un être humain. Le Gourou doit être considéré comme Dieu. Si vous le voyez comme un être humain, cela signifie que vous ne l'avez pas accepté comme Gourou. La raison en est la suivante : est-ce qu'un être humain pourra jamais devenir Gourou ? Gourou signifie *Japat-Guru* (Enseignant du monde). *Japat-Guru* c'est celui qui inverse, qui transforme la progression vers la mort, en une progression vers l'immortalité (*jag-* correspond à la racine d'aller, de mouvement). Celui qui engendre une telle transformation ne peut être que le Gourou intérieur. Lorsqu'un Gourou prend un disciple sous sa protection, il ne se sépare de lui que lorsque le disciple a atteint son but. Le problème du départ du Gourou ne se pose même pas. Où ira-t-il ? Y a-t-il aucune interrogation au sujet de sa venue ou de son départ ? Vous ne comprenez donc pas ? Dans le cas du Gourou, le problème n'est jamais soulevé. Parce que, là, le corps n'existe pas.

Il y a maintenant un autre point à considérer, à savoir, que même lorsque le Gourou s'en va, et que vous ne Le voyez plus dans Son corps physique, Il continue, tout le temps, à chaque instant et aussi longtemps que vous n'avez pas atteint votre but, à vous guider, à vous aider à vous accrocher à cette voie qui est la vôtre. Quelle est la signification de Sa générosité ? Où ira-t-Il ? Concernant Son départ, il n'y a pas de question. Il se révélera Lui-même.

140

Où est le Gourou, en présence de votre « Moi-ité » ? Là où cesse la dualité de « mien et tien ». Peut-être dans le Gourou ou dans *Ishta* – le Gourou est

dans l'*Ishta* et l'*Ishta* est dans le Gourou. L'*Ishta* est aussi dans le mantra – Il est dans toutes choses, dans la même mesure.

141

Quand le Gourou est accepté comme il se doit, alors le Gourou ne peut plus être désavoué. Le Gourou est toujours présent avec le disciple. Dieu est en fait le Gourou de l'être humain. Il devrait toujours Lui faire confiance. *Kriya* (exercice spécifique de *sadhana*), pratique du yoga etc... ne sont pas possibles sans la présence du Gourou. Alors que sont possibles le *japa* et la méditation en Son absence. Pour la tranquillité de votre esprit, essayez de méditer dans une bonne posture *âsana*. Il faut vous efforcer de garder l'esprit fixé sur le but spirituel suprême. Il n'y a que de cette façon que l'on peut espérer l'ouverture de la voie vers la paix.

142

Tout comme il est impossible d'étudier à l'université sans l'enseignement d'un professeur, il est impossible de posséder la *Brahmavidyâ* (la connaissance de Brahman, l'ultime réalité) sans Gourou. C'est là en fait, le problème pour l'élévation spirituelle, le salut et tout le reste.

143

Le Gourou a des formes sans nombre, des manifestations sans nombre et des non-manifestations sans nombre. Il est en effet dans la forme du Gourou, de l'*Ishta* et du mantra. Dans le contexte de l'esprit, de l'âme, il n'y a qu'un seul *Atman* omniprésent. Il (le Divin) est avec Lui-même en Lui-même. Pour la révélation de Son *swarup* (existence véritable, essence) il existe différentes voies, différentes manières dans ce monde-ci. Là encore il se retient. Mais il ne s'agit pas de retenir ou de ne pas retenir. Ce que l'on recherche c'est Sa révélation.

144

Il est vrai que si un Gourou n'est pas suffisamment compétent, cela peut porter de sérieux préjudices.

145

Beaucoup se repentent d'« une initiation faite avec un *satgourou* (précepteur) sans que hélas, rien ne se soit passé ». Il faut beaucoup de temps pour faire disparaître une tache noire d'un vêtement. Est-il possible d'éliminer la tache profonde de la *chitta* (la conscience la plus intime) en l'espace de quatre ou cinq jours ? Si l'on a une foi solide, une grande dévotion pour son Gourou ainsi que du respect pour ses conseils, et que

l'on est dans l'*upasana* (pratique spirituelle) en pleine conscience, le résultat apparaîtra sans aucun doute.

146

Le Gourou Lui-même est dans le mantra d'initiation. Vous pouvez être témoin du départ de son corps physique, mais le Gourou, en fait, ne s'en va jamais. Il y a tellement de larmes sincères qui coulent pour Lui – le Gourou – alors pourquoi y aurait-il des obstacles qui entraveraient le cheminement sur la juste voie, avec l'aide de Ses conseils et de Son enseignement ? En vérité, le Gourou est un.

147

Le chemin qui mène à la réalisation du Soi passe par les directives du Gourou. Là où les actions liées à l'éveil de la Kundalini (une *shakti* précise qui se trouve enveloppée dans trois plis et demi au niveau du chakra inférieur – *Muladhara*) sont nécessaires pour la réalisation de Dieu. Il est impossible qu'Il ne réponde pas. Est-il possible que Dieu ne se manifeste pas Lui-même, alors qu'on Le cherche véritablement ?

148

Lorsqu'on recherche le Gourou intérieur, on peut prendre, en attendant de le trouver, un précepteur, un enseignant. Il convient de suivre le chemin et de centrer sa dévotion vers un unique point. Toute situation liée à Dieu doit être acceptée. Celui qui cherche Dieu sans autre but trouve son chemin. Il Se révèle Lui-même.

149

Le plus grand des services qu'on puisse rendre au Gourou, c'est de suivre sans aucune hésitation ses directives, en partant de là où vous êtes. Il arrive que le Gourou Lui-même prépare la voie afin que Ses instructions soient suivies. Ainsi, il peut arriver que grâce à vos efforts, la capacité, le pouvoir de réaliser Ses instructions, se manifestent. Une totale dévotion doit accompagner l'accomplissement des instructions.

150

Le lien Gourou-disciple devient perpétuel lorsque la relation est authentique. Dans le cas d'un Gourou puissant, quand une défaillance survient, il est très probable que *Gurushakti* (le pouvoir du Gourou) ramènera par son attraction le disciple vers la foi.

151

Celui qui respecte véritablement le Gourou ne peut se nourrir de la haine à l'endroit de quiconque. S'il avait de la haine pour quelqu'un, cela équivaldrait à avoir de la haine pour son propre Gourou. Le Gourou pénètre en tout, Il est en chacun. Avoir foi en cela est nécessaire.

152

Quelles que soient les instructions que le Gourou donne à son disciple, elles doivent être suivies sans contestation. Continuez à lire des textes spirituels et prenez part à des *satsang* (rencontres de personnes spirituelles et discussions sur ces thèmes). Pour la révélation de Dieu, la vérité, demeurez assis, immobiles, l'esprit vide. Celui qui s'absorbe dans le yoga le fait pour CETTE révélation uniquement.

153

Dans les cas où on se demande si l'initiation est nécessaire ou non, Mâ dit : « L'initiation a lieu lorsque c'est nécessaire, au moment voulu. Restez dans la contemplation de Dieu. Il fera ce qui doit être fait, au moment opportun, croyez-moi.

154

Même sur ce chemin épineux, le Gourou vous tire sans arrêt vers Lui, en vous tenant par la main – rappelez-vous cette vérité. Il est très possible que quelqu'un considère une simple lueur comme la lumière. Mais Il est dans toutes les formes. Essayez de rester fermement immobile, à chaque instant et selon vos capacités, le regard dans la direction du point où a lieu la révélation libre de tout obstacle.

155

C'est Lui qui est sous forme de recherche du Gourou, ainsi que sous forme de l'atteinte de la réalisation, mais il est indispensable d'éprouver un désir vrai et profond. Ayez-Le toujours en vous afin de mieux Le connaître.

156

Pour que le parcours du voyageur vers l'illumination connaisse un déroulement heureux, il faut impérativement respecter les instructions du Gourou. Mais en l'absence des instructions du Gourou, appelle-Le (le Divin) comme votre coeur vous incite à le faire. Et continuez à vous impliquer dans la prière et la méditation.

157

Essaie de poursuivre, sans discontinuer, le *japa* et la méditation du mantra de l'initiation. Une fois qu'Il a pris ta main Il ne t'abandonne plus. Rends un culte constant à Ses pieds. (Chacun de nous est) Son enfant, et s'il y a désir véritable et profond Il ne refusera jamais.

158

Efforce-toi de devenir un disciple. Ce n'est qu'ainsi que tu trouveras un Gourou. Le chemin de la grâce s'ouvrira et tu découvriras le courant de la compassion.

Il y a toujours une chance d'obtenir ce qu'on cherche quand on le désire vraiment. Au moins, deviens déjà chercheur par la prière.

159

Lorsqu'on vit l'expérience du *Gurukripa* (la grâce du Gourou), que peut-on vouloir de plus. De fait, la grâce du Gourou exauce les désirs du vrai chercheur. Il faut observer exactement les instructions du Gourou.

160

Il faut à tout prix obtenir la grâce du Gourou. Tant que l'homme ne trouve pas son Gourou, il est de son devoir de L'appeler et de tout faire pour l'atteindre, en ayant à l'esprit qu'Il a toutes les formes, qu'Il a tous les noms, qu'Il a tous les *bhavas* (états intérieurs).

161

Lorsqu'il y a un véritable disciple, l'apparence du *Satguru* (précepteur) est évidente. Lorsqu'on a besoin du Gourou, Il a une apparence naturelle. Tant que tu n'as pas connu l'étreinte du Gourou, il est de ton devoir de lire des textes spirituels, de faire le *japa*, de méditer et de faire le *kirtan* du nom de Dieu. Pour atteindre l'état de fidèle (d'un maître donné), il faut être engagé dans l'action juste et droite.

162

Qu'a-t-il à craindre celui qui entreprend le voyage vers le but suprême ? Car Lui pénètre tout, imprègne tout sur le parcours de celui qui effectue le voyage, et Lui est tenu de se révéler Lui-même (quand il y a désir profond). S'Il vient sous la forme du désir, Il se révèle aussi sous la forme de l'accomplissement. Tout ce qui vient de l'intérieur est bon. Abandonnez-vous au Gourou, sur tous les plans, et considérez-vous, vous-même, comme un témoin. Rappelez-vous que le Gourou est près de vous.

163

Lorsque le Gourou explique clairement à quelqu'un ce qu'est l'idéal, et le désigne comme un but, des actions appropriées sont prescrites (au disciple) pour qu'il n'ait en vue que cet objectif-là. Lorsque le disciple progresse vers le but avec une dévotion constante et absolue, n'est-ce pas là qu'ils sont, cet idéal et ce but ? Avancer vers l'accomplissement en gardant son attention fixée sur les instructions du Gourou, c'est là ce qu'on appelle *Nishta* (dévotion).

164

Il est à noter que les bons conseils, une partie des commandements mis sur papier dans les Ecritures sacrées et les expériences (de la lignée du Gourou) ont été publiés sous forme de livres pour démêler les noeuds (de l'ignorance fondamentale). Cela est désigné sous le nom de *Guru-granthi*, littéralement 'le livre du Gourou' et aussi l'Esprit sacré principal de la religion sikh. Là, le Gourou se manifeste sous forme de livre.

165

Le mantra est cet *akshara* (lettre/lettres de l'alphabet, ou syllabe) par lequel l'esprit se libère. L'*akshara* est imprégné de conscience. (C'est) *Shabda-Brahman* (le son en tant que réalité suprême), *Nom-Brahman* (nom en tant que réalité suprême). Il faut garder à l'esprit qu'Il est accessible sous forme du Nom. Gardez en vous la conviction que la graine qui a été semée en moi poussera assurément sous la forme d'un arbre. Ainsi, tout comme la graine ensemencée doit être arrosée et entretenue, le mantra lui aussi, telle une graine, doit être arrosé et entretenu au moyen des *satsang* qui mèneront à sa germination. Vous récolterez ce que vous avez semé.



10 - J A P A, D H Y A N

166

Il faut pratiquer la méditation car elle conduit à la compréhension divine.

167

Par la récitation de *Gâyatrî*, les offrandes, les oblations dans le *Yajna*, les *japa*, la méditation et autres actions appropriées, vous vous débarrasserez de toutes les impuretés de vos naissances antérieures, de votre vie actuelle et de tous les karmas que vous avez accumulés. Le but qu'on doit poursuivre, c'est d'ouvrir le voile et de permettre la manifestation de la lumière qui brille en vous vigoureusement.

168

Etre sans aucune pensée, voilà la méditation suprême.

169

Il est nécessaire de prendre, de façon régulière, deux à trois repas par jours. De même, il faut faire le *trisanthya* – observance obligatoire des rites et rituels d'un initié, à l'aube, à midi et au crépuscule – vêtu d'un vêtement propre, grand respect pour le sacré en tenant quand même compte des conditions où on se trouve, dans une posture donnée, en un lieu donné et avec dévotion. Ce sont là les règles scripturaires. Grâce à cela, la pureté intérieure, toujours présente, s'éveille. De la sorte, après ce réveil, il n'est plus question de pureté ou d'impureté.

170

Il est une règle qui veut que seul le *japa* « compté » soit offert à Dieu. Le souvenir constant du *moûl-bîjâ* – la semence du mantra de l'initiation – et le *japa* durant l'action, sont ce qu'il y a de mieux. Dans ce cas, le *japa* n'a plus besoin d'être offert (en étant compté par exemple) Avec cette nouvelle règle on peut pratiquer le *japa* à n'importe quel moment, même après la nuit, avec la bouche impure, et le vêtement impur du sommeil. Ainsi, on peut réciter de nombreux *japa*. Dieu est au-dedans de nous et il est bon de pouvoir L'appeler de notre « dedans ».

171

Mâ est près de vous, dans chacune de vos actions tout comme dans le *kirtan*. Restez assis, immobile, dans une posture et une attitude sereines, et pensez que Mâ est avec vous, dans le vide. Vous trouverez du bonheur en cela. Allongés aussi, immobiles, méditez. Dites-vous : « Mâ est avec moi, toujours ! »

172

Invoquez Celui que vous connaissez comme étant votre *Ishta* (la forme bien-aimée de Dieu). Faites le *japa* mental, pensez à Lui et méditez sur *l'Ishta*, consirérez-Le, de Ses pieds à la pointe de Ses cheveux. Si vous voulez faire d'avantage de *japa*, concentrez votre attention sur le son du

mantra. C'est Dieu sous forme *d'Akshara* (syllabe, en particulier le Om, *akshara* signifiant étymologiquement 'indestructible') et Dieu sous forme du son – *Shabda* – également.

173

Rappelez-vous une chose : il ne faut pas négliger les pratiques spirituelles qui Lui sont dédiées, car elles portent à l'expérience de Lui. Il est atteignable au travers des *japas* et de la méditation. Cette habitude, cette manière, que vous avez de pratiquer le *japa* et la méditation, pratiquez-les, sans discontinuer. Ne pensez pas qu'Il pourrait ne pas répondre à votre appel. Cela n'arrivera jamais. Mais il faut le temps. Si vous pratiquez intensément, cela favorisera Sa révélation.

174

Méditez sur *Chidanda* (la réalité suprême qui est béatitude et conscience) car Il est sous forme du Soi lui-même.

175

Efforcez-vous d'épancher votre mental et votre esprit dans le *japa* et la méditation. Faites-le au mieux de vos possibilités. Et faites en sorte de rester aussi longtemps que possible dans un environnement divin et dans cet engagement spirituel qui est le vôtre. Le voyageur qui accomplit le parcours vers le grand but spirituel doit accélérer le pas. Qu'il en ait envie ou non, il doit poursuivre le *japa*, la méditation et l'invocation.

176

Il faut que la posture (*âsana*) soit ferme, que l'esprit soit concentré et que le *japa* serve de soutien. Lorsque ces conditions sont réunies, alors on peut espérer avoir un avant-goût de Cela.



11 - CONNAISSANCE, IGNORANCE ORIGINELLE,

MAYA, ILLUSION

177

Dieu a recouvert le *jiva*(individual soul)) du voile de l'ignorance originelle. Il a toutefois laissé une porte ouverte sur la connaissance. Le *jiva* peut arriver à la libération en passant cette porte. Mais il ne faut pas oublier que pour atteindre l'objectif suprême, pour atteindre Dieu, il faut transcender aussi bien la connaissance que la limitation originelle de l'ignorance. Aussi longtemps que la connaissance et l'ignorance sont présentes, la perception de la différenciation est présente elle aussi, auquel cas Brahman ne peut être atteint. Cet état suprême peut être atteint lorsque disparaît toute idée de différenciation. Et l'on est alors fixé dans sa nature innée.

178

Dans la mesure où l'on est soi-même immergé dans *Mâyâ*, il est difficile de se représenter d'où elle provient. Cherchez à Le connaître. Connaître son Soi, c'est Le connaître. La résolution de tous les problèmes se trouve dans la réalisation du Soi. Tant qu'il y a *Mâyâ* (qui nous enveloppe) il est difficile de connaître *Mâyâ* (objectivement, de l'extérieur).

179

Depuis que Dieu est là, *Mâyâ* l'est aussi. Et Dieu a toujours été là. C'est pour cela que *Mâyâ* aussi est sans commencement. Il faudrait essayer de réaliser le Soi, ou bien sous forme de serviteur de Dieu, ou bien sous forme d'*Atma*.

180

L'un est connu comme *Mahâmâyâ* (*l'aspect féminin de la Réalité ultime*) et l'autre est l'illusion des sens – l'expérience des objets des sens. Vous êtes un voyageur en route vers l'immortalité et vous rencontrerez nombre de difficultés si vous ne progressez pas dans Sa direction. Ne restez pas empêtrés dans les *vibhûti* (pouvoirs surnaturels). Ce n'est qu'un simple état. Le but ultime et suprême ne peut pas être atteint à travers les *vibhûti*. Le pouvoir acquis ne doit pas être consommé inutilement. Cherchez la révélation du Soi, sinon vous devrez faire face à mille difficultés et vous chuterez de cet état que vous avez atteint.



12 - *DARSHAN*

181

« Est-ce que vous avez vu Dieu ? » A cette question, Mâ répond : « Bien sûr, je l'ai vu ! On Le voit tout le temps. Regardez, qui voit qui ? Car Il est toute chose. Il n'y a rien d'autre que Dieu.

182

Qu'entend-t-on par réalisation du Soi, ou réalisation directe ? Il y a celui qui voit, il y a ce qui est vu et l'acte de vision. Le voyant, le vu et la vision (*triputi*) : ces trois éléments sont réunis en un. Il n'y a existence dans le Soi et réalisation du Soi que lorsqu'il n'est plus question d'action (*kriya*) ou de non-action (*akriya*) et si l'on considère la chose en termes de forme, alors Il est omniprésent. N'est-ce pas là ce que dit le proverbe ? « Où que les yeux se posent, Krishna se manifeste » ? Quoi que vous voyiez, hormis *Krishna*, sachez qu'il ne s'agit pas du vrai *darshan*. En effet ce n'est que dans le *darshan* du Tout qu'il y a révélation de l'*Ishta*.

183

La réalisation du Soi aura-t-elle lieu ? Elle est là, présente, il ne reste plus qu'à détruire le voile. Quel est le sens de la destruction ? Tout ce qui doit être détruit, finit par être détruit. Que reste-t-il après que le voile a été détruit dans Sa lumière qui est toujours présente ? C'est la révélation du Soi dans le Soi.

184

Même quand le bonheur est présent, la souffrance est là, dans les coulisses. L'expérience de la Réalité suprême est un état au-delà du bonheur et de la souffrance. Lorsque vous regardez une cruche de terre d'une certaine distance et qu'elle vous apparaît humide, vous en déduisez qu'elle est pleine d'eau, car habituellement, une cruche remplie d'eau est humide. De même, dans la gestuelle et les attitudes d'une personne réalisée, un certain état de bonheur transparait. En fait il ne s'agit pas de bonheur. Le langage

commun est impropre à décrire cet état. La vision véritable vient quand, après avoir vu Cela, tout désir de voir (autre chose) disparaît. L'audition véritable vient quand, après avoir entendu Cela, tout désir d'entendre disparaît. La vision véritable à tout jamais. En vérité, le vrai *darshan* (en étant le témoin de la Réalité suprême), est celui après lequel la question d'être témoin, d'en avoir la preuve ou non, ne se pose plus.



13 - *BONHEUR, SOUFFRANCE*

185

Tout ce que notre esprit accepte, hormis Dieu, est synonyme de souffrance.

186

Le bonheur et le malheur sont dans l'agrément ou le non-agrément de quelque chose. Si vous désirez aller au-delà de cet agrément et de ce non-agrément, acceptez-Le. Si vous désirez aller outre, alors invoquez-Le.

187

Qui est souffrant ? Qu'est-ce qui est souffrant ? Qui cause la souffrance à qui ? Où est la souffrance ? C'est le Soi avec le Soi. Si les dents d'une personne mordent sa propre langue, qui ressent la douleur ? Ce sont les propres organes de cette personne qui la ressentent, son corps – le Soi en Soi.

188

Nous assumons notre corps pour connaître l'expérience des plaisirs et des douleurs de ce monde. Pour aller au-delà de ce bonheur et de cette souffrance, il faut aller chercher refuge en Lui.

189

Il est Celui qui élimine toutes les souffrances. Faites appel à Lui, tout le temps. Gardez-Le dans vos méditations, priez-Le. Offrez-Lui votre obéissance et ouvrez-Lui totalement votre coeur. Tout en Lui est bénédiction, paix et béatitude. Il est Le Coeur des coeurs. Il est l'*Atma* (l'Âme Suprême).

190

Quoi que Dieu fasse, Il le fait pour le bien. De même que le médecin pratique une incision dans le furoncle et en extrait la substance purulente pour soigner le mal, Dieu, Lui, vous donne la souffrance, vous lave et vous sèche puis vous prend dans Son étreinte. Dieu corrige toutes les fautes et dit : « Donne-moi toutes tes impuretés et reçois l'immortalité en retour ». Il envoie la souffrance et la détresse à Ses adorateurs pour faire grandir leur ardeur et accroître leur aspiration. Dieu accepte leur dévotion lorsqu'elle passe par les larmes et la souffrance.

191

La souffrance ne disparaît que lorsque Dieu est réalisé. Il n'y a aucune autre façon de Le réaliser qu'en pratiquant le *japa* de Son nom, en méditant sur Son nom, en le vénérant et chantant Sa gloire (*Naam Kirtan*). La compagnie de personnes élevées spirituellement (*satsang*), la lecture de livres spirituels sont une aide sur cette voie. Très souvent ce corps dit une chose : « *vishay* (la vie par les sens) *mane* (signifie) *vish* (poison) *hoi* (devient) ». Le plaisir que procurent les sens conduit lentement vers la mort – « poison lent ». C'est pour cela que vous devez passer autant de temps que possible avec Lui.

192

Pour trouver une protection contre ces trois sources d'oppression (afflictions) il faut avoir recours à l'aide d'un autre type de d'oppression (*taap*). C'est par l'oppression qu'on peut combattre l'oppression. C'est ce qu'on appelle *tapasya* ('austérité', littéralement 'chaleur', dessèchement). C'est avec *tapasya* qu'on peut vaincre l'oppression. Tout comme on ressent la souffrance en affrontant l'oppression de ce monde, on peut connaître la même souffrance au début, lorsqu'on prend le nom de Dieu. Mais ce n'est qu'en passant par cette souffrance qu'on se libère de l'oppression. C'est pour cela que l'effort est indispensable, la pratique est indispensable et l'action est indispensable. Les oiseaux par exemple, ou les animaux en général, n'ont aucun intérêt à se débarrasser de la souffrance de cette façon, pour la réalisation de Dieu à tout jamais plein de grâce et de félicité. Cela n'est valable que pour les hommes.



14- **DHARMA**

193

L'action qui aide à la réalisation de ce que chacun aspire à atteindre, c'est le *dharma* (loi, vertu). C'est pourquoi il s'agit de l'action juste, alors que le reste qui apporte l'agitation et la souffrance, correspond à une action induite par le manque-désir, il s'agit de l'*adharma* (ce qui n'est pas juste).

194

La voie pour la réalisation du Soi, qui ne peut être délaissée, c'est le *dharma*. Chaque individu peut avoir une voie différente pour réaliser l'illumination du Soi. Continuez à avancer à partir de là où vous êtes. En vérité, Lui seul existe. Il tient tout en main et il ne lâche jamais. Je le répète, l'action qui conduit à la révélation de Dieu, c'est le *dharma*. Dans ce sens, l'inaction (la paresse), c'est l'*adharma*. En vérité le *dharma* est un.

195

Chacun doit accorder la plus grande attention au *dharma*. En effet le *dharma* est l'énergie du souffle de vie. Il est le Soi et il adhère fermement à l'éternelle Vérité. Ce que le Soi représente, ce qu'il est, doit être connu. Combien de temps devra-t-on rester à l'écart, tel un voyageur qui traîne dans une auberge sur la bord de la route, au risque de s'égarer ensuite sur des sentiers dangereux ? Il faut parcourir son propre chemin et entreprendre son propre voyage en écartant les simples plaisirs éphémères (*preyas*) pour choisir ce qui est réellement bon à long terme (*shreyas*).

196

Dieu est dans toutes les formes. Il ne faut prêter attention qu'à son cœur et à son âme. Tout le monde devrait savoir qu'il est interdit, dans le *Sanatana Dharma* hindou, de prononcer quelque mot que ce soit qui puisse engendrer une querelle ou causer de la souffrance. En effet Dieu se manifeste dans toutes les formes, ainsi, se heurter à quelqu'un signifie se heurter à Dieu Lui-même. Chacun de nous a une âme, Seule et Unique. Il est bon de garder autour de soi une atmosphère calme, paisible et amicale.

197

La patience est la branche maîtresse dans le domaine du *karma* (action) et du *dharma* (loi juste).

198

Tous les *dharma* ont la même fin. Tous les chemins mènent à la même fin. Nous sommes tous les mêmes.

199

Avec un état d'esprit pur et bien centré, tout est possible.

200

Souvenez-vous que sur le chemin de la droiture et de la vertu, même l'ombre d'un ego inavoué peut recouvrir le but que l'on poursuit.



15- *LE NOM, LE NOMMÉ*

201

Le Nom ne peut être distingué du Nommé, ni le Nommé du Nom. Et Lui-même est comme le Nom. L'*akshara* (lettre de l'alphabet) est en effet la forme de Dieu. L'arbre germe et pousse après qu'on en a planté les graines, tout comme le Nom acquiert de la puissance au fil des répétitions. La répétition progressive et soutenue du Nom de l'élui, révélera que tous les noms sont Ses noms et que toutes les formes sont Ses formes. De même qu'il sera révélé qu'Il est sans nom et sans forme.

202

Prenez Son Nom, Son Nom seulement. Je sais que tout est possible si l'on prend Son Nom. Consacrez-Lui autant de temps que vous pouvez. Si vous

n'avez pas la possibilité de passer de longs moments à psalmodier Son Nom, parlez de Lui, chantez Son Nom ou lisez des livres de spiritualité. Efforcez-vous de garder votre esprit tourné vers Lui, de toutes les façons possibles.

203

La répétition progressive du nom purifie l'esprit (*chitta*). L'état mental étant purifié, il y a éveil de la dévotion et de la vénération et le coeur connaît alors des états d'exaltation qui ne tardent pas à agir.

204

Sans cesse chantez le Nom de *Thakur* (Dieu). Chantez Son Nom et de ce chant jailliront et s'épanouiront la dévotion, la libération et la paix. Gardez et portez ce Nom d'une foi ferme et solide, avec dévotion, avec vénération et oubliez votre orgueil. Vous verrez que toutes les tâches que vous entreprendrez s'accompliront d'elles-mêmes. C'est ce qui s'est passé durant le déroulement de la *sâdhanâ* de ce corps-ci, je le dis avec fermeté. Ne gardez pas quelque chose de côté pour vous avec l'intention de tester Dieu. Si vous le faites, il n'y aura aucune probabilité que quoi que ce soit se produise quant à sa révélation. Abandonnez-Lui tout ce qui vous appartient. En effet, c'est Lui qui soutient et a toujours soutenu votre fardeau, ainsi que le fardeau de l'univers. Rappelez-vous cela.

205

Faites en sorte d'être constamment absorbé par le Nom et d'être immergé en Lui. Souvenez-vous qu'on prend le Nom de Dieu, par amour pour Dieu.

206

Le Nom de Dieu efface les *karma* aussi bien que les péchés et les désirs accumulés au cours de plusieurs *yuga* (cycles de la création). De même qu'une lampe qu'on allume illumine une pièce restée dans l'obscurité durant des milliers d'années, le Nom de Dieu dissipe les ténèbres d'une multitude de naissances.

207

Lorsqu'une tâche, quelle qu'elle soit, est accomplie comme il se doit, les résultats qu'on en attend ne manquent pas d'apparaître. Il est tout à fait possible que l'on soit plongé dans l'océan de la divine beauté par le seul fait d'avoir l'esprit absorbé par le Nom. Par suite de la non-différenciation entre le Nom et le Nommé, l'attitude en ce qui concerne le monde extérieur, disparaît pour le moment et le pouvoir « auto-illuminant » du Nom, se manifeste de lui-même.

208

Les jeunes enfants n'aiment pas beaucoup étudier : ils préfèrent les jeux aux études. Pour les obliger à étudier, il faut user d'une certaine contrainte, de même qu'on doit user d'une certaine rigueur à notre propre égard lorsqu'on entreprend de chanter le nom. Un minimum de pratique est nécessaire. Comme vous le savez, pour effacer une tache d'un objet, il faut bien sûr frotter cette tache. Et celle-ci ne peut être éliminée si on ne la frotte qu'une seule fois. De même, pour allumer une allumette il est nécessaire de la frotter contre une surface rugueuse et on ne sait pas à quel moment elle s'enflammera. Il en va de même lorsqu'on chante le Nom. La réalisation survient grâce à la pratique. Engagez-vous à fond dans le yoga de la pratique.

209

Une foi solide est indispensable. Et c'est là qu'est le grand manque. L'action ne met pas fin aux désirs. Interminables, les désirs apparaissent les uns après les autres. Mais tous les désirs, quels qu'ils soient, disparaissent, lorsqu'on se donne entièrement au désir de Dieu. Si l'on arrose, jour après jour, les racines d'un arbre sans même se préoccuper de soigner ni les branches ni les feuilles, toutes les vieilles feuilles de l'arbre tomberont malgré tout et de nouvelles feuilles apparaîtront. De la même façon, si une personne se dédie entièrement et uniquement au chant du Nom, elle sera libérée des *sanskar* (impressions du karma) passés et naîtra à une nouvelle vie.



16 - *REVELATION*

210

Aussi longtemps qu'Il ne se révèle pas dans tous Ses aspects, avec une forme ou dans l'absence de forme, il est indispensable d'orienter la dévotion dans une seule et unique direction. Pour réaliser qu'il n'y a que la

seule existence de l'*Ishta*, il est souhaitable de demeurer et de persister dans la dévotion dont l'objet est un et unique. Il est en chacun de nous, oeuvrez et consacrez-vous entièrement à Son service.

211

Lorsqu'un ardent désir prend naissance dans votre coeur, il y a révélation.

212

L'esprit doit rester dans une atmosphère divine tout au long des heures du jour et de la nuit. C'est la seule façon d'avoir quelque espoir de Sa révélation. Il peut Se révéler à n'importe quel moment. Il est donc important de demeurer vigilant, à tout moment.

213

Avec en vue la révélation du Dieu qui est en nous, l'être humain doit se muer en habitant de la grotte intérieure de son propre coeur.

214

Sa nature innée et Son état réel d'existence ne peuvent être exprimés. Parce que lorsqu'on parle de *swabhâva* (la nature innée), *abhâva* (l'absence) entre automatiquement en jeu. Quand on Le fait descendre dans le domaine du langage, il y a Sa révélation, mais seulement en partie. On le définit néanmoins comme étant *Sat-chit-ânanda* juste pour pouvoir en dire quelque chose. Il existe, c'est pourquoi Il est *Sat*. Il est la forme de la Connaissance, c'est pourquoi Il est *Chit*. La connaissance de cette existence est la Béatitude. La Béatitude est là, dans la connaissance de la Vérité, c'est pour cela qu'Il est *Sat-chit-ânanda*. Mais en fait Il est au-dessus de la béatitude et de la non-béatitude.

215

Dieu se révèle Lui-même sous forme dans laquelle on aime Le voir. Il donne ce qui doit être donné. Chacun devrait considérer sa propre personne comme un instrument entre Ses mains. On doit entreprendre des activités qui soient le reflet d'une vie ascétique.

216

De même qu'en offrant la cosse d'une plante on remarque les graines, et de même que l'arbre est dans la graine, Lui aussi est en vous. Si vous vous ouvrez grâce à une pratique spirituelle soutenue, c'est qu'il est possible de faire l'expérience de sa révélation quand le voile de l'ignorance est déchiré. De la même manière que l'arbre tout entier est contenu dans la semence, il est en vous dans toute Sa complétude.

217

C'est parce que Lui seul existe qu'Il demande Lui-même Sa révélation. Lui qui est sous forme de la mobilité en même temps que dans celle de l'immobilité, est aussi sous forme de l'*akshara* qui ne s'épuise jamais. Lui seul est à la surface du langage, en même temps que dans sa profondeur. Dans la mobilité, Il est le mouvement naturel. Il se meut en dépit de Sa constante immobilité.

218

Où est donc votre vie sans Dieu ? Cet éclair de compréhension, cette prise de conscience spontanée, se révèlent d'une manière ou d'une autre, sous une forme ou une autre.

219

Toutes les manifestations sont des *vibhuti* de Dieu (des révélations de qualité divine). Lui-même se révèle sous forme du *vibhuti*. Si le Soi est non-dual, là encore, qui existe sous forme de dualité ? C'est Lui-même. Personne ne peut se maintenir sur le chemin de la spiritualité, sans une certaine expérience.

220

Le pouvoir du *Mahayoga* (le yoga suprême) est inné en toutes choses et perdure jusqu'à ce qu'il y ait *Mahaprakash* (la grande révélation) et *Mahadarshan* (la grande vision) constantes et sans obstacles.

221

Comment l'ego peut-il rester là où il y a le Soi ? La renonciation (au monde matériel) et l'attraction (divine) sont simultanées. Lui en Lui est sous forme du changement et de l'immuable. Le Soi est dans le Soi. Avancez vers Sa révélation. Celui qui n'avance pas se détruit lui-même. Essayez de lever le voile qui masque la pensée divine.

222

La révélation du Soi requiert de délaisser l'intellect.



17 - *PRIÈRE, CULTE*

223

La prière est une partie indispensable de la *sâdhanâ*. Le pouvoir de la prière est infaillible. Elle contient l'énergie vitale de l'être sensible et le monde aussi. Dites-Lui tout ce qui vous vient à l'esprit et priez, avec ferveur et en toute simplicité, pour Sa protection.

224

Cette Superpuissance elle-même est partout, dans tous les pots (le pot, *ghata*, est une comparaison classique pour le corps humain, l'eau du Gange qui y est contenue représente alors le Soi) dans toutes les images et dans tous les temples. C'est Lui, et Lui seul, que vous devez appeler. Le siège de la force souveraine de *Mahâmâyâ* (la suprême déesse de la création) réagit aux pleurs de Ses enfants. Elle peut frapper très dur au coeur, mais elle peut aussi consoler dans une chaude étreinte.

225

Souvenez-vous toujours de Lui, de Celui qui est à l'origine de la création, de la vie et de la fin des choses. Adressez vos prières, vos offrandes à Dieu, autant qu'il vous est possible de le faire. Manifestez-Lui la soumission de votre coeur et de votre âme.

226

Cherchez Sa présence, efforcez-vous de vous élever jusqu'à Lui. Invoquez-Le. Faites-Lui connaître vos souffrances, adressez-Lui vos prières, offrez-Lui votre soumission. Ouvrez-Lui entièrement votre coeur. Il est la complétude, Il peut tout exaucer, tout réaliser. Il est Celui qui soulage toutes les peines. Déposez et gardez votre esprit à Ses pieds. Méditez sur Son Nom. Adressez-vous à Lui par la prière. A Lui seulement. Faites-Lui don de votre obéissance et déversez tout votre coeur en Lui. Il est la paix, la bonté, la béatitude. Il n'est rien qu'Il ne soit pas. Il est le coeur du coeur – Il est le Soi.

227

Il ne peut arriver en aucun cas que votre appel à Dieu rester sans résultats. Il reçoit tous Ses enfants après les avoir lavés et séchés (c'est pour cela qu'il peut tarder à répondre à nos aspirations). Appelez-Le. De toutes vos forces. Avec votre âme et votre coeur. Mettez à contribution toutes vos énergies pour rester auprès de Lui. A Ses pieds, engagez tout votre être. Lui, Lui-même, commande les actions et fait en sorte que le voyageur

spirituel atteigne l'état au-delà de l'action. Voilà pourquoi il vous faut penser dans la juste direction : celle qui vous aidera à vider votre âme et votre esprit. Gardez ces pensées, les justes pensées, et commencez à vider votre âme et votre coeur. Le temps s'en va.

228

De même que l'enfant continue à importuner sa mère en dépit de la gifle qu'il a reçue et ne renonce pas pour autant à lui poser la même question, de fervents fidèles de Dieu peuvent avoir le même genre d'attitude. Continuez à prier, encore et toujours. Le moment venu, vos prières porteront leurs fruits.

229

L'ego finit par s'étioler par la pratique du *pranâm* (prosternation, obéissance, soumission)

230

L'intensité de la soumission ainsi que la ferveur constante et résolue d'une dévotion qui va au-delà de l'ego, confèrent une énergie et une béatitude en rapport avec cette intensité et cette ferveur. Si vous ne pouvez rien faire d'autre, offrez votre obéissance, chaque matin et chaque soir, en vous soumettant corps et âme et le coeur repentant. Comme si vous retourniez une cruche pour en déverser le contenu, offrez tous les sentiments de votre coeur et de votre esprit à l'Être révééré.

231

Le Soi est contenu dans le Soi. Et Lui est contenu dans Lui-même. Quand on L'appelle de la façon juste, Il se manifeste Lui-même. Une mère comprend quand les pleurs de son enfant sont sincères, elle est alors prête à abandonner toutes ses occupations et à se précipiter vers lui.

232

La ferveur de l'esprit est l'essence même de la *Pûjâ* et de l'adoration. La fontaine du Grand Pouvoir est en dedans de vous. La Cause de la création, de l'existence et de la dissolution est présente dans tous vos efforts.

233

Le voyageur qui avance sur le chemin spirituel rencontre de nombreux obstacles sur son parcours. Dans ces moments-là, priez : « Oh mon Dieu, donne-moi la force de les surmonter afin que je puisse poursuivre ce chemin qui mène à Toi. » Ayez conscience que votre karma diminue avec ces obstacles et ces difficultés que vous affrontez. Pensez-y et conservez

un état d'esprit confiant et heureux. De la sorte, Dieu vous attire vers Lui. Il vous lave et vous sèche. Souvenez-vous de cela.

234

Dieu peut apparaître à certains sous la forme que ceux-ci souhaitent. Vous êtes doté d'un esprit et vous avez l'énergie en vous. Dans le cas où vous n'auriez pas reçu le mantra sous la forme de mots ou de syllabes, faites le *japa*, méditez et contemplez de la manière qui vous convient. Et priez : « Oh, Dieu, apparaît-moi sous la forme que Tu jugeras la plus souhaitable pour moi ! »

235

Dieu imprègne tout, c'est pour cette raison qu'on peut L'atteindre de partout. Appelez de toute la force de votre coeur le Seigneur du coeur. Tous les appels arrivent à Lui.

236

Les deux grands obstacles qui se dressent sur la voie menant au But Suprême sont l'indolence et l'avidité. Un esprit fervent ! Voilà le coeur de la *pouja* et de l'adoration. La consécration à Dieu et la répétition des mantras, ce sont là les deux manières, pour celui qui vit en famille, de pratiquer la *sâdhanâ*. L'observance du voeu de silence est en réalité la grande austérité. Pensez seulement que quoi qu'Il fasse, Il le fait pour le bien.

237

L'objet de la *pûjâ* (le culte) c'est la révélation de l'*Ishta*. Le vénérer en vénérant celui qui, étant adoré, dissipe toute question de dualité ou de non-dualité. Le culte que l'on voue à Dieu est un culte désintéressé.

238

L'homme devrait désirer ardemment Le trouver, à un niveau où la question ne se pose plus de la forme, de l'absence de forme, de l'au-delà de la forme, de l'au-delà de la qualification, et de la transcendance de l'au-delà.

239

A un moment donné, tous les jours, priez : « Oh mon Dieu, révèle-Toi en moi. Je T'en prie, accepte-moi près de Toi et montre-moi la voie. »



18 - *AMI*

240

Qui est votre ami ? Celui qui tourne votre esprit vers l'*Ishta* est l'ami ultime. Celui qui vous détourne de la voie qui conduit à l'*Ishta* vous met sur celle qui mène à la mort. Celui-là est votre ennemi, pas votre ami. Efforcez-vous de vous corriger et de devenir quelqu'un qui ne se tue pas lui-même.

241

Il n'y a qu'un ami pour le voyageur en route vers le but suprême, c'est Dieu. Les actions propices à ce voyage sont un véritable trésor, gardez cela en mémoire. Si vous n'avez pas un but clair et précis, votre parcours sera parsemé d'embûches.



19 - *DESIR, ATTENTES*

242

Le désir est cause de souffrance. Seul le désir d'arriver à Lui est cause de félicité. Dieu vous prend tous sur ses genoux, après vous avoir lavés et séchés. En êtes-vous conscients ? Votre souffrance présente est votre bonheur de demain. Souvenez-vous toujours de Lui.

243

L'anéantissement du désir c'est l'anéantissement total de la souffrance. Où est la destruction totale ? Le désir est toujours en attente, prêt à se manifester. Ce qui est tout à fait naturel puisqu'il est inscrit dans la nature innée de l'être humain. Dépendre de Dieu, voilà la plus belle source de bonheur. C'est le havre le plus sûr où se réfugier. Quoi qu'Il fasse, à quelque moment qu'Il le fasse, c'est toujours pour le bien. Garder cela en mémoire ne peut que vous apporter la paix.

244

Pourquoi désirez-vous être un enfant de ce monde ? Soyez comme un enfant chez qui aucune transformation ne peut plus advenir. La cause de la transformation dès la plus tendre enfance n'est autre que le désir.

245

Rappelez-vous : le désir et l'accomplissement sont au même niveau.

246

Il ne faudrait rien désirer pour soi-même si ce n'est CELA. Soyez heureux avec Sa volonté, quelle qu'elle soit.

247

Faites vôtre cette vérité selon laquelle même dans les ennuis, dans l'adversité ou dans la souffrance, autant de situations résultant du désir, Sa main miséricordieuse est là. Il est parfaitement vain de s'agiter. Aucun signe ne nous est encore parvenu de la part de Dieu nous indiquant que l'agitation et l'anxiété devraient être de mise pour Lui. Un temps inestimable s'envole en futilités. Il ne faudrait pas tolérer que votre esprit et votre corps soient perturbés par l'agitation constante qu'engendre le désir des choses matérielles.

248

Votre corps subtil connaît le désir et la cupidité, qui vont et viennent, tels le parfum des fleurs. Les naissances et les morts vous appartiennent. Rien ne se produit qui soit comme les naissances et les morts. Après la mort, le corps subtil, avec en lui le désir et la cupidité, reste sans support dans l'air, dans l'espace. La naissance d'un homme est relative à son *karma* (le fruit de ses actions dans les vies précédentes). Le « moi » ou l'« ego » sont empreints de désir, ils vont et ils viennent. L'âme, elle, ne connaît pas ces allées et venues. Nous avons un corps physique, un corps subtil et un corps causal. L'origine de notre corps causal c'est l'*Atma* – le Soi. Tant que celui-ci ne s'est pas révélé le « va-et-vient » se poursuit. L'*Atma* se révèle

de lui-même. Le « va-et-vient » est pour le *jiva* (l'être doté de sens). Pour ce qui est de la révélation du Soi, il faut simplement soulever le rideau.



20 - *DETRESSE*

249

La détresse est le propre de l'homme, seulement de l'homme. Usez de patience et de courage, tout comme un héros. Chaque chose dépend de Sa décision. Gardez cela en mémoire et efforcez-vous de trouver refuge en Lui.

250

Il y a une détresse alarmante et de sombres et lourds nuages de désespoir de tous les côtés. Et il arrive que le mental ne sache plus trop comment maîtriser ses pensées et se laisse aller à la panique. Comment sortir de cette situation ? Dieu est l'unique refuge de l'être désespéré. Ne vous découragez pas. Cette même terre sur laquelle vous vous écroulez, épuisé, vous servira d'appui pour vous relever. Toute chose est en accord avec les lois et les injonctions de Dieu. Chacun de nous est un instrument entre Ses Mains. Chacun de nous Lui appartient – Lui est Lui-même. Imaginez que vous êtes dans les bras de votre mère. Restez ainsi. Et gardez votre corps et votre esprit en belle forme. N'abdiquez pas, ne restez pas les bras ballants, comme paralysé devant tout le fatras de vos problèmes. Chaque chose advient selon Sa volonté. Gardez bien nette dans votre esprit cette pensée. La seule voie n'est autre que Sa contemplation.

251

Il faut savoir faire preuve de patience durant les moments d'adversité. L'inquiétude et le désespoir frappent l'homme uniquement. Seul celui qui est patient et courageux peut vaincre. Le temps ne demeure pas immobile. Et dans ces passages d'infortune, Son aide nous est particulièrement précieuse. Il élimine, il dissipe parfois la détresse en donnant de la détresse. Voilà pourquoi on L'appelle « Celui qui ôte la détresse ».

252

Ne pensez pas à la souffrance en tant que souffrance. C'est une grave erreur de penser ainsi. La souffrance de qui ? Tout ce qu'Il fait, Il le fait uniquement pour le bien. L'homme ne devrait s'effondrer devant aucune circonstance. Ayez toujours cette pensée à l'esprit : « Oh ! *Gurudev*, je sais que Vous faites ce que vous jugez bien pour moi. » Tout cela ne se produit que dans ce monde-ci.



21 - *DEVOTION*

253

Narad a dit que l'affinité suprême avec Dieu est connue comme étant la meilleure dévotion (*bhakti*). L'action qui tend à parvenir jusqu'à Dieu est connue comme étant le *bhajan* (signifiant 'chant', mais aussi de façon plus générale 'pratique spirituelle').

254

Il n'est pas question d'amour de ce monde. Le respect, la dévotion et l'amour à l'endroit de Dieu viennent tout naturellement, avec la divine contemplation.

255

Parvenir à aimer Dieu, c'est là l'aboutissement de l'amour.

256

Rappelez-vous Dieu. Où que vous soyez. Chaque chose appartient à Dieu, ne l'oubliez jamais. Pour l'éveil de l'amour divin, faites que votre esprit soit constamment immergé dans le *japa*, la méditation et la pensée divine. L'homme devrait souhaiter avec une grande ferveur l'éveil de l'amour divin.

257

Ce que l'homme désire, c'est l'amour divin. Amour à partir duquel vous avez été créés, à partir duquel se sont manifestés votre mère, votre père, votre frère, votre ami, votre mari ou votre épouse et toutes choses. Et qui

vous a nourris du lait de son sein. Quel que soit le mot que vous employiez pour vous adresser à Lui, gardez-le à tout jamais dans votre coeur et dans votre âme.



22 - *PEUR, INTREPIDITE*

258

Réfugiez-vous dans l'absence de peur. Le monde est en effet redoutable. N'auriez-vous pas peur de vous réfugier dans la peur ? Il est inutile d'attendre là l'absence de peur. Il n'y a qu'en cherchant refuge auprès de Dieu et de Lui seul, que vous serez protégés de tous les maux et de toutes les souffrances.

259

Il est là, Lui. Où suis-je, « moi », si Lui n'est pas ? Si un certain sentiment demeure en vous, un sentiment qui vous fait dire : « Il m'émeut profondément », alors vous saurez que c'est Lui, Lui seul. Si « moi » existe, alors qu'il soit comme un servent. Dans ce cas je ne serai pas loin de Lui. Pour que cette situation se présente, un *japa* constant est indispensable. Plus l'esprit est imprégné de l'*Ishta*, plus il y a dévotion. Tournez-vous dans une seule direction, ne laissez pas votre esprit chercher de tous les côtés. Pourquoi y a-t-il une sensation de peur ? « Je sens que Lui n'est pas à mes côtés » penserez-vous sans doute. Et cela à cause de cette sensation. Agrippez-vous à l'intrépidité et toute peur disparaîtra.

260

De quoi avez-vous peur ? Il est là ! Tout le temps ! Laissez-Le faire ce qu'Il veut. Tout ce qu'Il fait, Il le fait pour le bien. Rappelez-vous cela.

261

La peur et la douleur sont une conséquence du désir.



23 - *ESPRIT*

262

Dans le royaume de l'esprit, le corps est une limite imposée. Bien que l'esprit cherche à se tourner vers l'intérieur, est-ce que le corps laisse aller sa souveraineté ? Le mental erre continuellement là où il y a dichotomie. « Tu es à l'intérieur et à l'extérieur, dans le manque, dans cette forme et dans tous les états » souvenez-vous de cela seulement. Pour éliminer la malfaisance, gardez votre esprit tourné vers la dévotion à l'*Ishta*.

263

L'esprit a été poussé très loin dans le domaine de la matérialité. Il est grand temps de le tourner vers Dieu. Vous verrez la voie s'ouvrir progressivement. Les pensées d'ordre matériel disparaîtront. Oui, elles disparaîtront à coup sûr et le voile lui aussi disparaîtra petit à petit. Tout ce qui est impermanent finira par disparaître.

264

On peut occuper son esprit en faisant, soit en défaisant des noeuds. Le mental, lui, crée des noeuds uniquement en pensant aux objets des sens. La pensée tournée vers Dieu, elle, a le pouvoir de défaire les noeuds.

265

Vous avez suffisamment agi dans le domaine du *karma*. Efforcez-vous désormais de tourner votre esprit vers Dieu. Inutile de gaspiller un temps précieux. Ceux qui ne pensent pas à Dieu, ceux qui ne cherchent pas à se « réaliser » finiront par « s'enliser ». Laissez de côté le simple plaisir, l'amour de Dieu est tellement plus important.

266

Chacun doit s'efforcer de garder son esprit en Dieu, même si ce peut être avec une certaine réticence. Atteindre Dieu doit être le seul objectif. Sur le chemin de Dieu, il n'y a pas d'autre que Lui. Là, il n'y a rien d'autre. Ce qui est là est seulement le chemin vers Dieu.

267

Le mental est naturellement inquiet et nerveux à moins que Dieu ne le prenne sous sa garde. Cherchez à garder votre esprit immergé dans l'amour de Dieu. Placez-le à Ses pieds en pratiquant le *japa* et la méditation, et en lisant des textes spirituels. Faites-le, de bon ou de mauvais gré.

268

Pourquoi se repentir de ce que l'esprit ne soit pas ancré au Nom de Dieu et vagabonde ? Au lieu de cela, dites-vous ceci : « L'esprit n'est pas sous mon contrôle. Moi je ne serai donc pas sous son contrôle et je pourrai continuer à chanter le nom de Dieu ». Avez-vous déjà vu des enfants faire voler leurs cerfs-volants ? Le cerf-volant vole et plane très haut dans le ciel. Mais il reste lié au réel par une ficelle. L'esprit est comme le cerf-volant et l'objet des sens c'est le vent. Faites en sorte que votre esprit soit retenu par le fil du Nom de Dieu. Un jour ou l'autre, il sera sous votre contrôle.

269

Nourrissez votre esprit d'une nourriture saine et pure. Si vous Lui consacrez d'avantage de temps, il y a bon espoir pour que vos pensées se dirigent vers Dieu. Lorsque le miroir de la conscience est net, Dieu se révèle. L'état d'esprit, lorsque arrive l'heure du dernier soupir, est en rapport avec la condition dans laquelle vous vous trouvez maintenant.

270

Les pensées qui occupent le mental des gens qui vous côtoient, les comportements nerveux ou agités, tout cela est causé par le milieu environnant. Cette confusion se produit lorsqu'on s'intègre à un groupe dont les membres ne sont pas tournés vers l'intérieur. Il faut remonter à la surface, au-dessus des vagues, après avoir plongé dans l'océan. L'homme doit adopter ce genre d'attitude. Il est préférable de consommer de la nourriture pure, d'avoir un mental sain, de se comporter avec droiture et d'avoir des lectures spirituelles, de sorte que cette confusion ne se produise pas. En partant de celui qui a créé, avancez sur le chemin qui conduit vers CELA. Vous serez en mesure de tout gérer si le pouvoir provient de cette source-là.

271

Il est difficile de parcourir cette voie sans la grâce du Suprême. Mais le voyageur qui a décidé de se lancer sur ce parcours, doit demeurer sûr de lui car le doute n'est pas propice à ce voyage. Menez une vie austère, avec fermeté et résolution. Le Seigneur Suprême, sur cette voie-là, c'est Dieu Lui-même.

272

Dieu est en chacun de nous. Pour comprendre cela il faut pratiquer le *japa* et la méditation. Il est indispensable de pratiquer pour garder l'esprit tourné vers Dieu. Le mental enregistre et assimile selon la façon dont il a été dirigé.

Si quelqu'un s'efforce de tourner son esprit vers Dieu – qui est toujours en union avec tous – dans l'intention d'établir un contact avec Lui, dans ce cas, et seulement dans ce cas, l'espoir est là de voir se réaliser Son contact.

273

C'est par Sa grâce effectivement que l'on accomplit le long chemin avec l'ardent désir de réaliser Sa vision. Mais surtout, faites preuve de patience et ne perdez pas courage. Où que l'on soit et quelque chemin que l'on ait pris, l'esprit doit rester tourné dans Sa direction.

274

Dieu exauce les vœux du chercheur de vérité. Il se manifeste de la manière que l'on souhaite, puis Il accomplit Sa volonté. Il éveille la conscience aussi bien qu'Il satisfait l'ardent désir de l'esprit. Il est du devoir de l'être humain de garder son esprit continuellement tourné vers Dieu en pratiquant le *japa*, la méditation et le rituel quotidien, avec régularité et profonde sincérité. Sur la voie de la *sâdhanâ*, l'esprit doit être libre de toute cause de perte d'énergie. Plus l'esprit sera clair et propre, plus il sera en mesure d'aider et de soutenir dans la progression sur la voie spirituelle. Si, par exemple, la colère envahit votre esprit, faites tout votre possible pour l'en chasser.

275

L'agitation est une caractéristique évidente de l'esprit, mais le calme et la tranquillité sont aussi dans sa nature. Il faut avoir recours à une aide, à un soutien quelconque pour apaiser l'esprit. Pour votre travail, vous dépendez d'une personne donnée, dans un endroit donné. Il en va de même pour votre salut : vous dépendez du nom de Dieu.

276

Ne laissez pas votre esprit s'éloigner de Lui. Faites-le rester à Ses pieds. C'est la seule façon d'échapper aux tentations qui affluent de toutes parts. Il est du devoir de l'homme de faire ressortir sa nature humaine et de renoncer à son instinct animal. Acceptez l'objet de l'adoration et repoussez l'objet du désir. Que votre esprit soit beau et ouvert, telle une fleur magnifique que vous offririez à Dieu. La vérité des vérités est que le seul devoir de l'homme est de chercher la voie de la révélation du Soi.

277

Pour calmer l'agitation, il est impératif de n'avoir qu'un seul et unique refuge. Plus on pratique le *satsang*, qui est la nature de l'état divin, plus on est comblé et apaisé et en mesure de satisfaire notre désir profond.

278

Les pensées qui détournent l'attention de l'homme et l'éloignent de Dieu sont caractéristiques de l'état d'anxiété. Faites en sorte de ne pas laisser de place à l'anxiété dans votre esprit. C'est Dieu qui porte votre fardeau. Sachant cela, efforcez-vous de toujours garder un esprit simple et alerte.

279

Si vous voulez être un *mauni* et faire voeu de silence, mettez ensemble votre coeur et votre âme, concentrez-les sur une unique pensée et soyez comme un bloc de marbre au-dedans comme au-dehors.

280

Lorsque vous regardez un film ou que votre esprit est attiré par une scène extérieure intéressante, vous n'avez pas envie de dormir. L'état de grande fatigue qui advient durant l'état d'éveil, a son remède dans le sommeil. Dans le sommeil, le *jiva* entre dans sa nature innée, mais dissimulée par le voile de l'ignorance. Là où il y a révélation du Soi, il n'est pas question de sommeil. Plus il y a d'action et de rapidité dans cet état non-couvert de la révélation du Soi, moins le besoin de dormir se fait sentir.



281

Je suis la même que j'étais avant et la même que je serai après. A quelque moment que vous m'appeliez, pour quelque raison que ce soit et quoi que vous pensiez de moi, je suis cela. Ce corps n'est pas là pour récolter les fruits d'un *karma* précédent. Pourquoi ne considérez-vous pas ce corps comme un jouet de votre demande intérieure profonde ? Vous l'avez voulu et vous l'avez obtenu.

282

Ce corps parle toujours du Soi unique, alors pourquoi serait-il question de séparation et de distance ?

283

Connaître Mâ, c'est réussir à devenir Mâ. Mâ signifie *Atma* (le Soi). Mâ signifie imprégné. Le Soi imprègne le Soi. Le principe du Soi. En vérité, c'est CELA qui est. Atteindre la forme de la Connaissance, du Soi et de Shiva, signifie devenir cela qui est toujours existant. L'*Atma* de ce corps est l'*Atma* de chacun. Mâ ne pourrait fonctionner s'il n'y avait aucun autre être.

284

L'*Atma* de ce corps est l'*Atma* de tout un chacun. Il ne peut être effectif pour Mâ si quelqu'un est exclu.

285

Mâ signifie quelqu'un qui satisfait les nécessités de ses enfants dans une mesure parfaite. Parce qu'elle sait évaluer les enfants, c'est pour cela qu'elle est mère.

286

Vous avez été créés à partir de Mâ. En effet le père existe dans la mère. Ne dites-vous pas à Dieu : « Tu es mère, Tu es père, Tu es frère, ami et maître ? » C'est-à-dire moi, mon 'Je' suprême. Chaque chose, en effet, est Lui qui est en chaque chose. Souvenez-vous : Mâ est CELA.

287

Nombre de personnes disent à Mâ « Vous êtes mon Gourou ». Mâ répond « Comme il vous plaira ». Dieu, que l'on appelle le Brahman suprême et omniprésent, et le Soi supérieur est véritablement la mère de tous.

288

On peut réaliser Mâ rien qu'en essayant de connaître son propre Soi.

289

Il ne faudrait rien garder dans l'esprit, si ce n'est Mâ qui est *Chidananda* (conscience et béatitude incarnées).

290

La relation avec Mâ est éternelle. Elle est l'Unique Soi éternellement familier.

291

En Mâ il n'est aucunement question d'acceptation ou de refus. Et dans le refus de Mâ il y a l'acceptation, de même que dans l'acceptation il y a le refus. En effet, Mâ demeure et demeurera à tout moment, aussi bien dans le *bhâva* que dans l'*abhâva* (présence et absence).

292

C'est là, en effet, la voie de ce corps. Chaque fois qu'Elle parle d'un argument donné, Elle maintient son attention sur le contexte environnant. A la différence de vous tous, il n'arrive jamais qu'elle parle en gardant tout le temps la même séquence. L'état du mental de chaque personne présente, flotte devant les yeux de ce corps.

293

Vous avez invoqué ce corps pour vos propres objectifs. (Swami Vijayânanda explique que c'est un groupe de brahmines pieux du Bengale voulant restaurer l'antique tradition de l'Inde qui a prié pour une descente de la Mère divine et qui a ainsi fait venir Mâ Anandamayî).

294

Chaque chose est parfaitement disposée. En fait tout est manifesté de l'intérieur de ce corps. Les images des Dieux et des Déeses ont été tirées de ce corps, mises en place et vénérées. A la fin de la *Puja*, chaque chose a été prise à l'intérieur de ce corps et mise au même endroit que celui où elle était. Sachez que tout est possible.

295

L'état dans lequel je me trouve pour parler avec vous, pour rire avec vous assis sur le sol, ou alors l'état qui est le mien durant le *kirtan*, avec les roulements de tambours, et nombre d'autres manifestations de ce corps, sont en fait un seul et même état. Et tout se produit à partir de ce seul état. Il en va de même durant la *Puja*, etc. où l'on vénérât un Dieu particulier ou une Déesse, la ressemblance de ce Dieu ou cette Déesse, la posture, la *mudrâ* (orientation des doigts), l'énergie, etc. et toutes les autres choses,

manifestées dans ce corps, dans leur totale exactitude. Il ne s'agit pas d'imagination. C'était là, comme vous êtes là devant moi.

296

Il n'y a pas d'allées et venues, de changements, pour ce corps. A cet instant il est comme il était avant. Qu'est-ce que la mort et la naissance ? Que dire à propos de CELA qui existe effectivement, en dépit du fait qu'Il soit mort ?

297

La plupart du temps, ce corps se dissimule par le truchement du comportement ou des discours. Cela en fait est la vérité. C'est peut-être nécessaire. Et c'est pour cette raison que cela se produit.

298

Qui est Mâ Ânandamayî ? Qui est vraiment la béatitude qui imprègne tout ? Lui est toujours présent dans la cruche (dans la *pûjâ*, le pot comme l'image représentent le divin et reçoivent au même titre les offrandes et symboliquement, la forme corporelle de l'être humain), dans l'image, dans le coeur de chacun. Sa demeure est partout. Lorsqu'on Le voit, lorsqu'on L'atteint, on voit chaque chose et on atteint chaque chose. Ce qui signifie que l'on est intrépide, déterminé, convaincu, constant et indestructible.

299

Savez-vous ce que dit ce corps ? Elle ne va chez personne, ne consomme la nourriture de personne, ne parle à personne et ne regarde personne. Et ne demande pas « Qui est-ce ? » ou « A qui est-ce ? » Savez-vous ce que cela signifie ? Elle est toujours près de Sa mère, de Son père, de Ses amis, profitant de la liberté. Elle ne va pas et ne vient pas. Comprenez-vous ?

300

Vous êtes de l'avis qu'une chose est naturelle ou non naturelle. Là il n'y a pas de *karma* ni de désir. Il y a seulement quelqu'un qui dit : « qu'arrive ce qui arrive ».

301

L'impulsion, l'élan, d'un aspirant spirituel, vise un état particulier d'existence. Toutefois, ici (dans le cas de Mâ), il n'est pas question d'état ou de non-état, d'objectif ou de non-objectif. C'est un peu comme si une lampe électrique faisait apparaître clairement, l'un après l'autre, tous les objets contenus dans une pièce plongée dans les ténèbres. C'est exactement pareil. Pourtant il est impossible, durant le parcours d'un aspirant, de rendre témoignage de tout cela. Pour avancer, il doit surmonter différents

obstacles. L'un d'eux est le mouvement extérieur, un autre le mouvement intérieur. « Ici » (en Mâ), il n'est pas question de tout cela en fait. Ici, en vérité, je suis les nerfs, je suis les artères, je suis le mouvement et je suis l'observateur. S'il était possible, bien sûr, d'employer ce mot « je ».

302

Ce corps ne le calcule pas du tout à l'avance. C'est pour cette raison qu'il n'a aucune tendance à vouloir donner certaines choses, comme par exemple l'initiation, etc...Cependant il est arrivé plus d'une fois, alors que ce corps était assis seul, à l'écart, que de sa bouche jaillissent tout à coup quelques *bîja mantra* (*mantra-semence*) ou le *sannyâsa mantra* (*mantra du renoncement*). Peut-être quelqu'un a-t-il entendu un de ces mantras, à ce moment-là. D'autres en ont peut-être entendu ailleurs, à différentes occasions et les ont considérés comme une initiation. Nombre d'incidents semblables peuvent se produire régulièrement, et des personnes ordinaires sont sans doute convaincues qu'il s'agit d'évènements voulus d'avance qui leurs sont destinés. En fait ce n'est pas cela du tout. Ce qui devait arriver est arrivé. Voulez-vous savoir comment ? Bien. Là il y a le sol. Un fruit est tombé de l'arbre et un nouvel arbre a poussé. Mais personne n'avait planté la graine. Tout comme un arbre peut pousser lorsqu'une graine a été plantée, le même arbre peut également pousser lorsqu'une graine tombe d'elle-même sur le sol. Et cet arbre-là aura les mêmes fleurs et les mêmes fruits que l'autre. Mais à l'origine de ce fait, il n'y avait aucune intention, aucune prédétermination. C'est comme cela, c'est tout.

303

Ce corps n'a recours à aucun *mantra-tantra*. Ce que l'on appelle « activités tantriques » et la façon de les pratiquer, tout cela n'a jamais été pris en compte ici (par ce corps). Ici, en effet, le rapport spirituel existe avec chacun. Ici, il n'y a pas de pièces ni de maisons séparées. Je l'ai déjà dit, si vous parlez de pièces, il n'y a que celle-ci. Et elle est infinie.

304

Ce corps n'a pas de façons de voir différentes d'un être humain à l'autre, ou d'un groupe à l'autre. Dans de nombreux ashrams on vous dira : « Si vous êtes en mesure de respecter nos règles et notre discipline, vous pouvez rester. Sinon allez quelque part ailleurs. » Ce corps n'a pas ce genre de problèmes. Tout le monde vient ici pour y donner son *satsang*. Oui, des *satsangs*, car chaque visiteur en lui-même est une manifestation de Dieu. Lui, le Dieu, l'Un, est sous toutes les formes. Ce corps est avec les arbres, les oiseaux et tout le reste. Rien n'est séparé de ce corps, nulle part.

305

Les paroles, les mouvements, les activités, les déplacements de toutes parts, tout ce qui est dans ce corps est pour vous. Vous faites agir ce corps comme vous le désirez.

306

Il n'y a pas de second, il n'y a que l'Un pour ce corps. Qui infligera de la souffrance à qui ? Le problème de la souffrance ne se présente que lorsqu'il y a un second.

307

Une mère qui ne se livre pas à des démonstrations affectives excessives, est une vraie mère, qui reste et qui restera. Elle ne s'éloigne jamais, même quand on le lui demande.

308

Ainsi, vous et moi nous sommes deux. D'autre part, vous et moi nous sommes un. Le vide, l'espace, qu'il y a entre nous deux est en fait...le 'Je'.

309

Où que ceux-ci se trouvent, ce corps est toujours avec eux. Le service, pour quoi que ce soit, n'a pas lieu avec ce corps, ou si la chose se produit c'est qu'elle se fait d'elle-même. On fait en sorte que cela arrive, selon le besoin. Considérant ce corps comme un des leurs, ils offrent le *satsang* avec amour. Ici la porte est ouverte. Venez sans hésiter dès que vous le désirez.

310

Vos peines, votre douleur, votre détresse, sont ma souffrance. Ce corps comprend tout, ressent tout.

311

Personne n'est en faute à l'égard de ce corps. Il n'y a donc aucune raison de demander à ce corps de pardonner. Mais il vous faudra porter les fruits de toutes vos actions. Dans ce corps il n'y a rien qui ressemble à de la colère à propos de ceci.

312

Sachez que votre souvenir est en permanence dans mon esprit.

313

Vous voudriez peut-être faire partir ce corps de votre esprit. Mais jamais ce corps ne s'en ira, jamais il ne vous quitte, jamais il ne vous a quittés. Si

quelqu'un a aimé ce corps, il ne pourra pas se débarrasser du souvenir de ce corps, même s'il tente de le faire des centaines de fois. Ce corps est dans sa mémoire et il y restera.

314

Ils pensent à l'éloignement, mais en réalité ce corps est tout près. La proximité et l'éloignement ne sont qu'une vue de l'esprit.

315

Il n'y a aucune différence entre la terre et ce corps. Je peux aussi manger en posant ma nourriture sur le sol, ou ailleurs, n'importe où. Les règles de conduite, de la dévotion, de la propreté, du respect, etc., sont nécessaires à votre apprentissage. C'est pour cela que des choses comme celles-ci adviennent en moi.

316

Des concepts comme « inconnu » ou « erreur » n'existent pas pour ce corps. Ce qui doit arriver, arrive. Que ce soit près ou loin de vous, devant vos yeux ou hors de votre vue.

317

Mâ parle pour le bonheur de tous. Même si l'on pratique à contrecœur et avec vigueur, Il donnera à coup sûr l'énergie nécessaire pour aller vers Lui et accordera également les fruits de cette action. N'oubliez pas, donc, que cette action donne des résultats et que le fait d'avoir cela en mémoire donne, lui aussi, des résultats. Personne ne peut affirmer que l'on n'obtient pas de résultats lorsqu'on le fait pendant quelques jours. Le sens des affaires n'a pas cours ici. Faites l'effort d'être constamment relié à Lui. Et cet effort se transformera en habitude.

318

On croirait quelques fois que les images représentatives des maladies ont établi leurs cibles dans ce corps. En effet, elles entrent dans ce corps, s'y amusent pendant quelques jours et s'en vont. L'attitude de ce corps, consiste à n'inviter et à ne renvoyer personne. De même que vous tous existez, les maladies elles aussi, existent. Et puisque ce corps ne vous chasse pas, pourquoi devrait-il chasser les maladies ?

319

Qui est là sous forme de la souffrance ? Quant à ôter sa souffrance à quelqu'un, c'est un problème tout à fait différent. Toutes les façons d'agir ne sont pas toujours adaptées à toutes les situations. Pour ce corps-ci, rire ou s'amuser ou cesser de respirer, cela ne représente que chacun de ces

états-là, sans plus. Ici il n'y a pas de partage de la souffrance, de partage de la douleur. Il y a équanimité, c'est tout.

320

Je peux voir quelle image, quelle représentation assume telle ou telle maladie. Lorsque les maladies veulent venir vers ce corps, je ne fais pas obstruction. Quand le « Je » seulement existe, où est l'acceptation, où est le rejet ? Je vous le dis, de même que je suis heureuse avec vous, je le suis avec elles aussi.

321

Où ce corps est-il séparé de vous ? Où est la différence entre ce corps et cet ami (elle indique un jeune) ? Il y a « intermixture » et les deux deviennent un seul – souvenez-vous de ces mots. Si vous mangez quelque chose de mauvais, sachez que vous donnez la même nourriture à ce corps. Vous vous demandez si les pensées de chacun d'entre vous arrivent jusque dans ce corps. La réponse est : Oui. Oui. Oui.



25 - *L'ETRE HUMAIN*

322

Ce qui différencie l'homme de l'animal, c'est ce pouvoir particulier que l'homme possède, pouvoir qui lui permet d'atteindre la perfection. En ce qui concerne l'être humain, ce corps dit « celui qui a esprit et conscience est un être humain ». Peut-on considérer comme un humain celui dont le mental n'est pas conscient et qui est obnubilé par les objets des sens ?

323

Vous avez le privilège d'être nés en tant qu'humains. Ne perdez pas en futilités un seul moment de cette vie. La végétation, les oiseaux, les animaux en général, vivent dans ce monde, souvent pour de courtes

périodes. Ils engendrent une nouvelle végétation, de nouveaux oiseaux, de nouveaux animaux. Puis ils prennent congé de ce monde. Qu'est-ce qui vous différencierait d'eux si vous suiviez le même processus ? Empruntez la voie du non-retour (c'est-à-dire la libération dès cette vie ou au moment de la mort, pour ne pas voir une nouvelle réincarnation).

324

Des quantités de *karma* en même temps que de naissances demeurent inconnues et insondables. C'est une grande chance que de jouir de la naissance humaine. Alors efforcez-vous de la faire fructifier, car vous la devez à Sa grâce. Elle est également le fruit de vos bonnes actions passées. La naissance de l'être humain est un fait extraordinaire. C'est pour cela qu'il faudrait entreprendre, durant cette naissance humaine, une ligne de vie dirigée vers l'éveil de la nature humaine.

325

Il y a 24 heures pour la *sâdhanâ* et le culte à Dieu. Le désir profond de parvenir à Dieu devrait être en vous. Tout être humain devrait ressentir le besoin impératif d'atteindre sa propre essence. Passez le temps qu'il faut aux obligations de ce monde, mais mettez à profit le reste de votre temps pour la contemplation divine. Le *japa*, la méditation, la lecture de textes spirituels, la *pûjâ*, la prière et l'offrande du Soi, tout cela c'est pour Lui, pour Lui seulement. Invoquez-Le et pleurez pour Lui.



26 - *LE PELERIN ET LE CHEMIN VERS LE DIVIN*

326

Le voyageur en quête de la vérité, est tenu d'observer une certaine discipline et d'avoir un mode de vie exemplaire. Si quelqu'un désire lui offrir des vêtements, de l'argent ou autre chose, il doit lui dire franchement et simplement : « Il nous est interdit d'accepter quoi que ce soit sur cette voie que nous avons choisie. Le but de notre vie est uniquement d'obtenir la grâce de Dieu. »

327

Dans quelque état ou disposition que vous soyez, pensez à Dieu et priez pour obtenir Sa grâce, au mieux de vos possibilités. Ce n'est que le début de votre voyage pour celui qui vise véritablement à la réalisation divine. Efforcez-vous de prendre l'habitude de prier et de pratiquer journallement, avec autant de ferveur que possible.

328

Dieu ne peut pas faire autrement que d'accorder l'illumination à celui qui la désire sincèrement. L'activité quotidienne des activités spirituelles doit se dérouler aussi minutieusement que possible. Plus vous passez de temps à pratiquer le *japa*, la méditation, l'invocation de Son Om et l'étude de textes spirituels, plus vous progresserez sur la voie de l'illumination. Lisez régulièrement la *Bhagavad Gîtâ* et efforcez-vous de la comprendre, encore et toujours.

329

Le monde est strié d'innombrables et interminables coulées alimentées par les échecs, les faillites et les ratages en tous genres. Lorsqu'une personne se fait prendre par une de ces coulées, s'y empêtre et se laisse paresseusement emporter par le courant, il est naturel qu'elle paye durant sa vie, les conséquences de ses faiblesses et de ses manquements, sous forme de problèmes et d'épuisement moral et physique. Mais l'esprit ne devrait pas rester ainsi emprisonné. L'esprit doit être dirigé vers des idéaux élevés, visant à l'accomplissement du Soi à l'insu de tous, dans ce monde-ci et dans le prochain. Qui sait de quelle manière se présente son « appel à comparaître » ? Ne restez pas plantés là ! Vous êtes la vérité, la pureté, l'illuminé, le libéré et l'éternel. Pour la progression du Soi dans cette direction, il faudrait, de sa propre initiative, se lancer sur cette voie avec fougue et résolution. En effet, Dieu est au-dedans de vous, sous forme de la connaissance et de la juste intelligence. Forts de cet avantage, il serait juste d'entreprendre ce voyage sur la voie de la réalisation du Soi. Car le temps passe. Le père suprême, la mère suprême, le frère suprême, la soeur, l'ami, le maître, c'est Lui. Tout est en Lui. Chérissez l'image de Ses pieds (*tcharanam* signifie 'pieds' et '*charanam*' refuge. Prendre refuge aux pieds du gourou est ainsi une expression courante dans la dévotion à l'hindou).

330

Le voyageur en chemin vers la réalisation de Dieu, se doit d'oeuvrer en personne pour parvenir à soulever le rideau. Et c'est Dieu qui procure l'énergie indispensable pour avancer dans cette direction. Mais Sa révélation n'est pas le fruit de Son action. En fait, Il procure, en même

temps que l'énergie, la clé qui ouvre la porte. Il n'est que d'ouvrir la porte pour Le voir, Lui, le Soi illuminé.

331

A quelque endroit que Dieu retienne le voyageur et à quelque moment que ce soit, celui-ci ne devrait entreprendre le véritable voyage, qu'à partir de ce point-là. Car Lui-même est dans toutes les formes, dans l'action et la non-action. Il faudrait se donner entièrement à la tâche que l'on s'est fixée, pratiquer le *japa*, et invoquer Dieu, avec coeur et âme. Dans le royaume de Dieu, on ne peut que penser à Lui. Alors souvenez-vous de Lui. Toujours. C'est le chemin vers la paix.

332

Dans le domaine de la représentation de l'univers tout entier, Dieu est dans toutes les formes. Il est souhaitable de progresser vers la réalisation du Soi.

333

Si vous vous prenez à penser, pensez à Lui, si vous vous mettez au travail, travaillez pour Son service. Le voyageur se doit d'accomplir son parcours. Gardez toujours votre esprit tourné vers le spirituel, c'est là le point essentiel de ce voyage. Et poursuivez votre chemin.

334

Tout voyageur devrait affronter le parcours avec un esprit vif, sain, rapide et inébranlable. Il ne s'agit pas d'une promenade en fiacre. Force et vivacité d'esprit sont indispensables à tout instant. Il serait bon de construire sa propre vie soi-même.

335

Qui appartient à qui dans ce monde-ci ? Tout un chacun s'efforce de remplir sa propre tâche et d'accomplir le voyage. Un tel état est naturel dans les déplacements à travers le monde. Il ne faut pas se laisser prendre par l'angoisse. Comment est-il possible qu'un voyage spirituel s'accomplisse et se termine comme il se doit, s'il est confronté à mille obstacles que la souffrance et la douleur ont dressés sur le parcours. Souffrance et douleur elles-mêmes causées par certains liens et attachements instaurés au cours des différents séjours ici-bas – naissances et renaissances. Il faut s'efforcer, pour atteindre la révélation du Soi, d'effectuer un parcours libre et sans entrave aucune. Le voyageur du Grand Chemin doit faire en sorte que son voyage soit un succès. Et ce succès n'est autre que la réalisation du Soi.



27 - *SHAKTI*

336

CE Super-pouvoir est dans tous les contenants, les images et les temples. Appelez-Le, Lui et Lui seul. Le coeur même de la force universelle de Mahâmâyâ (la déesse suprême de la création) est profondément touché par les pleurs de ses enfants. Elle peut porter de durs coups au coeur, mais elle peut aussi consoler dans une chaude étreinte.

337

Pensez à Lui dans toutes vos activités. Le Soi peut se révéler durant n'importe quelle action. Ne programmez aucune action sans Sa présence en vous. En vérité Il est le Soi. Qui est ce pouvoir d'action ? C'est vous même. Qui est cette énergie ? C'est Lui-même.

338

Plus vous resterez calme et silencieux, plus l'énergie augmentera en vous. Lorsque vous sentez en vous cette énergie, vous avez le sentiment que quelque chose de nouveau est apparu au-dedans de vous. La possibilité existe que cette énergie fuit en s'écoulant, par exemple, à travers une minuscule fissure. Soyez vigilants. Mais Lui, fera tout ce qu'on Lui demandera. Il peut être le Guide, l'Initiateur, etc.

339

Lorsque le riz bout dans un récipient, il se crée une pression à l'intérieur de celle-ci qui fait que le couvercle se soulève et se rabaisse tout seul. Il n'y a besoin d'aucune force extérieure pour le soulever. Appliquez le même principe et mettez autant d'énergie que vous le pouvez dans l'action. Et Il fera le reste Tout Seul. L'ardeur vient de l'attitude et de la résolution et c'est cette ardeur qui ouvre la voie à la réalisation du Soi.

340

On peut acquérir certains pouvoirs et faire des miracles après une longue pratique de la *sâdhanâ*. Se servir de ces pouvoirs obtenus par la *sâdhanâ*, c'est une chose, mais obtenir qu'un fait se produise de façon naturelle, c'en

est une tout autre. Lorsqu'on a recours à ce pouvoir, l'ego est de la partie et il peut y avoir un effondrement brutal de l'état auquel on est parvenu. Rien de tel ne peut se produire lorsque l'évolution a suivi son cours naturel.

341

Tant que la sérénité n'est pas acquise et ne s'est pas fixée en vous, le corps agit sur les nerfs et entrave votre liberté d'action. Si vous ne parvenez pas à conserver l'énergie, il est clair que l'action extraordinaire qu'elle exerce ne peut se manifester de façon stable et régulière. Gardez une attitude divine et la recherche de la vérité vous apportera, tout naturellement, la sérénité.

342

Si vous utilisez l'énergie divine dans les activités matérielles, au lieu de la mettre au service de Dieu, elle ne tardera pas à diminuer. Le flux de l'énergie divine que l'on met à profit à des fins matérielles finit par s'interrompre. Si un pouvoir particulier devait se manifester au cours de votre *sâdhanâ*, veillez à ne pas l'utiliser à tort et à travers.

343

Continuez à faire ce que votre énergie vous permet de faire. Ayez recours à votre pouvoir, de façon répétée, les résultats ne tarderont pas à apparaître. La façon de parler d'une personne qui étudie à longueur de temps, est propre à ce genre de personnes. Il en va de même pour le voyageur qui parcourt la voie qui mène à la divinité : une nouvelle faculté prend forme en lui, au fur et à mesure de son avancée. Au cours de ce voyage, ce qui est appelé à disparaître, disparaît et la révélation de CELA – qui est éternel, vrai, illuminé et libre – se fait jour progressivement. Gardez ferme en vous, votre intention d'atteindre le but.

344

Le penchant pour les choses matérielles entraîne une perte d'énergie.



28 - LA SERENITE

345

Il est inutile d'espérer connaître la paix et la sérénité dans ce monde-ci. Efforcez-vous seulement d'être avec Lui. Tout ce que vous accomplissez à Son service, est un devoir pour vous. Le monde n'est pas un lieu de bonheur. Réfugiez-vous aux pieds de Dieu, c'est là que vous trouverez la paix.

346

Il faut faire en sorte de se rappeler le nom et la forme du Dieu que vous avez choisi d'aimer. La seule façon d'atteindre la sérénité, c'est de toujours garder l'esprit tourné vers Dieu.

347

La meilleure façon d'atteindre la paix et la sérénité, c'est de rester sur la voie qui convient bien à la méditation sur Dieu. Le corps physique est en accord avec le *karma*. La conséquence en est qu'il est tout à fait naturel d'être confronté à la souffrance et aux maladies. Il est indispensable de toujours penser à Lui, de méditer sur Celui qui peut nous soulager de tous les malheurs.

348

Toutes les prières et les offrandes de l'être humain, doivent aller à Dieu. Priez systématiquement Celui qui a fait en sorte que la création, la vie et la dissolution aient lieu. Tout est en Lui. Lorsqu'une difficulté, un problème sérieux, se présentent dans la vie de ce monde, l'être humain doit recourir au Nom de Dieu, s'engager dans une action visant à résoudre le problème et verser à Ses pieds ses larmes de détresse. La seule manière d'atteindre la sérénité, c'est de faire entrer Dieu dans votre coeur.

349

Réconfort d'une personne dans la souffrance :

La souffrance est le résultat du karma. Dieu éloigne la souffrance en infligeant les souffrances et Il élimine la difficulté en provoquant des difficultés. Souvenez-vous toujours qu'Il ne fera plus chose pareille à l'avenir. En vérité les enfants de l'immortalité ne doivent penser qu'à Lui. Il n'y a qu'une voie qui conduit à la sérénité, celle de la destruction du voile et de la révélation de celui qui supprime le désespoir. Il n'y a aucune autre voie, aucune, aucune, aucune. *Sri Madhusudan* (Dieu, sous forme de Krishna le tueur du démon *Madhu*), celui qui élimine le désespoir, est en fait l'unique trésor qui habite le coeur de chacun.

350

Conseils de Mâ à ceux qui perdent un être cher :

C'est Lui qu'il faut aller voir et revoir, Celui qui a engendré la création et qui la porte et la soutient. Il est la providence. Il est l'Auteur des injonctions. La création est Sienne, restez avec Lui. C'est pour cela que lorsqu'on L'atteint, en L'invoquant sans cesse, on atteint chaque chose, l'absolue sérénité et la suprême béatitude.

351

Conseil de Mâ à l'accompagnateur d'un malade terminal :

Si vous êtes là, à tenter de le soigner, c'est par la seule volonté de Dieu. Dieu qui est l'Un et qui est Tout. « Tu es là, présent sous forme de maladie, sous forme de remède, sous forme de traitement, en vérité, tu es dans toutes les formes. »

352

Il n'y aucun espoir, dans ce monde, d'atteindre la sérénité, si ce n'est en chérissant le nom de Dieu et en Lui adressant sans cesse vos prières. Le devoir doit être de première importance. Il élimine toutes les souffrances – lorsque *Ram* est là, il y a la quiétude (*a-ram* signifie « à l'aise »). Lorsque *Ram* n'est pas là, il y a *vyaram*, l'inquiétude.

353

Pour atteindre à la paix de l'esprit, il faut que soient présents la pensée et la forme (de Dieu), qui évoquent notre amour. Il faut suivre cette voie et cette méthode car elles favorisent l'accès à la divinité. Où donc se trouve l'état suprême si le gourou intérieur ne s'est pas révélé ?



29 - CONSOLATION DANS LA DOULEUR

354

Si chacun pouvait comprendre, du plus profond de son être, que personne n'appartient à personne, tant de douleurs et de souffrances pourraient être

évitées ! En fait, chaque fois qu'une personne est sous l'emprise de ses illusions, elle n'est pas en mesure de comprendre cela. Cependant, il y a des gens dont l'état s'améliore quand on leur administre un médicament amer ou qu'on leur fait une piqûre contre leur gré.

355

Paroles de consolation et de vérité à quelqu'un dans le deuil : Ceci est bien le monde éphémère, n'est-ce pas ? Alors il est naturel qu'il y ait mouvement. Le temps ne passe pas de la même façon. Le concept « temps », au sens de « période mesurable », s'entrelace étroitement avec cet autre concept « temps » au sens de destinée. Est-il possible de se libérer de l'étreinte du temps, sans pour cela aller au-delà du temps ? Après avoir été un moment où vous êtes confrontés à la douleur ou à la souffrance, ne serait-il pas possible, si le temps ne les a pas déjà engloutis, d'assumer votre corps physique ? Ainsi va le monde. Toutes les personnes sont amenées à connaître ce genre de problème, d'une manière ou d'une autre. C'est la forme du monde. Il appartient à votre propre Soi de consoler votre Soi. Comment pouvez-vous imaginer, lorsque vous êtes dans un lieu qui n'est pas le « lieu » habituel de votre vie, que vous ne serez pas confrontés aux problèmes inhérents à cet endroit ? C'est dans les lieux qui vous sont coutumiers qu'il n'est pas question de souffrance, de malheur, de destruction, de haine et d'hostilité. D'ailleurs il ne s'agit pas de lumière ou de ténèbres. En cela, l'être humain a pour rôle exclusif de chercher à se réaliser en le lieu qu'il considère comme le sien propre.

356

Lors du décès de l'épouse d'un adepte, Mâ a dit ceci : « Ecrivez au *pitaji* (le père). Il ne faut pas que *pitaji* s'effondre. Qui s'occupera des enfants maintenant ? *Pitaji* doit veiller sur eux, en tout. Il doit être à la fois le père et la mère. Il devra se comporter comme un être humain courageux, et faire preuve de patience, de force et de fermeté. Il devra faire face à tous les problèmes qui se présenteront et surtout être patient, patient, patient. Le monde est ainsi fait. Où est la destruction de l'*Atma* ? C'est cela le *prâna* (énergie vitale), l'*Atma*, qui est en chacun de nous. C'est le corps physique qui change et qui finit par s'esquiver. Il ne reste pas éternellement. Bien sûr, le mental ne croit pas à cela sur le moment, et comme il est dans sa nature de contester, il s'agite et déclenche son petit tollé personnel. Mais après tout, chacun doit savoir prendre soin de soi-même. Que voulez-vous faire d'autre ?

357

Ainsi, Il est avec Lui qui est l'Auteur de la création, ce sont là Ses dispositions. Lorsqu'Il prend quelqu'un, d'une manière ou d'une autre,

c'est toujours pour le bien. Chaque chose dépend de Lui. Tout est en Lui. Lorsqu'un désir se réalise et procure le bonheur, cela engendre toujours le malheur. L'être humain devrait toujours méditer sur Dieu qui est la forme de la paix. Empruntez la voie qui conduit à la vénération de Dieu, aucune autre voie ne vous permettra d'atteindre la sérénité.

358

Toute chose appartient à Dieu. Ce qu'Il vous donne, Il vous le donne pour que vous puissiez effectuer votre service. Accomplissez votre devoir au mieux de vos possibilités. N'hésitez pas à donner toute votre confiance à Celui à qui tout appartient. Rien ne peut être bien fait sous l'emprise de la crainte. Lorsque vous craignez quelque chose, la paix et la tranquillité ne règnent pas dans votre esprit. L'inquiétude est une chose naturelle. C'est une chose qui vous est familière, n'est-ce pas ? Mais vous devriez réfléchir. Chaque chose est Sienna. Cela fait partie de Ses dispositions. S'il était possible d'accomplir les choses en faisant simplement un effort sur soi-même, chacun pourrait faire ce qu'il désire. C'est pour cela que vous devez vous efforcer de faire entièrement confiance à Celui à qui tout appartient. Accomplissez votre service aussi bien que vous êtes en mesure de le faire.

359

Tous les *jiva* (êtres humains) naissent pour réaliser ce pourquoi ils sont nés. C'est le désir de Dieu qu'il en soit ainsi. Vous devez considérer cela comme un service à Dieu, ne vous laissez pas gagner par l'illusion. Rendez Lui ce qu'Il vous a donné. Il a pris, Il prend et Il prendra. Sous forme de l'*Atma*, Il est éternellement en tout. Accrochez-vous fermement à la sérénité et à la patience.

360

Dans le royaume de Dieu, dans cette création universelle où les trois phases maîtresses sont la création, la préservation et la destruction, a lieu un va et vient ininterrompu. La disparition d'un être aimé engendre une insupportable souffrance. Il n'y a d'autre recours, dans cette circonstance, que de s'armer de patience. C'est Sa providence. Priez pour le salut de ceux que vous aimez. Il vous faut traverser la mer de souffrances. Même si votre mental s'y refuse, vous devez vous efforcer de le faire. Essayez de ne pas attrister les êtres aimés par vos larmes et l'attachement que vous manifestez à l'égard de ceux qui s'en sont allés. Il n'y a d'autres façons d'atteindre la paix que de se réfugier auprès du Seigneur. C'est Lui, Lui-même, qui est dans l'être qui vous est enlevé.

Lors du décès de la mère d'un de ses disciples, Mâ a dit : « Ecrivez à mon ami – Lakshmi, la bienheureuse, a quitté son mari, son fils et sa fille, pour aller vers le salut, dans le havre de paix. Il n'est pas juste de pleurer pour le corps physique, même si les pleurs en eux-mêmes sont une chose naturelle. Il va falloir faire preuve de patience. Le but et le désir des parents sont de procurer le bonheur et la sérénité à leurs enfants. Et ces derniers ont le même devoir à l'égard de leurs parents. Ceux qui s'en sont allés sans avoir atteint l'état le plus élevé, demeurent dans une phase de progression. Faire une sorte de symbole de leur corps physique, verser des larmes et être en proie aux tourments dans ce monde-ci, ne fait que leur causer de la souffrance. Ils ne voient rien de tout cela, mais ils ressentent cette douleur. Il n'est pas juste de procurer de la souffrance à ceux qu'on aime. Ma mère a une âme en miroir de la mienne. Elle m'a donné le jour et maintenant m'a quitté. Eh bien sachez que sa paix est le miroir de ma paix (et je ne dois pas la perturber par mes lamentations). Cela est advenu par la volonté de Dieu. Je suis Sa créature. Il me gardera de cette façon-là, sur cette voie-là et dans cet état qu'Il a voulu pour moi, quoiqu'il puisse advenir. Ne vous présentez pas devant *pitaji* (le père) l'esprit triste et l'air affligé. Accomplissez votre service, pour qui que ce soit, avec une *bhâva*, une disposition d'esprit belle et sereine. Souvenez-vous que c'est Dieu qui nous a donné la charge de ce service. Ne faites rien qui puisse plonger votre père dans le désespoir. S'il voit l'ombre de la souffrance sur vos visages, sa propre souffrance ne fera qu'augmenter. Montrez-vous forts et en bel accord lorsque vous êtes avec lui.



30 - *LE MONDE*

Le monde est un champ de bataille. A vous de remporter la bataille, en devenant riche, riche de la plus belle richesse qui soit.

Les habitants de ce monde sont persuadés que ce lieu est de la plus haute importance. Or ce monde est en constant changement et nécessite d'interminables corrections et rectifications. Les sempiternelles allées et venues forment une sorte de ballet composé de bonheur et de souffrance.

Ceux qui jouent différents rôles sur cette scène n'en oublient pas pour autant leur être véritable. Vous tous êtes les enfants de l'immortalité. Votre propre forme est celle de la vérité, de la bonté et de la beauté (*satyam, shivam, sundaram*).

364

Appelez l'Un, Celui qui vous a donné le monde, l'abondance et la jeunesse. Appelez-Le et manifestez-Lui votre amour. Pourquoi ne pouvez-vous pas le faire ? Il faut que vous le fassiez. L'être humain peut tout faire. Qui sait ce qu'Il peut vous donner et par l'intermédiaire de qui ? Chaque chose Lui appartient. Que possédiez-vous lorsque vous êtes nés ? Rien ! Vous êtes venus au monde les mains vides. Avez-vous acquis tout cela pour vous-mêmes ? Tout est à Lui. Essayez de toujours garder ce *bhava* (attitude intérieure), quoiqu'Il vous demande.

365

C'est là la forme du monde. Toutes les naissances normales et les vies qui s'ensuivent sont orientées vers expérience (*bhog*). Vous êtes tenus de revenir dans ce monde-ci pour vivre l'expérience des soifs et des désirs encore inassouvis. Le bonheur et les plaisirs de ce monde ne durent pas. C'est bien pour cela qu'ils sont accompagnés de toutes sortes de souffrances. En fait ils ne font que duper notre esprit. Les vrais guerriers, les gens de valeur, les grandes âmes qui sont sans désir, vous indiquent, eux, la voie vers l'éternelle béatitude. Le rôle de l'être humain est d'être à la recherche de l'éternité. Il est souhaitable au plus haut point de parvenir à cet état où les souffrances de ce monde n'ont plus leur place.

Lorsqu'on est censé rester un certain nombre de jours dans l'auberge (*dharmashâlâ*) on est tenu de n'y rester que pour la durée prévue. C'est Sa forme universelle. Vous Le servez de cette manière. Gardez votre esprit éveillé – là où il y a *jiva*, il y a *Shiva*, là où il y a une femme, il y a *Gauri*. Effectuez uniquement le service aux manifestations du « Cela ». Il est naturel que l'esprit vole vers les êtres chers qui s'en sont allés, mais il vous faut garder votre esprit aux pieds du Seigneur. Ce n'est que de cette manière que vous trouverez la voie vers la sérénité pour ceux que vous aimez et pour votre propre Soi. Souvenez-vous de cela.

366

Vous vous agrippez à chaque chose, convaincus qu'elle vous appartient. De cette manière vous ne faites qu'aller au-devant de la souffrance. C'est à Lui que chaque chose appartient, raison pour laquelle vous devez faire appel à Lui. C'est la plus belle invocation qui soit. Que se passe-t-il lorsque

vous entrez en possession de toutes ces choses matérielles que vous convoitez ? Vous avez eu largement le temps de constater les conséquences de cet état de fait. Partout où il y a des gens riches, des jeunes, il y a aussi des gens âgés, il y a la mort, la maladie, la pauvreté. Eh bien Lui aussi a tout cela dans Ses réserves. Et il vous faudra faire l'expérience de tout cela. Ce monde n'est pas un endroit pour le bonheur et la sérénité. Ne voyez-vous pas qu'il y a peine et douleur tout le long du chemin ? N'arrivez-vous toujours pas à vous demander : qui appartient à qui ?

367

Pourquoi les ennuis de ce monde devraient-ils vous rendre inquiets et furieux ? Mieux vaut être fou du Bien suprême. On ne peut avoir le courant de la concentration qui coule constamment, mais le flot de l'énergie de la vie s'écoule de toutes façons. Pourquoi voulez-vous vous glisser dans le flot des affaires matérielles qui sèment le désordre et l'agitation ? Si vous devez choisir de couler, pourquoi ne coulez-vous pas dans le déluge du bien suprême (*paramârtha*).

368

Dans ce monde-ci, ne cherchez pas à devenir un patron, un propriétaire, devenez jardinier. Toutes sortes de problèmes surgissent quand on est patron. Alors que vous n'aurez pas à vous battre si vous êtes un simple jardinier. Le monde appartient au Seigneur. Je ne suis que sa servante, c'est tout. Je continuerai à le servir et à exécuter Ses ordres. Si vous êtes en mesure de vivre, tout le temps, la vie de famille dans cet état d'esprit, vous réussirez à n'établir aucun lien, aucun karma nouveau. Vous êtes seulement en train de vivre l'expérience des *karmas anciens*, car c'est pour cela que vous êtes nés (*parabdha*). Si vous pouvez vivre votre vie en tenant toujours compte de cela, pourquoi devrait-il y avoir la moindre peur ? En fait, Lui fera en sorte que chaque chose advienne de la juste façon.

369

La vie n'est pas éternelle. Mais pourquoi torturer votre esprit en pensant tout le temps à cela ? Continuez à accomplir votre devoir, soyez constant et courageux. Et rappelez-vous que Lui seul peut tout faire. Chaque chose. Quoiqu'Il demande à chacun, il s'agit toujours de la juste chose. Cherchez à devenir un instrument entre Ses mains. Et cessez de vous préoccuper à ce point.

370

Après avoir écouté un malade lui parler de son mal, Mâ lui dit : « Tout dépend de Lui. Rien que de Lui. Remettez-vous en à Lui, quelque soit votre état. 'C'est Vous Seigneur, c'est Vous sous forme de la maladie.

Donnez-moi la patience et la force de la supporter'. Priez-Le tout le temps : 'Seigneur, aidez-moi à comprendre cela, à comprendre que c'est Vous qui êtes dans cette forme-là.'»

371

Hâtez-vous de prendre la direction qui conduit à la voie de la réalisation du Soi. La direction que prend le voyage de la vie ne devrait pas être celle qui mène au monde des formes, des mots, des sens et des sensations. Cet endroit, ce monde-là, perdu quelque part dans l'univers, n'est que trop connu. Il faut se diriger vers le lieu où l'esprit ne sera pas noyé dans ces remous... Le monde est sans valeur. Des allées et venues incessantes...Personne n'appartient à personne...Et vous continuez à vous y agripper encore et toujours ?

372

Aucun être humain ne peut être heureux du seul fait qu'il parcourt le monde de droite et de gauche. La route qui conduit au bien suprême est la seule et unique voie qui aboutit au royaume de la béatitude finale. Veillez à rester et à progresser sur cette voie qui est votre véritable voie, celle où il n'est plus question de bonheur ou de malheur. Celle qui mène à la suprême béatitude, là où l'ego n'existe pas.

373

Au cours du voyage de la vie, toutes sortes de maux peuvent frapper le voyageur, de différentes façons et sous différentes formes. Quelque soit le degré de votre souffrance dans la vie, dites-vous : je n'aurai plus à connaître cette souffrance. J'accomplis ma pénitence. Je me rapproche de Dieu.

374

Au cours de la vie, à un moment ou à un autre, le coeur connaît de grandes douleurs. Souvenez-vous et dites-vous toujours, dans ces moments-là, que Dieu agit toujours pour votre bien (*mangal*).

375

Vous pensez que la « chose ronde » (*gol*) est la chose la plus digne d'intérêt qui soit (*maal*). C'est pour cela qu'il y a tellement de problèmes (*golmaal*). Et qu'est-ce que c'est la « chose ronde » ? L'argent. Tachez plutôt de vous agripper fermement à cette chose qui est une et entière (*purna*). Là, il n'est pas question de forme ou d'absence de forme. Là, les problèmes n'existent pas.

376

Dans la vie, tout un chacun peut être passionné, « fou » d'une chose ou d'une autre. Certains le sont totalement, d'autres, dans une moindre mesure. Eh bien sachez que le jeu de Dieu (*lîlâ*) est hautement drôle et dispensateur de joie. D'ailleurs Il a créé une « maisons de fous »...Essayez de trouver votre Soi à travers votre soi (*nijiti nijai* en bengali, littéralement « dans soi-même, soi-même »), tournez votre regard vers le dedans.

377

Le monde est un lieu de doute. Ceux qui croient qu'une fiction est une réalité, créent en fait, la fiction elle-même. C'est pour cela que le monde est connu en tant que tel.

378

Le devoir de l'être humain est d'emprunter la voie de la foi et de la dévotion. Il est normal d'entendre et de sentir les coups et les craquements du monde. Cela vous enseigne le monde et vous fait comprendre ce qu'il est en réalité. Et vient ensuite une diminution des désirs et la progression se poursuit vers la félicité.

379

Lorsque vous restez chez vous, dans votre propre maison, entourés de vos proches, la joie règne. Mais lorsque vous êtes dans un milieu qui n'est pas le vôtre, c'est la mélancolie et la tristesse qui règnent. Et vous avez envie de regagner votre maison et retrouver la compagnie de ceux que vous aimez. Combien de temps encore comptez-vous rester loin de chez vous et être tristes et malheureux ?

380

Vous devriez oeuvrer avec vos mains tout en continuant, dans votre esprit, le *japa* de l'*Ishta*. En faisant cela, votre travail sera bien fait et il y aura quelque espoir que cela soit bénéfique pour le monde. Si vous vivez votre vie sans *dharma*, vous passerez votre existence ballottée par les vagues d'une mer de souffrances. Si vous voulez vivre dans le monde, il est impératif que vous viviez une vie de *dharma*.

381

Invoquez-Le. Tout dépend de Lui. Où que vous soyez, chérissez Son étreinte. Si vous désirez le bonheur dans ce monde, efforcez-vous de parvenir à Sa réalisation. Vous savez, vous avez vu ce qu'est le monde. Le malheur y apparaît chaque jour, partout. Le monde est connu pour cela.



31 - *SATSANG*

382

Il est du devoir de l'être humain de rechercher la présence de tout ce qui est bon et vrai (*satsang*), la présence de Dieu. Il ne peut être que bénéfique pour vous d'avoir autant de *satsang* que possible, car ceux-ci orientent votre esprit vers Dieu.

383

Faites en sorte que votre condition mentale soit toujours favorable au *satsang*. Et si vous n'avez pas l'occasion de pratiquer des *satsang*, soyez attentifs à ce que votre *bhava* (état d'être) soit toujours bon, positif, (*sadbhava*).

384

Si vous avez ne serait-ce qu'un aperçu de cette joie suprême (en fait, Mâ utilise le mot bengali et hindi *maza*, qui signifie aussi 'amusement'), plus jamais vous ne rechercherez le bonheur de ce monde-ci. C'est l'absolue vérité. La compagnie de personnes spirituelles, la pratique des *satsang*, la lecture des écritures, etc., vous conduisent vers Cela (cette béatitude). Vous n'aurez pas à quitter quoi que ce soit, efforcez-vous seulement de vous raccrocher à Lui. Les choses que vous devriez quitter vous quitteront d'elles-mêmes.

385

Préservez-vous en vous entourant de Cela (qui est le bien et le vrai). Employez-vous à garder constamment votre esprit tourné vers les actions positives, de manière à toujours être en situation de *satsang* et dans un environnement qui vous soit bénéfique.

386

Pratiquez le *japa* de Son nom aussi longtemps que vous le pouvez, cela équivaldra à rester en Sa présence. Tout comme un ami de ce monde vous raconte tout de lui-même, lorsque vous êtes en sa compagnie, Lui, le plus grand et le meilleur des amis, vous révélera Sa nature essentielle lorsque vous serez à Ses côtés. Renoncez-vous à vous baigner dans la mer lorsque vous voyez les vagues agiter sa surface ? Non. Au contraire, vous finissez votre baignade par un beau plongeon dans les vagues. Faites-en autant avec Lui : dans les remous et les tornades de la vie, vivez votre vie en pratiquant Son *japa* et invoquez-Le.

387

Ayez les *mahâtma* (âmes élevées) pour compagnons. Entendez par là : mettez en pratique, aussi souvent que vous le pouvez, tout ce que vous avez appris venant d'eux.

388

Il est indispensable de garder votre esprit dans un environnement clair et pur et d'avoir des discussions sur Dieu et la spiritualité. Gardez toujours ceci prêt à l'esprit. Il suffit d'un instant de dérapage pour tomber dans la boue, gardez toujours ceci prêt à l'esprit.

389

La signification et le but du *satsang* sont de demeurer en compagnie de Dieu qui est la forme de la vérité. Prenez refuge auprès de Lui, car Lui seul vous délivrera de vos fautes. Il est votre père, votre mère, votre parent, votre ami. Il est tout pour vous. Ayez cela toujours présent à l'esprit. Est-il possible que Lui soit dans l'incapacité de vous donner telle ou telle chose ? Si vous en avez le désir profond, il est impossible que vous n'arriviez pas à la réalisation du Soi. « Le parcours est-il long ou bref ? » Ne laissez jamais cette pensée traverser votre esprit. Par contre gardez toujours en tête cette idée : « Il faut que j'obtienne ceci ! » Mettez en oeuvre toute votre force. Il n'y a qu'ainsi que vous atteindrez votre but. Les allées et venues ne sont pas de mise. Vivez constamment avec ce *bhava* : « Je suis l'*Atma* ». Vous devez chercher refuge auprès du gourou pour vous libérer des allées et venues. D'où venez-vous ? Où allez-vous ? Lui, Celui qui est votre refuge, est partout.

390

Si vous continuez à vous rendre à un *mahâpurush*, il n'est aucunement question d'effondrement. Si vous vous approchez du feu, n'en sentirez-vous pas la chaleur ? Continuez à vous rendre auprès des *mahâtma* pour vous libérer des allées et venues dans ce monde. C'est parce qu'il y a

« allée » qu'il y a « venue », c'est parce qu'il y a « allée » que vous devez revenir.

391

Votre foi est en rapport avec les relations et les fréquentations que vous avez. C'est pour cela que vous devez participer à des *satsang*. Vous aurez la foi si vous croyez en vous-mêmes. L'incroyance n'est en fait que la croyance en d'autres. Ce *bhâva*, cette croyance qui est en l'Être humain, cette foi, c'est elle qui fait que vous avez foi en Dieu. C'est pour cette raison que la naissance humaine est si difficile à atteindre. On ne peut pas dire que l'on n'a aucune foi, aucune croyance en rien. Il y a toujours une foi en quelque chose.

392

Le *satsang* est le devoir d'un maître de maison. N'allez que dans les endroits où l'on parle de Dieu, de textes spirituels, où il y a des *bhajan* et des *kirtan*. Ne faites pas de discriminations. Ecoutez et recevez avec le cœur et l'esprit ouverts. Votre Gourou est le Gourou du monde et le Gourou de chacun est votre Gourou. Ni votre Gourou, ni l'*Ishta* ne sont moins importants que d'autres. C'est Lui qui est partout et dans toutes les formes. Priez en vous-mêmes : « Oh Seigneur. Oh *Ishta* ! Vous êtes tout. Cette révélation est tellement merveilleuse ! Permettez-moi de la comprendre ! »

393

Lorsque quelqu'un a des doutes à propos d'un sujet donné, il y a un réexamen de ce sujet, puis une discussion, afin d'effacer les doutes. C'est pour cela qu'il est positif et bénéfique d'avoir une discussion. Quand donc votre voile sera-t-il soulevé ? Une discussion, pour que votre vue, votre regard prennent une certaine distance. Ce regard n'est pas le vrai regard. Il faut atteindre et voir l'endroit où il n'est plus question de vue ni de création. La vue où les yeux n'existent pas, où il y a la vue sans la présence des yeux. L'œil de la connaissance (*gyan chakshu*).



32 - LA VERITE, LA RECHERCHE DE LA VERITE

394

La vérité protège la vérité. Il y a différents obstacles dans différentes activités. Si l'on ne prête aucune attention aux difficultés et que l'on s'efforce d'être toujours sincère et vrai, alors il n'est pas utile d'accorder son attention à celui qui a dit ceci ou cela, pas plus que ça ne l'est de l'accorder à ceci ou cela. Car on se voue à la vérité. Dieu Lui-même est le protecteur de ceux qui pratiquent la vérité.

395

Soyez sincères et vrais en toutes choses. Sans la pureté, on ne peut pas progresser sur le chemin de Dieu.

396

Si voulez percevoir la vérité, il vous faut être vigilants. Gardez ouvertes les portes et les fenêtres de chez vous : il se peut qu'à un moment ou un autre, dans les *prâna*, un souffle de Sa brise se fasse sentir.

397

Quand il y a recherche sincère de la vérité, cette recherche ne peut qu'aboutir. Pour préserver votre esprit et votre corps, pour les garder purs, vous devez vous rappeler Dieu, pratiquer le *japa* et la méditation, faire des *satsang* et lire les textes sacrés. Et pour cela, il vous faut recevoir les instructions d'un vrai Gourou.

398

Apportez un changement radical dans votre vie. Allez de l'avant, tel un grand *sâdhak* (ascète), et dirigez-vous vers la voie suprême. N'oubliez pas qu'Il est toujours là pour vous aider. Lui, Celui que vous servez avec dévotion, vous protège. Pour vivre une expérience au-dedans de vous, efforcez-vous de vous purifier, de purifier votre esprit, votre corps, votre *prâna*. On dit que si vous vivez de façon correcte pendant une année, pratiquant la vérité avec foi et sincérité, vous obtiendrez un résultat : une courte et rapide vision de la vérité. Il ne devrait y avoir aucun mensonge, pas même en geste ou en forme.

399

Un temps précieux passe et disparaît. Pourquoi perdre tout ce temps à penser à des futilités ? Faites en sorte d'accomplir votre voyage avec

succès. Il n'y a pas d'autres moyens d'éliminer les obstacles qui barrent le chemin, que la recherche de la vérité. N'est-il pas de votre devoir de vous mettre en quête de cette vérité pour réaliser votre propre Soi ?

400

L'être humain peut progresser sur le chemin de Dieu s'il se met à la recherche de la vérité.

401

Rien n'est plus bénéfique, pour gagner l'immortalité, que de toujours garder l'esprit tourné vers Dieu. Et pour prendre le chemin de l'immortalité, l'être humain doit se mettre en quête de la vérité.



33 - SAMADHI

402

Le *samâdhi* est la réunion, la confluence totale de tous les types de *karma* et de *bhâva*. C'est l'état qui est au-delà de l'ignorance et de la connaissance. Ce que vous tous appelez *savikalpa* est aussi une *sâdhanâ* et permet d'atteindre le tout dernier état.

Au début, lorsqu'un élément essentiel (*tattwa*) – pensée ou chose – des cinq qualités essentielles (*tanmatra*), forme, goût, odorat, toucher et son, est clairement observé, alors le corps, prenant cela, devient ferme et solide. Par la suite, cette même phase devient totalement enveloppante et noie progressivement la connaissance du moi dans l'« on », puis l'établit, la fixe en une existence dominante. Au final, lorsque cet état atteint son point culminant, où cette existence « une » est absorbée elle aussi, il est impossible de comprendre ce qui reste et ce qui ne reste pas, par le moyen du langage ou de l'expérience des sens ou de l'esprit.

403

Dans l'état de concentration totale, la perception de la dualité du *sâdhak* – sous forme de *Saguna* et *Nirguna* – disparaît.

404

Lorsque vous atteindrez cet état, vous verrez chaque chose clairement et de la juste façon.



34 - *SÂDHANÂ, SÂDHAK*

405

La *sâdhanâ* n'est autre que l'effort accompli pour acquérir votre propre richesse (*swa-dhan*, *dhan* signifiant 'richesse'). Chaque chose Lui appartient. Il n'y a d'autre façon d'agir que d'être à Ses pieds. Si vous êtes absorbés dans vos pensées, faites que ces pensées soient pour Lui.

406

La *sâdhanâ* est le désir d'acquérir votre propre richesse. Continuez à Lui dire « prends-moi, prends-moi ». C'est cela la *sâdhanâ*. Dans les formes de la *sâdhanâ*, Il est infini. Vous avez besoin de la force intérieure pour retourner dans votre maison, vous avez besoin de la grâce du Gourou. La révélation progressive est une chose, la révélation par la grâce en est une toute autre. C'est comme une maison plongée dans les ténèbres, qui tout à coup s'emplit d'une merveilleuse clarté. En outre, la *sâdhanâ* pour une révélation progressive est interminable. La grâce progressive continue à n'intervenir que dans l'action (*karma*). En continuant à frotter, le feu finit par s'allumer. La voie de la révélation s'ouvre. Et de nouveau la grâce est là, sans aucune raison (*ahaituki kripa*). Ce n'est pas pareil que la révélation progressive. C'est pour cela que l'on dit : que savez-vous de Sa réalisation ? C'est pour cela qu'il faut prier pour Sa miséricorde et Sa grâce.

407

La plante est dans un pot et la plante fait corps avec la terre qui est dans le pot. De même que vous changez la plante d'endroit en déplaçant le pot, placez le Seigneur sur un *âsanâ* (siège de méditation) dans votre coeur.

Ainsi, lorsque vous changez d'endroit, le Seigneur demeure toujours assis sur un *âsanâ* dans votre coeur – souvenez-vous de cela.

408

Quel que soit l'état dans lequel vous devez vivre, faites en sorte que cet état soit propice à la réflexion du Soi. Cela devrait être l'objectif de l'être humain à chaque instant.

409

Pendant d'innombrables *yuga*, vous avez connu l'expérience du plaisir de la nourriture, du sommeil et de nombre d'autres satisfactions de ce monde. Et cette expérience va en augmentant. Ne poursuivez pas sur cette voie, l'être humain ne peut savoir à quel moment la paix lui sera révélée. Dites-vous : tant que je n'aurais pas accompli cela, je continuerai les *karma* qui conduisent à cela. Gardez votre esprit totalement immergé en Lui à chaque instant de chaque journée. Le pouvoir (*shaktî*) continuera à grandir aussi longtemps que vous serez en mesure de garder votre esprit immergé en Lui. Souvenez-vous que cette *shaktî* est votre compagnon tout au long du parcours suprême.

410

La fleur pure et sans souillure trouve une place aux pieds du Seigneur. Veillez à toujours avoir un *bhava* (état d'être) pur et vertueux afin d'être en mesure de faire l'offrande de vous-même à Ses pieds, aux pieds de l'*Atma* (existence suprême), le *prâna* des *prana* (l'énergie vitale). Parlez de Lui, uniquement de Lui, de Ses vertus et voyez-Le en toutes choses. Seul, dites-vous ? Où êtes-vous seuls ? Dans un lieu qui ne vous est pas familier ? Croyez-vous vraiment être seuls, sans ce merveilleux Ami, lorsque vous êtes dans un endroit qui vous est inconnu ?

411

Faites tout ce que ce corps (Mâ) vous dit de faire, n'ayez aucune hésitation. Sachez que c'est pour votre bien. La seule façon d'inhiber le processus mental, c'est en suivant le cours d'une unique pensée. L'activité intérieure ne s'enclenchera que si cette pensée apparaît.

412

Il ne faut rien gaspiller. Tout est utile. Imaginez que vous preniez le train pour aller quelque part. Pour prendre ce train, vous vous rendez à Dakha par bateau depuis le village. Puis vous descendez du bateau et avec l'aide d'une canne vous grimpez sur une voiture tirée par des chevaux, pour vous rendre à la gare. Même si votre but était de prendre le train, vous ne pouvez pas considérer le bateau, la canne, la voiture tirée par un cheval, etc.,

comme autant de choses inutiles et sans valeur. De la même façon, souvenez-vous que pour atteindre Dieu, tout ce que vous devez faire est indispensable. Rien n'est inutile.

413

La pratique des actions qui conduisent à Dieu doit être continue. Elle ne doit avoir aucune coupure. Dieu dispense une lumière ininterrompue, dans l'espace et dans le temps.

414

Le souvenir de Dieu dans la paix de son être intérieur – que la pensée de Dieu ne vous quitte jamais. Que ce même courant de *bhâva* (disposition intérieure) demeure en vous, à tout instant, dans le monde extérieur. Rappelez-vous que le Seigneur des *prâna* est présent au plus intime des *prâna* eux-mêmes.

415

Que vous soyez malades ou en bonne santé, ne considérez pas ce qui est favorable ou ce qui ne l'est pas.

416

La naissance humaine est difficile à atteindre. Si vous ne prenez pas le temps de méditer sur votre *Ishta*, ayez cette pensée : que suis-je en train de faire ? Ma vie va-t-elle se passer de la sorte ? Celui qui est capable d'avancer dans cette direction, en tirera profit. Si vous ne prenez pas ce chemin, vous allez vers la mort.

417

Pour cueillir une rose, vous devez glisser votre main au milieu des branches et des nombreuses épines. Lorsque votre but est la rose et que vous désirez vraiment l'atteindre et la cueillir, vous n'y renoncez pas par peur des épines. Mère prend en effet les dispositions qui sont nécessaires pour chacun. Seule Mère sait quelles sont les dispositions nécessaires pour chacun d'entre vous. Si vous avez cette foi alors vous n'aurez pas à affronter la souffrance.

418

La lecture des écritures sacrées, le chant des noms du Seigneur représentent l'essence des moyens de salut durant ce *Kaliyuga* où nous, nous sommes, c'est là la voie pour traverser l'océan de la vie. Le chemin de la mort est suffisamment connu. Il y en a assez du bonheur et du malheur ! Devenez pèlerin de l'immortalité, retournez dans votre maison.

419

La souffrance que vous éprouvez quand vous vous sentez incapable d'arriver jusqu'à Lui, deviendra l'aide qui vous permettra de L'atteindre.

420

Si vous n'êtes pas en mesure de trouver un lieu propice aux *satsang* et en accord avec votre *bhâva*, *Vasudeva*, qui demeure dans le coeur de chacun, est là, qui est idéal pour votre *bhâva* (j'entends par là : rappelez-vous de *Vasudeva*). Préparez-vous en participant à des réunions d'amis spirituels durant lesquelles l'amitié de Dieu (*sadbhâva*) est disponible. Accomplissez des actions dans ce sens.

421

En premier lieu, lavez votre corps et mangez de la nourriture saine, puis dormez tranquillement. Ainsi, il vous sera plus facile de méditer sur Dieu. En effet, il est plus facile de garder votre esprit aux pieds du Divin, si votre corps est en bonne forme. Lorsque vos progresserez, la quantité nécessaire de sommeil et de nourriture évoluera de façon naturelle.

422

Il n'y a pas d'autres moyens, pour vous libérer de l'angoisse du monde, que de tourner vos pensées vers Dieu. Agissez de façon à inciter votre esprit à se centrer sur Lui qui est révélé sous forme de création, de conservation et de destruction. Quand un être est malheureux et qu'il souffre dans son coeur et dans son esprit, cette souffrance finit par causer du tort au corps physique. C'est la seule conséquence qui en résulte. Ne pensez qu'à Lui. Il gouverne tout et régit chaque chose.

423

Rappelez-vous toujours que la satisfaction (l'autosatisfaction) ne peut se manifester à n'importe quel propos. Certaines personnes éprouvent de la joie, voire même du bonheur, lorsqu'elles ont un *darshan*, ou à la suite d'une quelconque expérience. Elles ont alors tendance à se prendre pour Dieu Lui-même. Sur la voie spirituelle, avant que n'advienne la révélation suprême, ils sont entraînés vers le courant des *vibhuti* et acquièrent des pouvoirs supranormaux. C'est là, en fait, l'obstacle.

424

Ayez toujours un *bhâva* (disposition intérieure) joyeux, car cela est propice aux actions spirituelles. Une *bhâva* pessimiste crée des obstacles sur la

voie suprême. Lorsque vous resterez auprès de Lui, vous devrez être libres de tout lien.

425

La transformation c'est ce passage où les *bhâva* de ce monde vont en s'affaiblissant. Et plus les *bhâva* s'affaiblissent, plus la progression vers la félicité s'accroît.

426

On ne se débarrasse pas de ses liens, de ses attachements, en faisant un effort, quel qu'il soit. Ce n'est qu'en rendant plus fort le désir de L'atteindre que l'on parvient à se défaire de ses liens. Il faut renoncer aux choses matérielles. Félicité et sérénité, qui sont le but de tout un chacun, sont présentes dans tous les êtres. Il est impossible d'y renoncer.

427

Pour la révélation de votre propre véritable forme, maîtrisez les onze *indriya* (instruments des sens et d'action pour l'acquisition de la connaissance et l'efficacité dans le monde extérieur). Tournez-vous vers « Cela ». C'est pour Lui rappeler que l'on respecte le vœu *ekadashi* (un vœu de jeûne partiel tous les 11 jours de la lune).

428

Efforcez-vous toujours d'assumer vos résolutions. Gardez cette ferme résolution à l'esprit : « Je ne suis pas en mesure de faire l'expérience de Dieu. Je n'interromprai pas mes efforts. »

429

Il est possible d'atteindre le « Toi » en se débarrassant du « Moi ». Le but de la *sâdhanâ* et des prières est d'écraser totalement l'Ego.

430

Il vous faudra devenir impatient. L'impatience est notre propre nature (*swabhava*). Le désir impatient d'atteindre le Divin, se manifeste de lui-même. Ce n'est que lorsqu'on a réalisé sa propre richesse que cette impatience disparaît.

431

Il y a deux chemins possibles : celui de la personne qui suit la vie de famille (*grihastha*) et celui de l'accomplissement du service avec la conscience que tout est Dieu. Cependant, si vous avez le désir et la ferme intention de vous connaître vous-même, il existe une autre voie où vous pouvez avancer sans aucune interruption.

Tant que la *Gourou-Shaktî* ne se sera pas révélée, vous ne pourrez pas emprunter la voie particulière qui conduit à la connaissance de votre propre et véritable *swarûpa* (essence). C'est pour cela que vous n'avez pas trouvé le chemin qui vous permettra d'avancer. L'effort pour la réalisation du Soi (*sâdhanâ*) s'écoule dans le grand courant de la Création (*Prakriti*). Ainsi l'être humain est tenu de faire des efforts, à longueur de temps, afin de progresser rapidement, et de s'illustrer de cette façon.

Ce qu'on entend à propos de la réalisation dans l'*Atma*, ou à propos de la lumière de l'*Atma*, c'est uniquement et simplement ce qu'on entend. Mais la façon, les moyens pour atteindre cela, existent. La voie qui part de la cause physique et nous permet de parvenir à tout cela est la voie que nous devrions tous emprunter. Vous voyez sans aucun doute les effets de la brise qui souffle. Cette brise sans laquelle nos corps ne pourraient pas être. Cette même brise qui souffle sur les arbres, sur les pierres, sur les insectes, sur les animaux. Sur quoi ne souffle-t-elle pas ? Vous tous ici, parlez de la terre, de l'eau, du feu, de l'air, du ciel, n'est-il pas vrai ? Vous considérez chacun de ses éléments et lui demandez de vous aider à comprendre. Ainsi, il est dit que la véritable conscience (*satya chaitanya*) est la forme de *sat*, *chit*, *ânanda*, et c'est pour cela qu'il y a *ânanda* (béatitude). En fait, dans une sorte de désordre où la véritable conscience est éternellement dans ce que nous tous voyons avec notre vue et notre vision normales, comme si nous avions physiquement la lumière de la conscience et de l'inconscience. Il nous est impossible, avec notre vue ordinaire, de voir cela tel que c'est véritablement. Si l'on garde cela à l'esprit – de même que lorsqu'on fait *deva puja* on doit faire *pranapratishtha*, l'insufflation de l'énergie dans la statue qu'on adore. Cette énergie agit à l'intérieur de nous, à tous moments, sous forme de notre *prana-vayu*. (L'intellect est à l'intérieur de chaque chose n'est-ce pas ? Et c'est pour cette raison que l'on parle de l'« intérieur ».) En fait, c'est pour cela que je continue à dire « je », « vous », « avec forme », « sans forme ». Gardez toujours cela en mémoire – quel est ce *prana-vayu* qui est à l'intérieur de nous dans l'entièreté de sa forme ? C'est une forme de cette conscience qui est la nôtre, illuminée dans cette forme. Si nous pouvons prendre le *mantra* donné par notre Gourou et l'unir à ce *prana*, cela nous aidera à raffermir notre esprit et tendre à atteindre l'éternel *prana* des *prana* dans son entièreté.

Il est impossible, pour ceux dont la forme du Soi est *Sachchidânanda* (la Réalité suprême) où existe l'éternel *lîlâ* (jeu divin), d'obtenir ce *darshan*

(le fait de voir) sans cette lumière qui vient de la conquête des *indriyas* et de la progression au-delà de ceux-ci. Si cela ne se produit pas, où donc est la *darshan* de l'*Atma* et la lumière de l'état intérieur ? La lumière, dans celui qui joue, qui agit dans son *Atma* (*Atmaram*) sous forme du jeu éternel (*Nityalîlâ*). A ce moment-là seulement il peut y avoir la connaissance de l'unicité de l'*Atma*. Quoique nous fassions, en quelque endroit que soit notre esprit, avec la rapidité d'une personne impatiente, ou avec lenteur, Il poursuit son travail, au même rythme, sans pause aucune, telles les aiguilles d'une horloge. Faites de même en vous efforçant de concentrer votre esprit sur le *prânava*. En agissant ainsi, le mental restera en deçà de certaines limites, au lieu d'errer sans but dans votre cœur. Si vous immobilisez un enfant turbulent, il restera assis tranquillement, même si c'est pour une courte durée. Pour calmer et stabiliser toute forme d'impatience, il faut avoir recours à la fermeté. La manifestation du *sabdhava* (attitude pure) de l'esprit, c'est le *satsang*. Aussi longtemps que vous serez avec Lui, les désirs de votre esprit seront satisfaits et vous connaîtrez la paix. Avec l'aide de l'intellect et de l'Ego, faites en sorte que votre esprit établisse de bons rapports avec le *prana*. Ce qu'il faut savoir, c'est que le flot ininterrompu (*akhandhârâ*) est en fait la révélation de l'*akhanda* (sans division) dans son entièreté.

434

La *sâdhanâ* est la démarche et l'effort accomplis pour éliminer, racines y compris, les obstacles qui encombrant le chemin menant vers le Divin.

435

Dans le monde des *jiva*, chacun doit être confronté à différentes sortes de plaisir et de souffrance. Cela fait partie du jeu de Dieu. Dites-vous toujours que c'est Lui, dans différentes formes. Priez. Demandez-Lui de vous accorder patience et endurance. Votre esprit doit être totalement immergé en Dieu. C'est la seule façon de progresser sur votre propre voie. Accomplissez des tâches avec vos mains et le *japa* avec votre esprit. Et ne parlez que lorsque c'est indispensable.

436

Il est essentiel que le *sadhak* (celui qui pratique la *sâdhanâ*) garde toujours l'esprit tourné vers Lui et ne cède pas aux tentations du monde matériel, même s'il n'est pas en mesure de pratiquer le *japa* pendant une longue période.

437

Il ne vous sera pas possible d'effectuer une quelconque autre tâche si vous ne demeurez pas immergé en Lui.

438

Il est inutile d'envisager de se libérer de l'emprise des désirs matériels si l'on ne s'abandonne pas totalement à Dieu. Et il ne peut y avoir de véritable attachement pour Dieu que quand on est libre de tout désir matériel.

439

Le *japa* ou la méditation de *Sri Krishna*, l'amour pour le Divin et l'adoration pour Lui, doivent être tels, que tous les problèmes, quels qu'ils soient, deviennent *L'Ishta*. Voilà pourquoi il faut méditer sur Lui. Voilà pourquoi vous devez Lui consacrer chacune de vos actions et devenir un instrument entre Ses mains. Déposez votre esprit à Ses pieds. Gardez votre corps, qui est Son temple, pur et propre. Efforcez-vous d'accomplir toutes vos actions, physiques ou autres, le corps empli de *Krishna*, en effectuant Son *japa* et en méditant sur Lui.

440

Il est tout à fait naturel que survienne, à un moment ou à un autre, un sentiment de besoin et de manque, *a-bhâva*. Il s'agit du *svabhâva* (l'être propre). Posséder toutes choses, cela implique de tout accepter. Le Divin, dont la compassion et la miséricorde sont infinies, agit toujours pour le bien (*mangal*). Pour quelque raison et à quelque moment que ce soit. Mais de temps à autre, la souffrance apparaît. Immanquablement. Lorsqu'Il se manifeste sous forme du possesseur de toutes choses, espérez, car chaque chose sera révélée dans des formes différentes et variées. Il est particulièrement bénéfique d'être affecté par l'absence de Celui qui proclame la splendeur de la vérité, parce qu'Il fait ressortir le souvenir de la vérité. Il est partout, à tous moments. Il est du devoir de l'être humain de s'efforcer d'éveiller sa propre véritable nature.

441

De même que le cerf-volant flotte dans le vent en étant retenu par une simple ficelle, les yogis eux, peuvent accomplir toutes sortes d'actions en se raccrochant au fil du souffle et des *sanskars* : ainsi, ils peuvent s'élever dans les airs, n'être plus qu'un corps subtil, changer de taille, disparaître, etc...

442

Dans le royaume du corps et de l'esprit, même lorsque les *shaktî* négatives tendent à augmenter, essayez de vous asseoir, dans un *bhâva* (état d'être) stable et posé, qui ne fait plus qu'un avec votre conscience. Puis restez assis un long moment, dans une *âsana* (posture yoguïque) ferme et tranquille. Pendant la période des moussons, partout dans la nature, des arbres tendent leur vert feuillage vers un ciel sans limite. Ils s'étirent vers le haut pour mettre en évidence leurs formes harmonieuses. Ainsi, dans la vie de l'aspirant *sâdhaka*, l'*Ishta* s'emploie à conserver son esprit ardent et dispos en accentuant son avancée vers le but, en s'efforçant d'éliminer les tracas du passé et en établissant le tracé, simple et rectiligne, pour la nouvelle expérience et le *bhâva*. Dans leur hâte et leur impatience d'atteindre le but, les voyageurs ne reviennent pas sur leurs pas pour se rendre compte de l'importance du trajet qu'ils ont accompli, ou pour revoir ce qu'ils ont vu ou se rendre compte de ce qu'ils ont acquis. Il en est ainsi dans la vie même de l'aspirant, du *sâdhakâ* : il est préférable que celui-ci renonce aux émotions et aux sentiments qui appartiennent au passé (*bhâvanâ*). Faites ce qu'il faut pour atteindre votre but. Tant que vous êtes dans le royaume de l'esprit, et en dépit du fait que l'idée du plaisir de l'*Ishta* existe, il est préférable que vous continuiez à flâner dans le royaume de cet *Ishta*.

443

Apprenez à jouer le jeu de l'*ânanda* (félicité, béatitude) de belle manière. Si vous vous y consacrez, en vous donnant totalement au jeu lui-même, vous arriverez à la fin de la partie. Comprenez-vous ?

444

Considérez la critique, la réprimande, comme une banale bouse de vache. Lorsqu'une bouse de vache traîne sur le sol sans que personne ne la récupère, elle finit par se décomposer et disparaître. Alors que si vous la mélangez à la terre et l'utilisez comme fertilisant sur les racines des arbres, elle contribue à vous procurer des fruits magnifiques. Ainsi, lorsqu'un aspirant *sâdhak* est capable de supporter la critique et que son corps même l'accepte, le résultat ne peut qu'en être bénéfique. Le terrain est fertilisé. Critique et réprimande sont une bonne chose. Elles sont aussi « cela ».

445

Tout dépend de Dieu. Il vous faudra croire que seule Sa main miséricordieuse est la vérité lorsque vous avez des problèmes ou que des obstacles se lèvent qui vous barrent le chemin – conséquence de vos désirs. Ne vous laissez pas prendre par l'impatience et l'agitation. Soyez plutôt impatients d'atteindre le Divin. Vous n'avez pas encore reçu Sa réponse.

Un temps inestimable se perd en souffrances. Ne causez pas de tort à votre corps et à votre esprit en devenant instables et indécis par suite de votre soif de choses matérielles.

446

Donnez tout de vous. Vous recevrez tout. Dépendez totalement de Lui.

447

Si vous vous tournez vers Dieu, votre *shakti* intérieure (énergie divine) augmentera et vous libérera du désir pour les choses matérielles. Que vous en ayez envie ou pas, persistez dans vos efforts. Et gardez l'espoir que votre esprit soit attiré, à un moment ou à un autre, par Cela. Et effectivement, cela arrive.



35 – *Le Service*

448

Avec Dieu dans votre coeur, offrez votre service à tous les êtres. Celui dont le coeur est habité par le Divin à longueur de temps, nuit et jour, vingt-quatre heures sur vingt-quatre, met continûment son service à la disposition de tous les êtres (*Mahâseva*). Chacune de ses actions est digne d'être vénérée.

449

Que ce soit sans forme ou dans toutes les formes, il n'y a que Dieu, seulement Dieu. Si vous avez connaissance de cela et que votre esprit demeure fixé sur Lui, lorsque vous accomplirez un service, *chitta shuddhi* (le mental à l'état pur) apparaîtra. C'est heureux et hautement souhaitable pour l'être humain. La patience est en effet le fondement du bien suprême. Le voyageur sur le chemin du *dharma* doit suivre la direction qui le mènera à la révélation, atteinte sans effort, de sa propre nature.

450

Lorsque vous accomplissez un service, l'esprit et le coeur fixés sur Dieu, vous l'accomplissez pour Dieu Lui-même. C'est Sa façon d'accepter votre service. Chaque chose est création de Dieu.

451

Servez *Janjanârdana* (*Vishnu* sous forme humaine) en ayant Dieu dans votre esprit. Il faudrait accomplir le service des *mahâtmâ* avec le sentiment qu'ils animent les temples. Servez les *vigraha* (formes spirituelles de l'Un) des temples aussi bien que vous le pouvez.

452

Si vous passez chaque instant des vingt-quatre heures de votre journée à penser au Divin, à méditer sur Lui et à pratiquer le *japa*, alors vous vous consacrez au service de *Janjanârdana* (littéralement, celui qui aide le peuple, jan). S'il ne vous est pas possible de pratiquer le *japa* et la méditation à longueur de temps, alors dans les laps de temps dont vous disposez, effectuez le service en ayant conscience de ce que votre propre *Ishta-Janârdana* (*Vishnu*), est en chacun, dans la même mesure.

453

Si vous vivez cette vie dans un esprit de service, elle ne sera plus cette sorte d'asservissement permanent qu'elle est pour d'innombrables personnes. Vous atteindrez ce but en vous donnant au Divin. Tout comme vous remontez votre montre une fois par jour, pensez à vous « remonter » vous aussi, matin et soir. De la sorte vous resterez immergés dans cette atmosphère, dans ce sentiment de service à Dieu. Et pour cela, dès que vous le pouvez, asseyez-vous en position stable et ferme, puis faites Son *japa* et méditez.

454

Il y a des personnes qui pensent que le service envers les hôtes est une perte de temps, que le véritable service est et doit être uniquement le service pour Mâ. Eh bien ce corps vous dit que le service accompli pour ces personnes venues ici avec un *bhava* (état d'être) pur et tranquille afin de prendre part au satsang, est identique à celui que vous accomplissez pour *Janjanârdana* (un des noms de *Krishna*).

Traduit pour MÂ ...

FIN
FIN
FIN
FIN
FIN
FIN
FIN
FIN



OM Mâ Shri Mâ Jay Jay Mâ

i Publié en 1996 par les éditions Terre du Ciel, maintenant épuisé, mais disponible sur le site www.anandamayi.com, section française.

ii Disponible sur le même site pour toute la première partie qui parle de la vie de Mâ jusqu'à 35 ans

iii Albin-Michel, spiritualités vivantes/poche, 1996.

GLOSSAIRE

des mots sanskrits

(Les a finaux brefs sont prononcés en sanskrit, mais pas en hindi actuel.)

Akshra : littéralement, indestructible, désigne la syllabe, en particulier le Om, relié au son du silence qui seul subsiste alors que disparaissent toutes les autres sonorités.

Ânanda. Joie sans objet, félicité qui est au-delà de la dualité bonheur-malheur. Une des qualités fondamentales de l'Absolu, avec l'être (sat) et la conscience (chit). Mâ rayonnait tellement l'*ânanda* que Bhaji lui a donné le nom de « pénétrée d'*ânanda* », *Ânanda Moyî*.

âsana. Posture de yoga.

Atmâ (ou *Atman*). Le Soi, en général transcrit par une majuscule, bien qu'il n'y ait pas de majuscule en sanskrit. Selon le contexte, peut aussi signifier « soi-même ».

avidyâ. L'ignorance fondamentale par laquelle le monde existe, incluant aussi toute connaissance qui n'est pas la connaissance du Soi.

Bhakti. Dévotion, amour pour Dieu et le *guru*.

Bhakti-Yoga. Correspond à la voie de la dévotion, incluant le plus souvent la récitation du *mantra*; elle se distingue de la voie de la Connaissance, le Jnâna-Yoga, faisant intervenir l'observation du mental. Le *Karma-Yoga* correspond au service désintéressé. En pratique, il est souvent associé à la *Bhakti*.

bhajan. Chant religieux.

bhâva. De la racine sanskrite signifiant « être, devenir ». Etat d'être, état émotionnel qui laisse transparaître à l'extérieur un peu de l'expérience spirituelle.

brahma-chârin. Litt. « celui qui se déplace dans l'Absolu » : plus couramment, celui qui observe le célibat, qu'il soit étudiant non encore marié ou moine novice.

brahmane. (Souvent traduit par brahmine, pour le distinguer du Brahman, (l'Absolu.) Membre de la caste indienne chargée de la tradition religieuse.

C*hakra*. Centre d'énergie vitale; on en décrit en général sept, correspondant de façon ascendante à la sublimation par le yogî de l'énergie vitale en énergie spirituelle.

Chaitanya Mahaprabhu (1486-1533). Réformateur du culte de Krishna au Bengale, un des saints bhakta les plus célèbres de l'Inde, appelé aussi Gaûranga. Il a diffusé la coutume du chant extatique, en procession dans les rues. Il a réagi contre la décadence des tantriques et *sahajika* de l'époque, en insistant sur la nécessité de la pureté de vie. Le premier groupe de disciples bengalis autour de Mâ s'attendait certainement à ce qu'elle ait des extases comme Chaitanya.

D*arshan*. Signifie à la fois vision d'un Dieu (cf. la vision de la forme cosmique de Krishna par Arjuna au chap. XI de la Bhagavad-Gîtâ) ou le fait de voir un sage, qu'on s'entretienne ou non avec lui.

Dharmashâlâ. Gîte pour pèlerins, une institution courante en Inde.

F*akir* (de l'arabe). Littéralement « pauvre »; désigne aussi un religieux mendiant musulman.

G*uru*. Enseignant spirituel; s'il a atteint la Réalisation, on l'appelle *sad-guru*.

H*ara*. Un nom de Shiva.

Hari. Un nom de Vishnu, qui s'est incarné en Rama et Krishna, entre autres.

Ishvara. Le Dieu créateur et personnel, équivalent au *saguna*-Brahman (l'Absolu avec qualités), qui est en-dessous du *nirguna*-Brahman (l'Absolu sans qualités).

Kālī. Un aspect de la Mère divine particulièrement honoré au Bengale; elle est à la fois protectrice et terrifiante.

karma. Action, ou résultat des actions antérieures. Les événements qui arrivent à quelqu'un sont dus à son *karma*; son libre arbitre lui permet de choisir la façon, positive ou négative, avec laquelle il va réagir. Mâ a dit qu'elle n'était pas venue en ce monde par l'effet d'un *karma* de vies antérieures.

khîr. Riz bouilli dans du lait, avec du sucre et souvent de la cardamome; un des desserts favoris des Indiens.

kîrtan. Chant religieux. Mâ avait composé des *kîrtan*, et en a chanté également jusqu'à un âge avancé.

Îlâ. Le jeu, en particulier de Dieu qui agit d'une façon qui échappe souvent à notre raison, et du *guru* qui joue le jeu de la dualité avec son disciple, alors qu'il sait que, fondamentalement, il est un avec lui.

Lakshmi. Epouse de Vishnu, déesse de la richesse et de la maison.

Mahâ-bhâva. L'union à Dieu, dans la voie de la *bhakti*, l'expérience d'extase la plus haute, qui se traduit par un certain nombre de symptômes physiques. Mâ emploie ce terme dans un sens assez large « d'expérience du Suprême ».

mahâ-mâyâ. La Grande Illusion, à l'origine du monde manifesté; également, un des noms de *Kâlī*.

mahâtma. Personnalité religieuse éminente

mantra. Sons sacrés transmis par les sages (*rishi*) des temps anciens. Dans la *bhakti*, on se concentre sur le Nom de la divinité qu'on adore, afin de réussir à ce que le Nom et Celui qui est nommé ne fassent plus qu'un.

mudrâ. Geste symbolique relié à une divinité ou à un état d'être particulier. Chez Mâ, des *mudras* venaient spontanément.

namaz (arabe). Prière musulmane.

Pandit. Savant spécialiste de sanskrit et des Ecritures. Ils sont en général mariés, contrairement aux *sannyâsin*.

parabrahman. La Suprême Réalité.

pranâm. Prosternation devant ses parents, un sage ou une statue de dieu.

pranava. Le son OM, qui est la vibration primordiale à la base de l'univers manifesté.

prasâd. Nourriture acceptée par un sage ou par le prêtre au nom de la divinité, et redistribuée ensuite aux fidèles.

pûjâ. Prière rituelle, en principe matin et soir dans une famille religieuse ou dans un temple en activité.

Rudra. Aspect terrifiant de Shiva.

Sâdhakâ. Celui qui pratique une sâdhanâ.

sâdhanâ. Pratique spirituelle à long terme.

sâdhu. Littéralement « homme bon », moine, souvent errant. En pratique, on trouve parmi les *sâdhu* un mélange d'aspirants sincères et de mendiants qui prennent l'habit orange simplement pour améliorer le revenu de leurs quêtes.

shaktî. Energie divine, épouse de Shiva, au centre d'une forme religieuse courante au Bengale, le *Shaktisme*.

samâdhi. Enstase. En général, le yogi en *samâdhi* n'est pas conscient du monde extérieur, sauf s'il s'agit de l'état suprême, très rare, de *sahaja-samâdhi*, où l'expérience d'unité complète peut être maintenue également dans la vie courante. Le *nirvikalpa samâdhi* ('sans alternative' ou 'sans associations d'idées' est supérieur au *savikalpa samâdhi*)

samskâra. Conditionnements fondamentaux venant des vies antérieures ou de cette vie-ci; ils sont comme des germes qui se développent dès que les circonstances sont favorables. Seule la Connaissance complète peut stériliser ces germes.

sannyasîn. Moine; également sujet qui a atteint le quatrième et dernier stade de l'existence, où il quitte le monde pour aller vivre en solitude.

shastra. Ecritures sacrées hindoues.

Yantra. Diagramme géométrique correspondant à un *mantra*. Le centre, appelé *bindu*, correspond au divin, le carré extérieur à l'aspirant spirituel, et les portes à la possibilité de passage de l'un à l'autre.

