

PHILOSOPHIE

DU

SAHAJ MARG

Par

SHRI RAM CHANDRA

Président de la

MISSION SHRI RAM CHANDRA

SHAHJAHANPUR

NOTE DE L'ÉDITEUR

Nous sommes heureux de présenter au monde la « Philosophie du Sahaj Marg » par Shri Ram Chandra Ji, Président-Fondateur de la Mission Shri Ram Chandra, Shahjahanpur, Uttar Pradesh. Ce livre n'est pas d'un genre orthodoxe s'appuyant sur des travaux qui font autorité, tel que le Prasthan Trayee. Il vient des sommets de l'intuition et des expériences personnelles de l'auteur dans le royaume de la Réalité Ultime. Le public y trouvera donc un rare intérêt et un mode peu conventionnel de présentation.

L'auteur a déjà une riche expression littéraire concernant le Sahaj Marg. L'Aube de la Réalité, l'efficacité du Raja Yoga et les Commentaires sur les Dix Commandements du Sahaj Marg ont vu trois ou quatre éditions. Pour d'évidentes raisons, ce livre-ci contient certains des matériaux déjà contenus dans les premiers et d'autres écrits de l'auteur dont pas mal jusqu'alors n'ont pas encore été publiés.

Ayant réellement mené une vie de spiritualité, l'auteur, dans ce livre a traité le côté pratique de la philosophie et toute la deuxième partie est consacrée à l'aspect pratique. A ce sujet, ce livre est spécifiquement différent des autres livres de la philosophie connus.

Tout un chapitre a été consacré au rôle du Maître dans le Sahaj Marg et à la méthode unique du Pranahuti ou Transmission yogique qui distingue le Sahaj Marg des autres voies connues de la sadhana spirituelle. Le Pranahuti est en vérité une haute Grâce Divine. Puissent ceux qui aspirent à Dieu en profiter dûment grâce à l'aide du Maître dont le ministère est gratuit et ouvert à tous ceux que cela intéresse.

J.R.K. RAIZADA,

Superintendant — Service Publication

Mission Shri Ram Chandra

Shahjahanpur (U.P.)

PREFACE

L'inde est connue pour être le pays de la Philosophie. Elle a une très riche tradition de pensée sur laquelle s'appuyer et comme telle a souffert d'un manque apparent d'originalité, de fraîcheur d'approche et de traitement dans le domaine de la recherche créatrice pendant des siècles. Ce riche patrimoine et cet héritage sont des apports si grands que nous pouvons mal les laisser de côté mais nous pouvons aussi nous y restreindre aveuglément à nos propres risques. Nous n'avons qu'à progresser à partir de là pour prouver que nous sommes dignes de notre noble lignée.

C'est la promesse d'un progrès, allant au-delà de l'essence de la riche tradition indienne de spiritualité, que le système moderne du Sahaj Marg apporte, dans le domaine actuel de la renaissance culturelle de notre pays. Le fondateur de ce système, d'après la méthode de son propre Maître et l'exemple d'innovateurs plus anciens tels que Swami Vivekananda; le Bouddha et des sages védiques non mentionnés, a décidé d'approcher la philosophie Indienne et la science de l'Ultime qui s'y trouvent, comme source originelle, au-delà des livres qui sont venus jusqu'à nous. Suivant en cela ces mêmes grands maîtres, il n'a pas voulu faire un mystère de sa méthode ou un dogme de ses conclusions. Ses affirmations sous la forme de « Ceci est la Vérité que j'ai découverte » et « ceci est la voie pour y parvenir » résonnent comme un écho aux paroles de Bouddha : « ceci est la cessation de la souffrance » et « voici comment y parvenir ».

Le langage de l'expérience dans le domaine du spirituel a invariablement le ton d'une certitude plutôt que celui de questions ou de doutes, caractéristique de la recherche intellectuelle qui constitue le centre de la philosophie, tel qu'on le comprend en Occident. Toutefois le ton de certitude, dans les œuvres du voyant spirituel, demeure tempéré par un œcuménisme de point de vue et c'est en cela qu'il diffère du fanatisme religieux ordinaire. La marge entre les deux, néanmoins est petite et cela s'est trouvé très souvent justifié dans l'histoire de la civilisation humaine. De même, la nécessité permanente d'adopter une attitude scientifique d'orientation de recherche et d'ouverture d'esprit dans le domaine propre de la philosophie hindoue n'a pas besoin d'être soulignée. D'autre part, la vérification,

certes, est sujette à la précision de l'équipement, à l'attitude, et la méthode du vérificateur quant à la nature du phénomène examiné. Quiconque parcourra sincèrement le texte de ce volume ne manquera pas d'être impressionné par le côté sérieux de l'invitation faite par son auteur à examiner et à explorer. On ne peut s'attendre, à mieux ni à moins pour caractériser l'attitude scientifique de la philosophie à l'encontre de l'attitude religieuse.

Le texte débute par un bref compte-rendu du point de vue de l'auteur concernant la nature et la fonction de la « Philosophie » ainsi que l'historique du nouveau système et de ses traits spéciaux. Puis, suit la partie théorique présentant les conclusions de l'auteur quant aux principaux problèmes de la philosophie. Finalement, la partie pratique souligne l'essentiel de, la technique de réalisation et des étapes de développement par lesquelles la Réalité comme telle se dénoue graduellement. Certaines parties du matériel contenu dans le corps de ce volume peuvent se retrouver en certains autres livres de Shri Babuji (1). Ceci pour insister simplement sur le caractère représentatif de ce volume en ce qui concerne la contribution du Maître méthodiquement présentée à propos d'un sujet particulier. Ce volume seul toutefois n'est pas d'une compréhension facile, et n'est pas une fin en lui-même, est essentiellement épaulé par tous les autres ouvrages de Shri Babuji, publiés ou non encore publiés ().*

Enfin le Maître demeure, encore plus que ses œuvres. Puisse la connaissance de son œuvre conduire les chercheurs vers la source, à la réalisation de tout ce qu'il représente et maintient. Puisse l'esprit immortel de la Philosophie hindoue, dans une ère de régénérescence rafraîchissante, renaître à nouveau après des siècles de sommeil et de stagnation scolastique. Puisse l'aspiration de l'humanité vers la réalisation de ce qui l'attend plus tard, trouver sa plénitude de satiété, dans la fusion de l'antique sagesse de l'Orient avec la recherche toujours verdoyante de l'Occident. Dans cet espoir et cette prière je propose de ne plus m'interposer entre l'œuvre et ceux vers lesquels elle ira.

(1) Shri Babuji : Nom à la fois respectueux et plein d'amour qui désigne le Maître Shri Ram Chandra.

() Toutes les notes en bas de page ont été ajoutées à la traduction par référence aux ouvrages dont il est fait ici mention.*

S.P. SRIVASTAVA M.A. Ph. D.

Chef de la Section Philosophique

Y.D. Collège Universitaire Lakhimpur-Kheri (U.P.)

CHAPITRE I

INTRODUCTION

Concept de la Philosophie

La Philosophie est un sujet qui n'est pas basé sur la raison mais sur l'intuition. Elle ne part pas du « doute » comme le maintiennent la plupart des philosophes occidentaux, mais de « l'étonnement ». La plupart des philosophes ont écrit leurs essais avant d'entrer réellement dans la vie pratique (1) et c'est couramment le cas chez les philosophes occidentaux. Je dois dire qu'il n'est pas certain qu'un philosophe qui est seulement philosophe ne soit pas corrompu ou dégradé. Mais il n'y a aucune possibilité de corruption si ses études sont le résultat d'une vie pratique (1). Les sages de l'Inde se sont généralement essayés à la philosophie après avoir mené une vie pratique. Ils ont dévoilé autant qu'ils l'ont pu les secrets de la nature selon leur niveau d'évolution. Il en est résulté les six écoles de philosophie avec leurs différentes colorations. Nous devrions toujours essayer de n'exprimer les

choses qu'après que notre pratique ou « abhyas » soit terminée. C'est la clef qui peut permettre au philosophe de pénétrer la vérité des choses.

L'Inde est le foyer de la spiritualité et comme telle la poursuite de la Réalité y a été active à toutes les époques. La spiritualité est une science traitant de la Force qui s'écoule, à partir de la source originelle et qui a le pouvoir, sous forme de nœuds d'énergie, soit de créer soit de détruire. Les sages de l'Inde ont utilisé le pouvoir de création pour réformer l'humanité. Le pouvoir destructif se trouve aussi en telle abondance que même la bombe atomique n'est rien en comparaison. Le Yogi utilise cela en fonction des impératifs divins et de la force de sa volonté. Actuellement ce pouvoir est encore utilisé et un nouveau monde est en train d'être créé. La renaissance spirituelle, doit nécessairement avoir lieu et l'Inde guidera à nouveau le monde, quel que soit le temps qu'il faille pour cela. D'autres pays ont commencé à se rendre compte qu'aucune nation ne peut survivre sans spiritualité. L'âge de la diplomatie et du stratagème disparaît rapidement. D'ici la fin de ce siècle un grand changement sera obligé de se produire. Chacun devrait être heureux d'accueillir ce qui vient inéluctablement et devrait suivre la voie de, la spiritualité par laquelle son bien-être sera assuré. Je révèle ici la plus grande des philosophies. Les gens peuvent le comprendre ou non au début, mais en temps voulu ils commenceront forcément à le considérer comme tel.

Histoire du Sahaj Marg

Les grands hommes ne naissent pas accidentellement. Ils naissent lorsque le monde les attend avec impatience. Tel est le processus de la Nature. L'Inde, foyer de la spiritualité, errait dans les ténèbres et avait totalement oublié l'antique système du Yoga. Un solide matérialisme avait pris la place d'une spiritualité subtile. Les sombres nuages de l'ignorance couvraient tout. La transmission yogique était devenue tout à fait étrangère aux hindous. A ce stade, alors que la spiritualité chancelait sans espoir, le besoin d'une grande personnalité se fit sentir pour remettre les choses d'aplomb en vue de l'élévation de l'humanité.

Ce fut le jour béni du Basant Panchami, le 2 février 1873, que la puissance de la Nature descendit sur terre sous la forme humaine de Samarth Guru Mahatma Sri Ram Chandra Ji Maharaj à Fatehgarh dans le district de Farrukhabad (U.P.) . Cet heureux jour concordait magnifiquement avec la saison la plus agréable de l'année qui remplissait le cœur de la, fraîcheur rayonnante du printemps. L'heureux temps de cette venue introduisit une nouvelle ère d'éveil spirituel promettant une solution pratique du problème humain de l'existence. Nous sommes frappés d'un émerveillement joyeux et respectueux, lorsque nous nous rappelons l'immense renaissance qu'il a apportée dans le domaine spirituel. Il a offert une solution facile au problème de l'existence qui a toujours confondu jusqu'aux plus grands sages.

Cette personnalité Divine naquit dans une respectable famille Kayastha. Son enfance fut influencée par sa mère, une femme simple, d'esprit noble, qui passait la plupart de son temps en dévotion et adoration. Ce fut grâce à son influence qu'il reçut très jeune l'inspiration. On raconte qu'un jour; alors qu'il jouait avec ses camarades, une force Divine éveilla en lui le sentiment n'était pas venu pour ce qu'il était en train de faire. Il lui fallait se réaliser et s'armer pour la tâche plus grande qui l'attendait. Son âme était éveillée et il se mit à l'œuvre avec ardeur. Il atteignit la perfection en sept mois seulement — (ce qui est véritablement sans précédent). Ensuite, il consacra toute sa vie à la cause de la spiritualité. Il est l'Adi Guru de notre Mission.

Ce fut la modération, la tolérance et la dévotion incarnées. Avec lui naquit une nouvelle ère d'Entraînement Yogique par transmission où il était passé maître. Il montra le moyen de porter un homme à la perfection en une seule vie, en le laissant mener une vie de famille dans le Grihastha Ashrama (2). Il avait coutume de dire que les soucis et les malheurs de la vie de Grihastha sont des épreuves et des sacrifices en vue de résultats spirituels. Il avait énormément simplifié la Méthode d'enseignement spirituel et l'avait adaptée aux besoins de nôtre' époque. De grande envergure et d'une dignité spirituelle intense, notre grand Maître, la Lumière Divine, consacra chaque instant de sa vie à l'élévation de l'humanité. C'était en fait, un prodige de la nature et son œuvre dans le domaine spirituel dépasse les conceptions usuelles. Ses merveilleuses recherches en cette science ont permis à l'être humain d'atteindre les limites les plus hautes dans le temps le plus court et le plus commodément possible. Il introduisit un système amélioré de Raja Yoga qui plus tard fut connu sous le nom de Sahaj Marg. Après avoir rendu service

à une foule de gens pendant trente-six ans, ce génie spirituel quitta sa forme physique à l'âge de 58 ans le 14 août 1931. Le travail qu'il fit au cours de sa vie, ne peut être imaginé. La postérité connaîtra en son temps ses mérites.

La « Mission Shri Ram Chandra » fut constituée à Shahjahanpur (U.P.) le 31 mars 1945 sous le nom de cette grande personnalité, par moi-même son successeur, et par sa grâce, et lentement elle commença d'attirer les chercheurs de la réalité venus de tous les horizons. Je suis heureux que la grâce du Maître soit à l'œuvre et que les gens soient attirés pour profiter de cette grâce.

La technique de Sadhana du Sahaj Marg, qui est suivie actuellement à la Mission, présente une voie naturelle et facile en vue d'atteindre l'Ultime. Le Sahaj Marg ne conseille pas ces rudes méthodes difficilement praticables dans la vie courante d'un homme.

Par la méthode « Sahaj Marg » d'entraînement spirituel l'action des sens (3) est régularisée de façon naturelle en vue de les ramener à leur état d'origine, c'est-à-dire tels qu'ils étaient la première fois quand ils ont créé la forme humaine, Non seulement cela, mais les Vrittis (ou tendances mentales) inférieurs qui fonctionnent de façon indépendante sont assujettis aux Contrôles de la supra-conscience, donc leur action nuisible est arrêtée. Les centres supérieurs sont pris en charge par les Centres Divins et de cette façon tout l'organisme commence à se diviniser.

Caractères spéciaux du Sahaj Marg

Ce que je dis ou écris est basé sur ma propre expérience et mon Anubhava (ou lecture de la nature en état de supra-conscience) indépendamment de ce que Shankara, Ramanuja ou d'autres peuvent avoir dit pour leur part. Chacun en ce monde désire la paix. Ce qui signifie que la Réalisation n'est pas son but. Dans ce cas il n'obtiendra que la paix et non pas la Réalisation. Mais si la Réalisation est l'objectif visé, la paix en découlera automatiquement. Nous ne devons pas

seulement chercher à savoir ce qu'est la Réalisation, mais aussi essayer de l'atteindre.

Les gens pensent naturellement qu'il est difficile, mieux, tout à fait impossible, d'atteindre la Libération en cette vie même. Ceci est, toutefois, une idée fausse. Qui sait ! cette vie-ci est peut-être notre dernière vie, et nous mène vers la Libération. Notre Maître disait qu'un Sadhak (4) peut atteindre cet état non seulement en une seule et même vie, mais dans un temps encore plus court, s'il travaille avec diligence et un bon guide. Il en fit d'ailleurs la preuve, mais la preuve ne, peut se donner avec des mots, l'expérience seule peut faire la preuve.

La croyance populaire que l'on ne peut rechercher Dieu que dans la forêt, comme s'Il ne résidait qu'en forêt, est vaine et absurde. Je crois qu'il vaut mieux LE rechercher au sein de son propre cœur. Mais pour cela l'esprit spartiate (une volonté sans faille) est nécessaire.

Il n'y a aucune justification à ce que quiconque s'enfuit de chez lui, au mépris total de ses devoirs en ce monde, et erre sans aucun but défini. En fait, même dans ce soi-disant état de Vairagya (Détachement) on est rarement libéré des sentiments de ce monde. Le trait le plus important de notre méthode de sadhana est qu'elle se fait conjointement à la vie dans le monde d'un être ordinaire avec ses devoirs et ses responsabilités, de telle sorte que les deux faces de la vie (l'aspect mondain et l'aspect divin) peuvent se développer également en harmonie. Nous ne tenons pas à simplement prêcher ou propager ces idées mais aussi à les mettre en pratique, à les appliquer dans la vie quotidienne.

La Mission cherche à promouvoir : l'idéologie du Grand Maître, et la nouvelle méthode Sahaj Marg qu'il a introduite, ainsi qu'à éveiller à la conscience divine les masses endormies et à bien les mettre sur le chemin du progrès. Dans ce but, il est essentiel que les vieilles méthodes machinales, impliquant une austérité et des pénitences excessives, tout à fait inadaptées aux conditions de vie actuelles, soient nécessairement laissées de côté et remplacées par des moyens simples et naturels.

En ce qui concerne le fait d'atteindre la libération, ou la complète liberté, presque tous les grands sages du passé et du présent, sont d'accord sur un point : le Raja Yoga seul est la voie qui assure le succès jusqu'à la limite ultime de l'approche

humaine, et chacun étant destiné à la complète liberté, à savoir la Libération, doit tôt ou tard y arriver, Le Sahaj-Marg suit étroitement la trace du Raja-Yoga, mais bien sûr avec certains amendements et des modifications pour purger ce système de ce qu'il a de superflu.

Dans le Sahaj-Marg, l'aide du Maître étant une caractéristique spéciale de la Sadhana, il incombe à l'Abhyasi (5) de chercher un maître compétent pour le conduire et l'aider par, la force qu'il lui transmet grâce au processus yogique de Pranahuti. Le Maître, à l'aide de ses forces intérieures et par le processus de Pranahuti, éveille et accélère les forces endormies en l'abhyasi, de façon à l'activer et diriger le flux de courant divin vers son cœur. Il en résulte que l'Abhyasi commence à avancer spirituellement et fait l'expérience d'une félicité croissante. L'Abhyasi n'a qu'à se préparer à recevoir, en d'autres mots, à s'en rendre capable et digne. De cette façon tout ce qui primitivement demandait un labeur persistant et ardu peut maintenant se faire très aisément, en moins' de temps et avec moins de travail. Mais tout cela est de la pratique et ne peut s'exprimer par des mots. Seule une expérience pratique peut révéler les mérites de cette méthode,

Beaucoup d'êtres humains doivent avoir goûté à l'état de paix. En fait, l'état même de la vraie paix, est au-delà de la compréhension. Il ne comporte pas de contradiction. Littéralement ce n'est ni la paix ni l'agitation, ni l'union ni la séparation, ni la félicité ni autre chose. C'est après tout, CELA pour quoi nous avons souffert. Puissiez-vous avoir tous un goût de cette souffrance (6). Ce n'est toutefois pas difficile à obtenir. Une ferme volonté et une attention soutenue vers cela sont tout ce qui est nécessaire. Alors ce que vous chercherez sera tout proche de vous, ou mieux avec vous ou encore vous pourrez être vous-même ce que vous cherchez. Pour cela, il vous faut au cœur un feu qui brûle les mauvaises herbes et les buissons du chemin.

Je ne cherche pas à défendre en aucune façon l'idée orthodoxe du Guru-Roi. Dans notre Sanstha (7) nous considérons cela dans le sens d'une fraternité dans l'esprit de service et de sacrifice qui aide chacun suivant ces besoins et lui donne ce qui lui faut. La technique Sahaj Marg de pratique et d'entraînement spirituel est ouverte à chacun sans distinction de croyance, de caste, de sexe ou de couleur. Les Chercheurs de la Vérité peuvent en faire l'expérience, le pratiquer et tirer le plus grand profit de la grâce de mon Maître, lequel a tourné une page nouvelle de la

tradition de la philosophie hindoue. Puisse l'aide bienveillante du Maître Suprême vous guider vers la Réalisation du But Ultime et l'accomplissement de la destinée humaine.

(1) Master entend par vie pratique : la pratique d'un entraînement spirituel.

(2) Grihastha Ashrama : les conditions de vie d'un spiritualiste dans sa famille.

(3) Il s'agit des dix sens ou INDRIYAS de la philosophie Indienne, cinq de connaissance et cinq d'action, on pourrait traduire par « instincts ».

(4) Sadhak : Disciple suivant assidûment une Sadhana ou ascèse spirituelle.

(5) ABHYASI : celui qui aspire à commencer une, voie spirituelle ou Abhyas.

(6) Master explique d'autre part que la véritable paix échappant à toute tentative de définition ou d'explication, il ne sert à rien de la désigner autrement que comme le but de nos efforts ou la Réalisation, ce pour quoi nous éprouvons un désir douloureux, une souffrance qui est, dit-il, plus douce au cœur que mille états de paix et de calme.

(7) SANSTHA : tradition spirituelle, prît de service et de sacrifice qui aide chacun suivant ses besoins et lui donne ce qu'il lui faut. La technique Sahaj-Marg de pratique et d'entraînement spirituels est ouverte à chacun sans distinction de croyance, de caste, de sexe ou de couleur. Les Chercheurs de la Vérité peuvent en faire l'expérience, le pratiquer et tirer le plus grand profit de la grâce de mon. Maître, lequel a tourné une page nouvelle de la tradition de la philosophie hindoue. Puisse l'aide bienveillante du Maître Suprême vous guider tous vers la Réalisation du But Ultime et l'accomplissement de la destinée humaine.

CHAPITRE II

LA REALITE, SES ASPECTS STATISTIQUE ET DYNAMIQUES.

L' Ultime Réalité

Il y a eu beaucoup de controverses sur la question de l'existence de Dieu, l'Ultime Réalité. Le vrai problème, à mon idée, n'est pas de prouver ou désapprouver l'existence d'un Absolu Éternel mais de le définir de façon adéquate et satisfaisante. La foi enthousiaste et aveugle, créée et renforcée par les maux individuels et les passions dans des contextes culturels différents, n'a fait qu'ajouter de, plus en plus de confusion. En conséquence, l'homme qui raisonne et pense se sent à juste titre dégoûté à la seule mention du mot « Dieu ».

Il y a différentes conceptions de l'Ultime Réalité. Les gens La considèrent différemment suivant leurs possibilités et leur intelligence. La plus couramment acceptée est la conception de Dieu comme force Éternelle. Mais le point de vue philosophique comprend, lui, l'idée du Nirguna Brahman (Absolu Indéterminé) qui est au-delà de toute multiplicité et distinction. Il est au-delà de la qualité, de l'activité et de la conscience. Ce Nirguna Brahman est considéré comme la Cause Ultime et le substrat de l'existence, le centre superactif de l'entière manifestation. Il est aussi appelé Para Brahman (c'est le concept le plus élevé). Puis vient l'idée de Dieu comme Existence Suprême. Nous voyons l'univers avec toutes ses différences et sa diversité et nous sommes amenés à croire en son créateur, en son gouverneur. Nous l'appelons Ishwara ou Saguna Brahman (Absolu Déterminé). Nous songeons à Lui comme Existence Éternelle, omnipotent et omniscient, possédant tous les attributs les plus subtils. C'est la cause efficiente du monde et aussi son conservateur et son destructeur.

Ce n'est que considéré du point de vue le plus bas que Dieu (comme Dieu de la religion), devient un objet de culte qui pourtant est l'approche finale de presque toutes les religions. Ce Saguna Brahman (Absolu déterminé) est aussi appelé Apara Brahman. On a beaucoup parlé dans les livres religieux des deux conceptions ci-dessus. Certains pensent que le concept d'un Dieu indéterminé et sans attributs (Nirguna) est mieux que celui de Dieu déterminé (Saguna). D'autres soutiennent le point de vue opposé. En fait, les deux sont erronés. Ils n'atteignent ni le Nirguna Brahman ni le Saguna Ishwara. Il y a évidemment les deux aspects, mais le but est unique : la réalisation de l'Ultime ou Absolu Éternel. Les deux conceptions telles qu'elles sont comprises habituellement sont très trompeuses. En vérité, Dieu n'est ni Nirguna ni Saguna, mais au-delà des deux. « Il est ce qu'Il est ». C'est nous qui le concevons comme Nirguna ; et c'est nous qui le faisons Saguna. Ce que nous devrions faire pour éviter ces querelles c'est fixer notre regard sur l'Élément originel (Adi Tattva) qu'il soit Nirguna ou Saguna. Quel qu'il soit, il nous faut l'aimer.

Tant que nous restons confinés dans les limites de la religion, le Dieu de la religion demeure dans notre façon de voir, et nous restons empêtrés dans l'un ou l'autre de ces points de vue. Atteindre le niveau spirituel le plus élevé ne nous est possible que si nous dépassons les limites de la religion. En fait la spiritualité commence là où se termine la religion. La religion n'est que l'étape préliminaire pour préparer l'homme à marcher sur la voie de la liberté. *La fin de la religion est le commencement de la spiritualité ; la fin de la spiritualité est le commencement de la Réalité, et la fin de la Réalité est la véritable Béatitude. Lorsque cela aussi a disparu, nous avons atteint notre but.* C'est la limite la plus haute qui est quasi inexprimable.

Ainsi Dieu ne se trouve pas dans les replis d'une religion ou d'une secte particulière. Il n'est pas confiné en certaines formules ou rites et on n'en trouve pas la définition dans les écritures. Il nous faut Le chercher au plus profond de notre cœur. Dieu est en réalité très simple. Il n'existe pas sous forme solide. Il n'y a aucune solidité d'aucune sorte en Lui. Dieu est simple et extrêmement subtil. En fait la simplicité et la pureté même de l'Ultime sont ce qui nous le voile.

Pour comprendre le concept de Dieu : l'Ultime Réalité, partons du point de vue de l'athée : il n'y a pas de Dieu. C'est-à-dire en termes de mathématique qu'on

ne peut lui assigner ni valeur positive ni négative. Le signe mathématique de ce qui n'a ni valeur positive ni négative est le « ZERO » ou « RIEN ».

Maintenant laissons l'athée faire face à la question de ce qui existe. Un agnostique sérieux peut douter de tout et nier l'existence de tout mais pas de son propre soi, à savoir celui qui doute ou nie. Parlant à nouveau en terme mathématique il peut se représenter, pour la commodité, par « un ».

Considérez la fonction magique du « Zéro ». En continuant à ajouter de plus en plus de Zéros, à savoir ce qui n'existe pas, à la droite de ce qui existe : « un » ce dernier va s'enflant et se multipliant. Il n'y a pas de limite intelligible à cette expansion et les Upanishads ont avec justesse caractérisé cette expansion Infinie comme étant plus grande que ce qu'il y a de plus grand (mahato mahiyan). Puis, commencez à ajouter un Zéro du côté gauche, ou côté négatif du « un » avec la fonction de volonté négative, c'est-à-dire le point (1) décimal. L'addition de plus en plus de « riens » amènera graduellement l' « un » de plus en plus près du Zéro. A nouveau il n'y a vraiment pas de limite à ce rétrécissement du « Soi » et les Upanishads l'ont défini à juste titre comme le plus petit de ce qu'il y a de plus petit (anoraniyan).

Je crois que la controverse sur la question de Dieu est truquée. Elle surgit réellement par suite des fausses conceptions dont, on a chargé Dieu au cours de l'histoire des différents groupes culturels de l'humanité. Il est donc nécessaire d'abandonner une approche impulsive du problème car sinon cela perturbe la vision et empêche le progrès de l'homme vers son but.

Pour aider à le comprendre nous pouvons l'appeler « Zéro » ou « Centre », ou « Base ». Aucune prakriti (2), aucun Univers ne peut exister s'il n'a une origine. Il faut un arrière-plan à l'existence et cet arrière-plan c'est Dieu ou Brahman, l'Ultime Réalité. C'est le Bhuma, une substance sans substance, une Force sans force.

De plus je peux souligner ici la véritable importance d'un mystère peu connu des gens. Généralement ils considèrent Sat (3) comme étant la Réalité et l'utilisent comme un étalon pour mesurer la connaissance de Dieu. En fait connaître Dieu appartient à la sphère de Tam et de Tam seul. C'est la seule chose valable aux yeux d'un vrai Yogi. Certes, il est très difficile d'accéder à ce point. Il est facile d'acquérir Sat mais l'état dénommé Tam n'est pas aussi facilement atteint. Il n'y a rien au-delà,

Même si les gens en parlent beaucoup dans l'ensemble, bien peu parmi eux essayent d'en approcher. La pureté, la simplicité et la paix même ne s'y trouvent pas. Tain est en fait au-delà d'elles. C'est la chose ultime qui est atteinte après des années et des vies de persistant labeur. Je peux hardiment affirmer que même les plus grands saints du monde sont restés en deçà de cette entreprise. L'état de négation auquel on aspire et qui est la vie réelle y réside et toutes les activités cessent avant que l'on ait atteint ce point. C'est le point central et l'état véritable de l'Être que dans la plupart des cas l'on n'atteint pas malgré tous ses efforts.

Les gens considèrent cet état de Tam comme leur plus mortel ennemi. Mais s'il vous arrive jamais d'étudier une personne en laquelle cet état d'ignorance complète règne pleinement, vous sentirez que du pinacle de l'avancement, tel un bébé, il n'aura aucune conscience de son propre état. Mais si une légère touche de Sat lui est ajoutée il commencera alors à avoir la connaissance de son état de Tam. Ceci est dû au fait que le point de rencontre des deux mène à la création d'un nouvel état identique à celui qui fut à l'origine de la création.

Généralement nos yeux sont, attirés par tout ce qui brille et communément nous le prenons à tort pour Sat. Cet objet brillant n'est rien que Maya et ceux qui en parlent tellement sont en fait très loin de la sphère même de la spiritualité, pour ne pas parler de la Réalité. Mais les gens sont dans un tel état de torpeur qu'ils ne sont en état ni d'entendre ni de percevoir quoi que ce soit à ce propos. Ils ont perdu de vue la véritable Réalité qui est au-delà à la fois de la lumière et des ténèbres. C'est ce qui a été montré dans l'emblème de la Mission, cette réalité est, dans son sens véritable, l'état de perfection de l'homme d'où aucun déclin ni chute n'est plus possible. C'est un point de philosophie très subtil. Les saints ont généralement appelé cet état qui n'est ni Lumière ni Ténèbres : Satpad ce qui n'est pas, exact parce que cet état est bien au-delà de cela. C'est en fait le reflet de la Réalité qui en elle-même est encore au-delà. Ceci peut beaucoup surprendre ceux qui parcourent ces pages mais je n'ai écrit que pour ceux qui sont très avancés en spiritualité et ont une connaissance approfondie de cette science. On ne peut en faire l'expérience que par la pratique et on ne le trouvera pas dans les limites de la religion. Il s'agit d'un cheminement entièrement différent. C'est en soi-même une science pour laquelle on n'est apte que si l'on cultive en soi la capacité de percevoir la Nature avec ses yeux intérieurs.

Identité

Pour ce qui est de l'Identité je peux dire qu'on ne peut mieux la comparer qu'à une notion subtile qui par la suite se développera en pensée. Il est très difficile d'exprimer son sens exact. On peut toutefois la concevoir comme ce qui nous permet d'avoir la conscience de l'origine, ou sous forme un peu plus grossière la conscience originelle, ou en d'autres mots, la réalité recouverte de quelque chose de plus grossier. La forme plus grossière enfonce en notre cœur l'idée qu'il doit y avoir quelque chose au-delà qui sert de cause pour amener notre conscience à l'existence. On peut donc être mené à la conclusion que ce quelque chose aussi, à son tour, doit avoir sa cause propre. L'enchaînement de cause et d'effet peut ainsi se poursuivre jusqu'à en arriver au point où l'enchaînement aussi échappe à notre conscience. Logiquement on peut aussi bien dire que même ceci doit avoir une cause. Mais alors elle est au-delà de la compréhension humaine. Il suffit de dire qu'à son niveau le plus subtil on l'appelle Identité. Chaque âme incarnée doit avoir une identité qui à chaque niveau devient de plus en plus subtile. Plus l'identité est subtile, plus fort sera l'homme au cours de sa vie.

L'identité demeure jusqu'au moment du Mahapralaya (4) où elle perd son individualité ou identité et s'immerge dans l'Identité commune qui plus tard sert de cause à la prochaine création. Ainsi c'est l'individualité qui cesse et non l'Identité. C'est la conséquence de l'action dormante de la Racine ou du Centre là où la différence entre « être » et non-être n'est que nominale.

Cosmologie

Le monde existe depuis des temps immémoriaux et on ne peut en donner la date exacte bien que certaines personnes aient essayé de fixer, l'ère Srishti, Il n'y avait qu'une seule chose avant la création, c'était la Divinité dans son état pur d'origine, dépourvue de toute solidité ou d'état dense et tout objet en essence s'y

trouvait immergé. Avant que la création ne s'effectue il n'y avait qu'un mouvement latent autour du centre, adjacent à celui-ci, et dans ce mouvement latent était présente la notion de création. Vous pouvez l'appeler la Première Pensée ou la Connaissance Initiale (Avidya). On peut aussi l'appeler mouvement, Kshoba, Vibration, Force, ou tout ce que vous voudrez pour aider à comprendre. Ce fut la cause ultime de la création et de tout ce qui lui était nécessaire, Quand vint le moment de la création, l'idée qui se trouvait cachée ou dormante dans le mouvement latent mûrit et baratta tout le mouvement, créant la force et la puissance qui en surgit. Les particules les plus subtiles s'échauffèrent. Ainsi les enveloppes se formèrent dès le premier jour. Sous l'effet de la chaleur continue, les particules commencèrent à se mettre en mouvement. L'intensité de ce mouvement s'accrut, ajoutant voile après voile autour du centre. Un état de grossièreté commença à se développer, sous l'effet de l'intensité croissante des vibrations. L'activité de chaque particule commença et alla se multipliant jusqu'à ce que la Réalité soit enveloppée comme un ver à soie dans son cocon.

Ainsi à l'origine de la création il y eut un remous, un mouvement, Ce Mouvement fut l'origine de la création. Ce fut une « chose sacrée », toute proche de Dieu. La même chose apparut sous forme de mental humain. Lorsque vint le moment de la création, des préparatifs se firent, des courants se formèrent, les vibrations s'intensifièrent, des formations de nœuds (Granthis) se produisirent, la force d'impulsion se concentra, le barattage se fit. Les actions et les réactions commencèrent et se poursuivirent jusqu'à ce que les objets commencent à prendre des formes individuelles, Le processus de création acquit sa pleine activité. Les objets animés et inanimés commencèrent à venir à l'existence. Avec le temps tous les objets vinrent à la lumière et l'univers fut formé.

Prakriti vint à l'existence sous l'effet du mouvement rotatif autour du centre. La force fut générée par le mouvement et devint la cause de la création. Le mouvement primitif ou la vibration (Kshoba) qui surgit pour devenir la, cause du phénomène cosmique se mit en action par l'effet de la, volonté dormante de Dieu. La vibration mit en mouvement les Forces latentes, et le processus de la création et de l'animation commença. La même Force racine se manifestant comme vibration ou stimulus descendit en chaque être sous forme de force active principale. Chez l'homme elle fut connue en tant que Mental à la racine duquel on trouve la même volonté dormante exactement comme dans la vibration primordiale. Ainsi le mental

humain est étroitement identique à la Force-Racine ou vibration originelle dont il est une partie. A ce titre, les fonctions des deux sont étroitement semblables.

Je ferais remarquer pour signaler la cause de la vibration (Kshoba), que le calme parfait régnait avant que la, création se mit en mouvement. Même la force, où l'énergie était gelée à son origine. Toutefois l'heure changement vint. Le mouvement s'éveilla et mit les choses en activité ce qui engendra les formes selon la volonté de la Nature. A la racine de tout cela il y avait quelque chose que nous pourrions appeler une force active. Mais elle aussi avait besoin de sa propre origine sans laquelle elle n'aurait pu avoir d'action et ce fut Ainsi nous en venons à la conclusion que la création fut le résultat du mouvement, et, ce mouvement le résultat de la Base qui est et continuera d'être.

Espace et Temps

Avant la création il n'y avait partout que l'espace. Ainsi l'être de Dieu (5) (Isha) fut un développement ultérieur dont l'apparition prit un certain temps. Nous voyons l'espace infini et éternel et nous en concluons que Dieu aussi doit être éternel. Le Temps suivit, après que Dieu soit venu à l'existence. Ainsi l'espace servit de mère à la création de Dieu et le Temps en fut l'état négatif. Tout doit avoir sa fin dans le Sans fin. Le mouvement se trouvait aussi en, chaque chose, aussi fin et invisible qu'il ait pu être. Alors on peut se demander qui a créé l'espace ? La seule réponse possible est que le besoin de créer Dieu et l'univers provoqua la cause de l'existence de l'espace. Il est et sera toujours, et est donc éternel. Alors pourquoi à la place de Dieu ne pas adorer l'espace ? Il y est fait une allusion indiscutable dans le Rigveda mais ce mystère est resté sans solution et nébuleux faute de précision. Si l'on développe en soi l'état d'Akasha on a alors atteint l'état le plus élevé, celui qui correspond à l'état final de négation auquel chacun doit normalement aspirer. Cette solution est certes étonnante mais en même temps elle est parfaitement correcte. Akasha ou l'espace est l'Absolu. Il n'est pas composé de

particules et il n'y a en lui aucune activité. Il est parfaitement pur et sans mélange. Il est bien sûr difficile de ramener cela au niveau mental de chacun.

Akasha est l'espace alors qu'Avakasha est le temps, les deux diffèrent grandement l'un de l'autre. Le Temps — création de l'Espace — peut être considéré comme l'état grossier d'Akasha. En fait, l'univers est la manifestation du Temps ou Avakasha : tandis que Dieu est celle d'Akasha ou de l'espace. Le cercle intérieur conduisit à la création de l'univers extérieur. La partie intermédiaire est la Durée. Si l'enveloppe extérieure et les portions intermédiaires se dissolvent comme il arrive au moment du Mahapralaya, seul l'Akasha ou espace demeure, c'est-à-dire que l'Identité se transforme en Akasha : ou en d'autres mots l'Identité est Akasha.

A l'époque où il n'y avait que l'Absolu sans création, la question de Temps n'était pas soulevée. Lorsque la pensée de création s'éveilla à la Base, elle était parfaitement libre de tout. Elle continua d'agir et par suite de l'effet du mouvement se transforma en une force dont la tendance était dirigée vers l'activité. Mais pour une activité il faut naturellement un terrain, une base. Or le bref arrêt, intervenant entre la Pensée originelle et ce qui suivit, ou autrement dit entre la cause et l'effet, existait déjà. Ceci peut convenablement s'interpréter comme « Durée » ou « Temps » et servit comme champ d'action. Ainsi le Temps s'étant immergé dans la force se transforma en force pour promouvoir la création.

En règle générale, une pensée lorsqu'elle s'approfondit a pour effet quelque chose comme un arrêt qui possède une force formidable. Dans le cas du Centre, la question de profondeur ne se pose pas par suite de son uniformité parfaite. L'idée de la -vitesse de la force, action directe du mental, était aussi absente, puisque le Centre ou Ultime Brahman, bien qu'Absolu, ne possédait pas de mental.

Donc tout ce qui existait, entre la pensée et l'action était la force qu'on appelle « Temps ». Cette même force est aussi notre lot mais suivant notre capacité limitée. Maintenant, pour utiliser cette force il nous faut nous immerger en la force plus grande du Centre qui est totale et absolue. Il n'y a rien au monde — pas même la Bombe Atomique de la science Moderne — qui égale cette formidable puissance. La science moderne peut ne pas en avoir réalisé toute la signification ; l'aurait-elle fait, elle ne l'aurait utilisée que dans un but destructif.

Cette force toutefois peut être amenée sur terre et être utilisée au moyen d'une forte volonté. Un Yogi à son plus haut niveau d'élévation est avec elle consciemment ou inconsciemment. A mon avis la physique ne peut pas être considérée comme complète sans la connaissance de cette grande force, qui, en fait, est à la racine de toutes les forces.

Jiva et Brahman

Jiva, l'âme individuelle, prend conscience de son être lorsqu'elle assume l'individualité et cette individualité devient alors la basé de son existence. A l'origine Jiva et Brahman étaient tout à fait liés l'un à l'autre et ce n'est que l'individualisation du Jiva qui a fait une différence entre les .deux. Alors le Jiva en, tant qu'âme, ligotée à l'intérieur de l'ego ou individualité, vint à l'existence. La sphère en laquelle elle se trouvait, commença elle aussi à avoir un effet sur elle. Des colorations variées les unes après les autres prirent place autour d'elle, lui donnant un nouveau coloris. En somme la diversité commença à s'installer et pas à pas l'ego commença à se développer et à croître en épaisseur et en densité. Les sentiments, les émotions et les désirs commencèrent à contribuer pour leur propre part à sa grossièreté. Ainsi le Jiva, tel un oiseau d'or se trouva complètement enfermé dans la cage de fer du corps. Tout, ceci résulta des actions et réactions, des pensées, émotions, sentiments et désirs (dans la Région de l'ego) qui continuèrent d'augmenter son opacité. En un mot voilà toute l'histoire du Jiva. Maintenant heureusement il entre en contact dynamique avec quelqu'un qui lui rappelle son origine et commence à se dépouiller une à une de ses enveloppes. Mais puisque le Jiva possède le Mouvement il a, par là même, connaissance de son Créateur : Brahman. Ainsi le nom de Jiva comporte aussi bien le sens de mouvement que celui de pensée. Les deux choses sont parallèles en l'être du Jiva et donc, la fonction des deux, Brahman et Jiva est presque la même, avec pour seule différence le fait que Brahman couvre l'univers tout entier alors que le Jiva est confiné à l'étroite sphère de l'ego (soi). A ce sujet on peut dire que Brahman a sa propre limite tout comme le Jiva, avec, peut-être, la différence que l'esclavage du Jiva est plus épais et plus grossier comparé à celui de Brahman. Ils ont tous deux des limites. Tel est le concept exact de Brahman.

Parallélisme dans la nature

La seule chose qui existait avant la création était le Divin en son état originel et l'essence de toute Chose y était immergée. Le processus de la manifestation débuta par le Kshob (la turbulence première) qui provoqua un, mouvement de barattage dans la sphère du Mouvement Latent. L'activité vint à la vie 'et avec elle la force s'accrut et se mit à agir en vue de la manifestation. Ce processus bien que parfaitement en harmonie avec le Divin apparut, dans ses aspects extérieurs quelque peu différent de lui, du fait que le processus avait pris une nouvelle direction conduisant à la manifestation. Pour cette raison on peut l'appeler la « lignée de l'humanité » par suite de son étroite interpénétration avec la formation de l'être humain.

Ces deux lignées sont Maintenant en action. Le Divin et l'Humain continuant côte à côte, parallèles l'un à l'autre. Mais puisque la création était l'objectif primordial, à la racine, « la lignée de l'humanité » se mit à avoir la prépondérance et tout, y compris l'homme, commença à prendre forme tangible bien que cette forme soit restée des plus subtiles à ce stade. Autrement dit la « lignée de l'humanité » devint la base de toute la structure, cependant son action demeura assujettie aux actions dormantes de la Divinité qui ont leur courant propre et parallèle. Ainsi l'action particulière de la force (dans la lignée Humaine) continua à faire surgir des formes. En fait, l'humanité n'aurait jamais pu œuvrer aussi bien si elle n'avait pas agi conjointement avec le Divin. En résumé, l'Humanité progresse conjointement avec le Divin dans une marche parallèle.

Les actions allèrent se multipliant, et l'homme comme tout le reste se mit à prendre une forme de plus en plus grossière. Tout dans la composition de l'homme doit être classé comme de provenance humaine, avec le Divin à la racine de tout et de chacun des éléments. C'est pour cette raison qu'il est dit que Dieu est à l'intérieur de l'homme et ce point de vue est soutenu par presque toutes les religions. Ainsi notre but ultime ne peut être atteint que lorsque nous marchons à l'allure du Divin et le relions à notre lignée Humaine. De plus, puisque ces deux lignées sont émanées du seul grand Dieu : l'Absolu, l'Humanité, (comme la Divinité) a eu un état de pureté absolue, la force active en elle n'était que nominale à ce moment, elle

était, si l'on peut dire à l'état de sommeil. Les soubresauts causés par les actions et réactions commencèrent à fomentier une sorte d'insomnie et des différences et des contradictions commencèrent à apparaître. La chaleur et le froid agirent respectivement provoquant leurs formations. Toutes ces choses entrèrent dans la composition de l'homme et il devint un conglomérat de tout ce qui existait. Tout ce que nous avons désormais à faire c'est de ramener tout cela à son état originel, autrement dit, à le remettre dans un état de calme et de tranquillité, de façon à le maintenir lié au Divin. La seule façon pour ce faire est d'y introduire la modération convenable et c'est ce que nous faisons dans le Sahaj Marg.

Voilà le secret de la Nature, je l'ai exposé ici pour amener les gens à une totale compréhension de ce que signifie en vérité la Divinisation parfaite de l'homme.

Les avatars

Strictement parlant c'est nous qui avons provoqué une petite création en fournissant les matériaux qui ont constitué sa base. En elle-même, la fonction de Dieu n'était que nominale mis à part le choc de la volonté initiale qui provoqua l'activité (Kshob).

La véritable racine de tout ce qui existe fut la matière, laquelle existait en essence, de même qu'à la racine de toute machine est le minerai de fer, sous terre. Le choc de la Volonté qui provoqua l'activité (Kshob) était d'un extrême dynamisme ; ce dynamisme existe encore et persistera jusqu'à la fin. A ce propos, le commencement et la fin de la création sont comme les deux extrémités de cette même dynamique. L'intervalle médian qui comprend la force véritable fut le principal instrument qui fit exister tout l'univers. Cet intervalle possède une force immense et donne des secousses tout comme le courant électrique. La partie médiane fonctionne comme le centre. Un peu en-dessous se trouve la principale force agissante qui fonctionne comme la cause. Il existe aussi un autre point qui semble n'être qu'à quelques millimètres de distance du point central et où quelque

chose comme une force animatrice existe sous forme modérée. Je les situe seulement à quelques millimètres de distance du fait qu'ils sont observés de très loin. Mais si quelqu'un avait une vision plus rapprochée après être sorti des limitations de son corps, la distance lui paraîtrait illimitée. Plus nous nous élevons au-dessus du point central plus la force devient faible et cela peut nous indiquer notre plus ou moins grande proximité avec la Réalité. La force faible est celle qui échoue à l'homme, alors que la force du point central est le lot des Avatars qui sont pleinement saturés des conditions régnant en ce point. Le Seigneur Krishna, en tant qu'Avatar est issu de la sphère du point central alors que le Seigneur Rama vient de l'autre extrémité. Pour cette raison il fut plus proche de l'humain. Il présente l'idéal de vie qu'il nous faut essayer d'avoir en tant qu'homme.

Certains sont d'avis que les Avatars n'ont pas d'identité. Je ne suis pas d'accord avec eux, car s'ils n'avaient pas d'identité, ils n'auraient pu œuvrer dans un corps pour l'accomplissement de la tâche dont ils étaient chargés. Pour leur travail ils ont besoin d'un corps physique susceptible de croissance et de développement. L'« identité » (telle que définie ci-dessus) leur est, donc absolument indispensable comme elle l'est pour n'importe qui d'autre.

Les Avatars viennent dans un but défini, doués de tous les pouvoirs nécessaires à l'accomplissement du travail qu'ils ont à faire. En d'autres mots ce peut être leurs Samskaras qui les ont amenés en ce monde. Les pouvoirs se retirent d'eux lorsque leur travail est terminé.

La différence entre un homme ordinaire et un Avatar est que l'homme est recouvert de nombreuses enveloppes alors que l'Avatar est libéré de la plupart d'entre elles. Il a la perception du Divin alors que l'homme en est dépourvu. Bien que l'origine de l'homme et de l'Avatar soit la même, l'Avatar est en contact plus étroit avec le Divin. Tout ce dont il a besoin lui arrive de l'éternelle réserve. Il reçoit les ordres divins pour le guider dans son travail, ce qu'on appelle communément les inspirations divines (Deva-Vani). Les Avatars possédant l'activité, le mental ou manas leur est aussi nécessaire. Mais le leur est plus pur et plus équilibré, et leurs actions sont en harmonie avec la Volonté Divine. Donc c'est à tort que l'on suppose que les Avatars n'ont pas de mental ou manas.

A propos de la personnalité, présente qui est à l'œuvre de nos jours, dans la mesure de mes lectures (de la Nature) je peux dire qu'il vient du point central, il est

donc en possession des plus hauts pouvoirs potentiels même si à notre point de vue ils paraissent atténués. Aucun des Avatars qui jusqu'alors sont venus sur cette terre n'a été investi de la puissance de la Racine. Ceci est basé sur ma lecture de la Nature par la grâce bienveillante de Dieu qui seul connaît réellement toutes choses.

(1) En Français une virgule devant le premier zéro.

(2) PRAKRITI : la manifestation.

(3) SAT : l'Être.

(4) Mahapralaya : grande dissolution de l'Univers.

(5) L'Être de Dieu considéré ici, est différent de l'Absolu, de la Base, du Centre, de la cause ultime, il s'agit là d'une manifestation de Dieu.

CHAPITRE III

La Connaissance et sa Nature

Le mot Jnana en son sens habituel signifie connaissance, celle-ci peut être de différentes sortes — physique, mentale, matérielle ou spirituelle. Au sens spirituel, ce terme est appliqué si à la légère que, souvent, il devient difficile de comprendre sa véritable signification. On l'utilise aussi bien pour le niveau le plus bas de la compréhension que pour le niveau le plus élevé de l'illumination intérieure. Cela donne lieu à toutes sortes de confusions et de malentendus. Celui qui a appris quelque peu les écritures, un autre qui répète à tout moment des phrases toutes

faites telles que « Aham Brahmasmi » (Je suis Brahman) etc... prétendent être des jnanis, des êtres éclairés et sont acceptés comme tels par la masse quel que soit leur véritable état intérieur. Jnana, au sens réel du mot se réfère à l'état mental intérieur que développe un abhyasi au cours de sa quête tout en passant par des états spirituels différents, aux différents nœuds ou Granthis. Jnana, en effet, est la réalisation des états qui prédominent à chaque nœud. Or, puisque les nœuds sont innombrables la connaissance acquise est elle aussi différente suivant le niveau d'approche d'un abhyasi. Ainsi il ne veut donc pratiquement rien dire d'appeler quelqu'un un jnani sans définir son niveau d'approche ou la limite de la connaissance qu'il a acquise. L'état réel de l'illumination se produit lorsque nous sommes pleinement conscients de l'état d'illumination et qu'après nous être imprégnés de son effet, nous nous sommes assurés de notre immergence en lui. Lorsque nous développons cet état et nous immergeons en sa conscience, nous connaissons tout ce qu'il implique et devenons un Jnani c'est-à-dire éclairé jusqu'à ce point. Si nous essayons d'acquérir cette connaissance en y appliquant toute la force de notre pensée ce ne sera rien qu'artificiel et non pas le véritable, réel. La connaissance véritable d'un état signifie l'identification complète avec l'état en lequel nous nous sommes immergés. L'aide que, cette connaissance nous offre à différents stades est de nous infuser un désir de recherche de l'Ultime.

L'ignorance et la connaissance sont les deux points extrêmes d'une même chose. Jusqu'à un certain point on l'appelle ignorance et ce point dépassé cela devient de la connaissance. Ce sont comme les deux pôles d'un aimant. Ainsi Avidya (l'ignorance) n'existe pas sans Vidya (connaissance) ou Vidya sans Avidya. Si l'une est là, l'autre doit y être aussi. Cela signifie que lorsque le voile d'ignorance est déchiré Avidya et Vidya disparaissent tous les deux. Ainsi Avidya comprend toute la sphère comprise à la fois en Avidya et Vidya. C'est l'état de Tam qui se trouve au-delà des deux. C'est en vérité l'état de Réalisation — où il n'y a ni Avidya ni Vidya. Qu'y-a-t-il alors ? Ni l'un ni l'autre. Un état de latence parfaite, de non-connaissance, pas un état de manque complet de connaissance que l'on peut grossièrement appeler un état d'Ignorance, juste un état comparable à celui de la première enfance. Cette ignorance, en fait est le point le plus élevé de la connaissance. Cela signifie que nous partons du niveau de l'ignorance pour finalement aboutir à un état d'Ignorance plus élevé (ou « Ignorance totale » comme je l'appelle). La sphère de la connaissance (au, sens commun du mot) n'est qu'une

étape intermédiaire. En réalité, dans la mesure où elle est sphère, de la connaissance, elle est toute ignorance au sens véritable du mot.

Ce qui nait une fois que le voile de l'ignorance est déchiré peut-il vraiment être exprimé comme étant la connaissance ? Certainement pas, bien qu'on l'appelle ainsi d'un point de vue extérieur où il y a encore des opposés. Cet état comprend-il le sens de connaissance ? Non : connaître implique être conscient de ce qui est en dehors de soi. La Réalisation signifie l'immersion ou l'unité avec l'Absolu. En ce cas il n'est pas question que le problème de, la connaissance soit jamais soulevé. Comment peut-on appeler cela alors ? absence de connaissance, non connaissance, Ignorance ou quoi d'autre ? Bref ce doit être quelque chose comme cela, bien qu'il soit presque impossible de l'exprimer par des mots. L' « Ignorance Totale », comme je l'ai dit, peut, toutefois être ce qui convient le mieux.

Celui qui se trouve sur la voie Divine est supposé marcher des ténèbres vers la lumière. Appelons les ténèbres Avidya (comme on le représente couramment) et la lumière Vidya. Le Sahaj Marg n'a pas la Lumière comme but. Elle n'est qu'une étape intermédiaire par laquelle il nous faut passer dans notre marche vers l'Ultime, qui n'est ni lumière ni ténèbres, mais se trouve au-delà des deux. Ainsi nous partons d'Avidya (l'ignorance) et traversons Vidya (la Connaissance) pour aller vers ce qui n'est ni Avidya ni Vidya mais est au-delà des deux. Quel mot peut bien donner le sens exact de ce qui n'est ni Lumière ni ténèbres, ni Avidya ni Vidya ? Y a-t-il un mot pour cela dans aucun vocabulaire du monde ? Non bien sûr ! Appelons-le donc, comme je l'ai fait « Ignorance Totale » ce qui la différencie de la forme la plus grossière de l'Ignorance du départ.

Moyens : Tarka, Sruti et Anubhava

Généralement les philosophes ont essayé d'atteindre le cœur ultime des choses par le raisonnement (Tarka) et non par la vision. La raison, au sens populaire du terme, peut être défectueuse et nous faire défaut, mais si une chose est vue par l'intuition intérieure, sans l'intermédiaire inutile de la raison, elle sera

visible en sa forme originelle sans erreur ou déféctuosité. Il nous faut essayer de comprendre les choses lorsque les nœuds commencent à se dénouer d'eux-mêmes.

L'aide recherchée dans les livres ne sert pas à grand-chose car elle nous égare souvent et est aussi parfois dangereuse. Les méthodes prescrites dans les livres sont généralement confuses et ne traitent que le point de vue extérieur. On ne deviendra pas médecin en lisant simplement les noms des médicaments et leurs propriétés. Il est impossible, de saisir complètement le goût d'une mangue en lisant la description dans les livres. Comme dit le proverbe « On ne connaît le pudding qu'en le mangeant ». Il semble y avoir des contradictions évidentes dans les Vedas. Les six écoles de philosophie en sont le résultat. Chacun selon le niveau atteint affirme une chose ou l'autre. L'étude véritable est celle par laquelle nous réalisons l'immuable, et cela ne se réalise ni par la lecture, ni par la foi, ni par le raisonnement mais par la perception supra-consciente. Je dois dire franchement que je n'ai étudié aucun livre car, je n'ai jamais pensé qu'ils aient une valeur. Mon but a été la Réalité que j'ai pensé être la seule chose qu'il vaille la peine d'avoir et j'ai laissé l'étude des livres aux érudits et aux « Pandits ». Ce que je dis ou écris a pour base anubhava et ma propre expérience sur la voie de la Réalisation, quoi que Shankara, Ramanuja ou d'autres aient pu dire à propos de leur expérience. Certes, je lis un peu maintenant, mais par pure récréation et afin d'essayer de retenir autant de vocabulaire que je peux pour me permettre de m'exprimer facilement. Je me souviens d'une chose que j'ai lue dans le Vivekachudamani de Shankara charya qui signifie : « les livres ne nous aident pas pour la Réalisation et quand la Réalisation est acquise, les livres sont inutiles ».

Il y a l'enfer pour les pécheurs, le paradis pour l'ignorant, le Brahmaloaka pour les innocents, mais pour les sages et les lettrés il y a les paradis artificiels qu'ils se créent eux-mêmes, et pour ceux qui sont faibles, ce monde mortel. Mais qui sont les faibles ? Uniquement ceux qui manquent de confiance en eux. Les Shasthras (1) se contredisent mais elles ont pour nous une valeur car elles nous offrent la chance de réfléchir et d'arriver à une solution. Elles ont, en outre, un autre mérite : elles offrent des moyens et des méthodes de progrès spirituel adaptés selon le goût, la mentalité et le type mental différent des hommes. Si j'avais suivi la voie de la Réalisation au moyen des livres je ne serais jamais arrivé à ce niveau d'Ignorance qui est la propriété fondamentale du Divin. La pratique vécue est la seule chose qui

ait une valeur. Non seulement il nous faut connaître ce qu'est la Réalisation mais nous devrions aussi essayer de l'atteindre.

(1) *SHASTHRAS : Écritures.*

CHAPITRE IV

L'HOMME

Sa Place et son Destin dans le Cosmos

Je conseillerais, au lieu de se demander comment l'univers est venu à l'existence, d'admirer l'Être qui l'a amené à l'existence. Nous avons établi une toute petite création à partir des propres matériaux de nos existences individuelles qui avaient pris des couches successives de grossièreté et d'opacité. Ce qu'il nous faut faire maintenant c'est détruire ces couches d'opacité une à une et assumer l'Absolu comme nous le faisons au moment de la création.

Notre existence sous sa forme actuelle, tellement grossière, ne fut ni soudaine ni accidentelle mais le résultat d'un lent processus d'évolution. Le mouvement latent qui a conduit à la formation- de l'univers peut être appelé le premier Supra-Mental du Tout Puissant. Nous devons notre origine à ce mental que nous pouvons appeler le Premier Mental. A l'arrière-plan de ce mental se trouve le Centre, l'état de Tam. On peut retracer l'existence de l'âme jusqu'au moment de la création où elle existait en sa forme nue, comme une entité séparée. De l'état primordial d'existence de l'âme en sa forme la plus subtile nous sommes allés vers

des formes de plus en plus grossières d'existence. Ceci peut se représenter comme 'autant d'enveloppes autour de l'âme, Les premières enveloppes étaient de texture très subtile et avec elles nous existions en notre terre natale, le royaume de Dieu. Les additions de couches de, plus en plus nombreuses d'individualité se poursuivirent et par la suite Manas (la Psyché), Chit (la Conscience), Buddhi (l'Intellect) et Ahankara (l'Ego) sous leurs formes plus rudimentaires commencèrent à contribuer à notre état grossier. En leur temps les Samskaras (Impressions) se formèrent, avec les effets consécutifs qu'ils entraînaient : la Vertu et le Vice firent leur apparition. Lentement notre existence prit une forme des plus dense. Les effets artificiels des Samskaras sont le commencement de sensations de confort, de souffrance, de joie et de tristesse. Nos penchants pour les joies et le confort, nos aversions pour les souffrances et les chagrins ont créé d'autres complications. En conséquence nous nous trouvons cernés par les souffrances et les chagrins et nous pensons qu'être délivrés d'eux est notre principal but.

L'homme est un être à deux pôles. Il a ses racines au plus près de la Base et son autre extrémité vers le monde. Si d'une façon ou d'une autre le mental individuel oriente son activité en fonction de sa partie cosmique il commence à apparaître sous sa véritable couleur. En fait, le mental humain est un reflet du Kshob qui mit en mouvement la force de la nature pour amener la création à l'existence. Le mental individuel est donc une partie du Mental Divin (Kshob). Si de façon ou d'autre nous réorientons vers la Base ses tendances inférieures, il deviendra tranquille, calme et paisible. Dans la mesure de mes expériences personnelles, je constate que seule l'aide d'une Personnalité Dynamique peut le tourner vers la Base. Seul le pouvoir et la volonté d'une telle personnalité peuvent agir en ce sens. Les livres n'ont guère d'influence, seul l'être qui a la foi, la dévotion et la confiance en soi atteint le but.

L'homme est l'instrument de la Nature. Il a une force immense et a l'outillage nécessaire pour utiliser cette force. Ce merveilleux outil est le mental et l'homme seul le possède. Même Dieu dont on fait un objet de culte n'a pas de mental. On dit toutefois que les animaux ont un mental, mais de nature différente. Il est à l'état inerte, pourrait-on dire, comparé, à celui de l'homme qui lui est plein de vie et d'activité. Le mental doit son origine à la Vibration Primordiale qui devint efficiente par la volonté de Dieu pour que la création vienne à l'existence. La nature du mental humain étant telle, il est tout à fait faux de la part de pseudo-Mahatmas de l'invectiver de la pire façon en proclamant que c'est le pire ennemi de l'homme.

Ils ne prennent pas en considération sa valeur réelle et son mérite. En fait c'est le seul instrument qui puisse amener les choses à l'activité. C'est en réduction la force cosmique originelle qui créa la petite création de l'homme. C'est la même force que celle qui agit à la racine de tout. D'où vient cette force ? Appartient-elle à Dieu ou à l'homme ? La réponse est simple : elle est assurément à l'homme, puisque Dieu n'a pas de mental. S'Il en avait un, Il aurait été sujet à l'effet des Samskaras. Il faut donc que ce soit le mental humain qui agisse à la racine.

Chaque particule, du corps humain possède une force immense et l'univers entier y est relié très intimement. Chaque point de la colonne vertébrale est plein de la force la plus grande. Mais jusqu'ici on n'y a pas prêté attention. Les gens, ne parlent que de la Kundalini, et soupirent follement après son éveil. Chaque particule dans la composition du noyau des différentes cellules du cerveau a sa pleine charge de force qui surpasse celle de la Kundalini, mais personne n'a encore essayé de l'utiliser pour le bien de l'humanité. Mon point de vue peut ne pas être acceptable pour la plupart des Jnanis et même si je le leur démontrais ils ne seraient peut-être pas assez sensibles pour s'en rendre compte, toutefois, le moment viendra, comme cela se doit, où les gens le comprendront et le réaliseront.

Extinction du parallélisme entre l'humain et le divin

On croit communément que Dieu créa l'homme à Sa propre image. Toutes les religions, les philosophies, les sciences du monde sont plus ou moins d'accord sur ce point. Cela ne veut pas dire que la forme physique de Dieu soit la même que celle de l'homme, du corps humain fait de chair, d'os, de peau, etc., possédant des bras, des jambes, etc... Cela signifie vraiment que l'homme possède ou est composé de tous les pouvoirs, forces ou énergies présents dans la Nature et dans le même ordre.

La composition, de l'homme est exactement la même que celle de l'univers. Tout comme à l'arrière-plan de cet univers solide, extérieur, il en existe d'innombrables autres de types de plus en plus subtils, de même à l'arrière-plan de la

forme physique grossière de l'homme il y a d'innombrables formes d'existence de plus en plus subtiles. La forme la plus extérieure est le corps grossier (Sthula Sharir) derrière lequel existe le corps astral (Suhshma Sharir) et le corps causal (Karana Sharir). Outre ces trois formes extérieures, il y en a d'innombrables autres qui sont si fines et si subtiles que les penseurs ne les appellent pas des corps, mais de fins voiles autour de l'âme. Il est véritablement impossible de leur donner un nom à chacun car ils sont innombrables. Avec toutes ces formes innombrables, depuis la plus fine jusqu'à la plus grossière, l'homme existe dans le monde matériel comme une véritable copie de l'univers ou de l'entière manifestation divine. Représentées par un cercle complet depuis la circonférence la plus extérieure jusqu'au centre le plus interne, ou Zéro, l'existence de l'homme et la manifestation de Dieu sont les mêmes en réalité. C'est pourquoi la Réalisation de Dieu signifie la même chose que la réalisation de soi, et vice-versa. L'univers entier vint à l'existence depuis le même point, le Zéro, par le processus de l'évolution. De même, l'existence de l'homme s'est développée à partir de ce même point.

Nous appartenons à un pays (l'Inde) où l'esprit religieux a toujours coulé à flot sous une forme ou une autre. Nous sommes élevés dans le but de l'union avec la Réalité dont nous sommes issus. Nous avons amené avec nous l'essence même de l'Infini. On dit que Dieu est en l'homme. Donc nous ne pouvons approcher de notre but ultime que si nous marchons du même pas que le Divin et le relions à notre lignée humaine. Comme je l'ai dit précédemment, à la source de la création, l'Humanité était très proche du Divin et elle a pris une forme plus grossière à la suite des secousses provoquées par les actions et réactions du processus d'évolution. Nous n'avons qu'à ramener les constituants de la structure d'existence humaine à leur état originel de stabilité et de tranquillité pour qu'ils restent liés à la Divinité. Ceci se fait en introduisant en eux la modération qui convient et c'est ce que nous faisons dans le Sahaj Marg. La pratique habituelle de la méditation a réellement pour but de supprimer l'immodération par l'action de notre volonté de façon à garder l'équilibre. Ainsi l'humanité en nous, commence à se transformer en divinité. C'est en fait le sens exact impliqué par le terme Divinisation de l'homme. Ceci fait, l'écart entre les deux lignées disparaît et Divinité et Humanité deviennent presque Un. L'humanité toutefois ne peut jamais s'éteindre totalement tant que le corps physique existe. Par l'effet de la méditation selon le système du Sahaj Marg, nous diminuons l'intensité de la force qui agit sur la lignée humaine (voir plus haut

le chapitre Parallélisme dans la nature). La Divinité commence ainsi à gagner du terrain et les deux lignées qui étaient parallèles se rapprochent. Autrement dit l'humanité commence à se charger de la force de la Divinité qui, peu à peu, prend la place de la force humaine. Quand cet état s'établit pleinement, le, parallélisme, n'existe plus et l'humanité avec sa Force créatrice est réduite à presque rien. De cette façon, Dieu étant Infini, l'homme à son niveau d'approche le plus élevé se trouve lui aussi dans la sphère de l'infinitude. Lorsque les limitations humaines ont disparu l'expansion du soi devient illimitée à tel point que l'univers entier semble être contenu dans le soi. Alors tout ce qui frappe l'univers, où que ce soit, provoque un écho dans le cœur de l'homme, alors tout dans la Nature est connu et perçu par lui.

La Réalisation et ses Moyens

Depuis des temps immémoriaux on a proclamé, surtout en Inde, que le but de l'effort humain (Purushartha), de l'existence humaine, était la Réalisation de Dieu. Mais tout comme le concept de Dieu (l'Ultime Réalité) l'idée de Réalisation de Dieu aussi a tellement été recouvert de couches de mystère qu'un homme de raison et de science, sincère, commence à être dégoûté à la seule mention de ce mot.

La plupart de nos saints lettrés ont défini l'état de Réalisation de façons bizarres et multiples, mais autant qu'on peut le définir, il ne me semble pas que ce soit là la Réalisation qui est en vérité un état muet au-delà de toute expression. Sentir ou observer la Lumière au-dedans ou au-dehors n'est pas du tout la Réalisation. Tout au début de ma période d'abhyas, je ressentais souvent la Lumière et la voyais, mais ceci n'étant pas le but, je continuais avec l'aide vigilante de mon Maître. En réalité, c'est un état sans goût, immuable, permanent. Il n'a ni charme, ni attrait, ni Ananda (félicité) au sens populaire du mot. On peut le décrire, plus exactement comme étant « sang-e-benamak » (c'est-à-dire un morceau de sel dont le caractère salé aurait été supprimé). Celui qui a atteint l'état de Réalisation développe une volonté infailible dans la sphère spirituelle.

En général, les lettrés expriment leur opinion au sujet de la Réalisation ou de ses conditions sur la base du savoir et non pas sur celle de leur connaissance expérimentale, la seule véritable, c'est pour cela que je regrette d'avoir à dire que la Réalisation est maintenant devenue un art à la mode. La Réalité, en fait, a profondément disparu, il n'en reste que des reflets accommodés selon le goût et l'habileté mentale « de ceux » qui en parlent. Le résultat est que les gens commencent à fixer leur attention sur ces descriptions et font pénétrer en eux ce qui n'est ni spiritualité, ni Réalité. Je crois qu'on ne devrait pas avoir le droit de toucher au sujet de la Réalisation tant qu'on ne l'a pas véritablement atteinte, jusqu'à ce que la Sagesse Divine ait été éveillée en nous. Il n'y a qu'une vie de pratique spirituelle qui puisse résoudre ce problème.

La Réalisation peut mieux se définir comme un état d'immuabilité, c'est un état rarement accordé à l'homme même après des milliers d'années. Mais s'il vous arrive de trouver un maître qui l'ait totalement atteint, et si en tant qu'abhyasi vous êtes fortement concerné et ardent à l'atteindre, vous pourrez le faire facilement. Mais tant qu'existe le sentiment d' « être » ce n'est pas la Réalisation complète. Il s'ensuit donc que même la Béatitude est un obstacle.

Les gens me demandent souvent de leur faire connaître d'abord ce qu'est la Réalisation, disant qu'ensuite ils se mettront à l'ouvrage. C'est comme si l'on disait « Laissez-moi d'abord comprendre la pensée de Shakespeare ou de Milton et ensuite j'essaierai d'apprendre l'alphabet ». C'est comme si un abhyasi disait : « Que je réalise d'abord Dieu et je me mettrai ensuite à l'adorer ». Quand la chose même que vous recherchez vient en vous, pourquoi alors se mettre à l'adorer. Celui-là seul peut s'élever qui a reconnu son état de bassesse. L'insatisfaction spirituelle est reconnue à juste titre comme le point de départ de l'effort philosophique dans la tradition de la philosophie hindoue.

Aujourd'hui, la Réalisation est devenue très facile par suite de la présence de la Personnalité Divine. En général, la pensée des gens ne va pas au-delà du point de libération qu'ils considèrent comme la limite finale de l'approche humaine. Mais c'est une idée fautive. En fait, la Libération est une des toutes premières étapes sur la voie Divine, ce n'est qu'un jouet d'enfant. Au-delà il y a encore beaucoup à faire. L'océan infini est au-delà et son étendue est illimitée. Gardez les yeux fixés sur Cela et Cela seul, et avancez jusqu'à LE trouver.

Le Nirvikalpa Samadhi (1) est aussi considéré comme une réussite yogique mais il ne résout pas le problème, L'état véritable de Samadhi est celui dans lequel nous demeurons attachés à la Réalité pure et simple à chaque instant aussi occupés que nous soyons par notre travail et nos devoirs du monde. Il est connu sous le nom de Sahaj Samadhi, une des plus hautes réalisations, la base même du Nirvana. On ne peut décrire ses mérites par des mots mais celui qui demeure en Lui peut les réaliser. Il n'est pas facile de l'atteindre ainsi que son nom, l'indique. Kabîr en a dit le plus grand bien et c'est quelque chose qui vaut la peine d'être acquis.

Il y a de multiples méthodes pratiques prescrites pour arriver à la réalisation, nous pouvons choisir parmi elles ce qui nous garantit un succès rapide. Que chacun juge par lui-même de celle qui lui convient. Comme suggestion j'accepte l'opinion judicieuse de Swami Vivekananda à ce sujet « c'est le Raja Yoga seul qui peut avec succès conduire un homme jusqu'au point d'approche le plus élevé et seul celui qui a la possibilité d'utiliser ses propres pouvoirs intérieurs par le Pranahuti est à même d'être un guide ou Maître ». Je peux aussi vous certifier que le Hatha Yoga ne va pas au-delà de l'Ajna Chakra. En outre, il a un autre défaut sérieux. Quand nous débutons par les exercices corporels du Hatha Yoga, la conscience de nos efforts physiques et l'idée de soi à l'arrière-plan recouvre tout. Ainsi l'ego au lieu de s'amenuiser ne fait que s'accroître. Or, ce n'est pas le cas du Raja Yoga où l'on agit avec les moyens les plus subtils pour rendre silencieuses les tendances toujours actives du mental, De plus, en le pratiquant, on est toujours éloigné de l'idée du corps, puisque l'attention est fixée sur ce qu'il y a de plus subtil.

Pour réaliser l'Être subtil il nous faut utiliser des moyens aussi fins et subtils. Il n'y a de difficulté que si l'on utilise des méthodes compliquées pour résoudre un problème simple. C'est se servir d'une grue puissante pour ramasser une petite aiguille à coudre. Dieu est simple et peut s'atteindre par des moyens simples. Donc, pour LE réaliser il nous faut adopter des méthodes qui nous aident à nous libérer des choses créées par notre propre volonté, nos actions et notre environnement. Toutes nos pensées doivent être ordonnées et notre mental individuel débarrassé des fardeaux qui pèsent sur lui.

Nous devrions être légers comme une plume de façon à voler vers Lui sur une simple poussée d'un Maître capable. Dans notre Sanstha (2), le contact avec la Réalité est introduit comme une graine par un choc de volonté. Le processus est en

général mis en marche par le Maître de telle façon que la graine pousse facilement et que des vents brûlants ne la dessèchent pas. Le disciple l'arrose par le souvenir constant (de son but), c'est la seule chose qu'on lui demandé sur la voie de la Réalisation.

La vie de famille (Grihasthashram) ne vous empêche pas d'atteindre le but véritable de la vie. Je crois que c'est le meilleur Ashram où la plus haute approche soit aisément accessible. Je suis un Grihastha, et mon Maître en était un aussi. Je vous assure que c'est dans ce seul Ashram (la vie de famille) que l'on peut rencontrer un Saint parfait. Nous y accomplissons nos devoirs et nous nous souvenons de Lui en tant que Réalité Ultime.

(1) NIRVIKALPA SAMADHI : Extase avec perte de conscience du monde environnant.

(2) SANSTHA : pratique spirituelle.

CHAPITRE V

LA VOIE VERS LA RÉALISATION

(Le rôle de l'Abhyasi)

Non attachement

Il est vrai que nous ne pouvons nous libérer de Maya si nous ne cultivons pas le non-attachement. Mais cela ne signifie pas briser nos rapports avec foyer, famille, et tous nos intérêts en ce monde pour adopter la vie d'un mendiant religieux. Je ne suis pas d'accord avec ceux qui sont d'avis que le seul moyen de cultiver le non-attachement c'est de quitter famille et foyer pour se retirer dans un coin solitaire en rejetant tous les liens au monde. Le renoncement effectué de cette façon par la force; est rarement efficace car il est bien possible malgré ce détachement du monde apparemment voulu que l'on puisse encore intérieurement y demeurer attaché. Certes, en tant que chef de famille il nous faut nous occuper de beaucoup de choses ; il nous faut prendre soin de notre famille, donner une éducation à nos enfants, pourvoir à leurs besoins, les protéger de la chaleur et du froid, etc... Pour assurer ces besoins, nous gagnons et possédons de l'argent et des biens. Le véritable mal n'est que l'attachement exagéré aux choses avec lesquelles nous sommes en contact, c'est la principale cause de nos souffrances. Mais si nous pouvons faire toutes les choses de la vie en pensant que c'est notre devoir, sans aucun sentiment de répulsion ou d'attraction, nous sommes d'une certaine façon libérés des liens du monde et avons renoncé au monde dans son sens véritable, même si nous possédons et utilisons beaucoup de choses. Tout ce que nous possédons semblera alors nous être confié par le Maître Suprême, en vue d'accomplir les devoirs qui nous échoient. Le renoncement signifie en réalité le non-attachement aux objets du monde et pas la non-possession des choses. Ainsi la vie du chef de famille pour qui la possession des choses et les liens avec le monde sont indispensables, n'est pas un obstacle sur la voie du renoncement et donc de la réalisation, pourvu que l'on ne soit pas indûment attaché aux objets avec lesquels on est en contact. Il y a de nombreux exemples de saints qui ont atteint le plus haut degré de perfection et ont mené tout le temps une vie de chef de famille. Le renoncement est en fait un état intérieur du mental qui ne perd pas de vue le caractère transitoire et changeant des choses et crée un sentiment de non-attachement pour de tels objets. Les yeux se trouvent alors fixés à tout moment sur la Réalité qui est immuable et éternelle et cela vous libère du sentiment de l'attraction et de la répulsion. C'est Vairagya (renoncement) au vrai sens du terme. Lorsque nous acquérons cet état d'esprit nous sommes libérés des désirs, Nous nous

sentons satisfaits de ce dont nous disposons. La fin des désirs signifie l'arrêt de la formation des Samskaras. Il ne reste plus maintenant qu'à subir les effets (Bhog) des samskaras (impressions) précédemment formées qu'il nous faut épuiser au cours de notre vie. La Nature nous aide aussi dans ce processus en créant un champ d'action 'pour Bhog de façon à supprimer du corps causal les impressions de nos pensées et de nos actions. Lorsque ces enveloppes fondent, nous commençons à prendre des formes d'existence plus subtiles.

L'homme qui naît en ce monde est sûr de goûter à la souffrance. On ne peut y échapper. Quand je vois le monde, je le trouve très pénible. Certains gémissent de douleur, quelques-uns souffrent de la perte de ceux qu'ils aiment, un grand nombre sont anxieux de réussir à chaque pas. Nous essayons de nous débarrasser de tout cela en faisant pénitence et les Rishis (les sages) s'y sont adonnés complètement. Tout ce qui naît de l'attachement est souffrance. Le plaisir et la peine contribuent tous deux à cette souffrance. Il n'y a pas de remède pour en venir à bout, à moins de se consacrer à des pensées saintes de la plus pure nature.

Nous n'avons pas besoin de renoncer au monde et de faire pénitence dans les bois. Que le monde matériel et le monde spirituel aillent côte à côte, brillant de façon égale. On n'y perdra, en aucune façon, si pendant que l'on accomplit ses devoirs de chef de famille, on se dirige en même temps vers la Réalisation de Dieu. Il nous faut voler avec les deux ailes si nous voulons réussir. Les gens ont en général l'idée vague qu'il faut rechercher

Dieu dans les forêts. Mon idée est qu'il faut Le rechercher dans son cœur. On accomplit ses devoirs de chef de famille et en même temps on est occupé à une dévotion envers Dieu. Vous pouvez objecter que ces deux choses sont incompatibles et contradictoires, mais ce n'est pas vrai. Avec le temps la sagesse Divine commence Son travail et l'on accomplit son devoir en dépassant le mental.

Ainsi Vairagya ne peut s'atteindre que si l'on est complètement orienté vers le Divin. Quand cela se produit, on se désintéresse naturellement de son propre soi et de tout ce qui y a trait. Ainsi l'on perd non seulement la conscience du corps mais aussi par la suite la conscience de l'âme. Il ne reste alors plus rien que « l'Être sous une forme morte — ou un mort vivant ».

Méditation

Avec le système d'entraînement du Sahaj. Marg nous partons de Dhyan, la 7^o étape, du Yoga de Patanjali : fixer le mental sur un point unique pour pratiquer la méditation. Les étapes précédentes ne sont pas suivies séparément mais rentrant automatiquement en activité à mesure que se fait la méditation. Ainsi, l'on gagne beaucoup de temps et de travail. Dans certains Sansthas la routine habituelle suivie comme pratique est souvent gardée confidentielle. Elle n'est seulement révélée qu'à ceux qui entreprennent de s'y conformer formellement. On ne comprend pas très bien au fond quel est leur but. La Nature n'a, pas de secret et je pense que celui qui prétend suivre la voie divine ne doit pas en avoir non plus.

La pratique suivie à notre Mission est la méditation sur le cœur. La même méthode a été recommandée par Patanjali. Il y a là une grande philosophie à la base. Nous sommes toujours occupés à des choses du monde. Si nous faisons quoi que ce soit, nos pensées semblent avoir des ailes durant les heures de loisir. Nous sommes toujours dans le tumulte et le désordre. Notre mental individuel est devenu si habitué à une telle activité que tout est sens dessus dessous. Nos actions et nos pensées sont pour beaucoup dans nos errements. Lorsque nous restons en contact avec des idées et des pensées de différentes sortes elles laissent des impressions sur nos sensations émotives et nos instincts. Tous les instincts sont pollués et adoptent un comportement erroné. Les traces faites ainsi sur nos Indriyas (1) les changent en bloc solide comme le roc où il ne reste ni Bhog ni sagesse. L'âme, certes, n'est pas touchée, mais nous créons de tels obstacles et de telles enveloppes qu'elle s'en trouve enfermée comme dans un cocon. Nous ne pouvons même plus jeter un coup d'œil à notre âme, encore bien moins la réaliser. Sous l'effet de nos pensées et actions viciées nous altérons notre sens de la discrimination et de la connaissance exacte. Ceux, qui ont atteint cet état de solidité n'aiment pas suivre l'entraînement du Raja Yoga. C'est la raison pour laquelle les gens font la sourde oreille à ce que nous disons. Aucune pratique du Hatha Yoga ne peut apporter de véritable réalisation car elle ne peut aller plus loin que l'Ajna chakra et il reste encore bien des étapes à franchir ensuite. Donc le Raja Yoga est la seule chose qui puisse nous conduire au but. Il n'y a pas d'autre moyen pour s'approcher du Centre. Il nous a été donné la même force que la force centrale même si elle est souillée par nos activités

erronées. Nous nous servons de cette même force au cours de la méditation. Voilà pour ainsi dire comment nous procédons naturellement avec la force de la nature. Quand nous méditons, la force centrale que nous possédons reste active. Cela disperse les nuages épais qui sont désagrégés par cette force. Cela ne peut s'exprimer par des mots, seul un Abhyasi peut le sentir. Cela ne peut se connaître qu'en le pratiquant. Vous vous trouverez bientôt en train de nager dans une paix et un bonheur éternels. Tout se termine là. Il ne reste plus aucun attachement au monde. Le mental est discipliné, automatiquement, réglé. Les instincts commencent à être contrôlés et vous avez la maîtrise sur eux. Se maîtriser signifie maîtriser la Nature. Quand l'ouverture sur votre âme devient transparente vous découvrez que le travail de la Nature est à votre mesure ou plutôt vous commencez à travailler vous-même.

Dans notre système, il est conseillé à l'Abhyasi de méditer sur le cœur en songeant à la Lumière Divine qui s'y trouve. Mais on lui recommande de ne pas voir la Lumière sous une forme quelconque telle qu'une ampoule électrique, ou une bougie, etc... Dans ce cas la lumière qui apparaîtrait intérieurement ne serait pas réelle mais seulement une projection de sa propre imagination. Il est conseillé à l'Abhyasi uniquement de supposer qu'il y a une lumière en gardant au fond de lui la pensée du Divin. Ce qui se passe alors est que nous méditons sur ce qu'il y a de plus subtil que l'on puisse atteindre.

La méthode de méditation sur le cœur consiste à imaginer, une Lumière Divine à l'intérieur. Lorsque vous commencez à méditer de cette façon, s'il vous plaît pensez seulement que la Lumière Divine intérieure vous attire, ne vous tourmentez pas si des idées venant de l'extérieur vous viennent pendant la méditation.. Laissez les venir mais continuez votre travail. Traitez vos pensées et vos idées comme des hôtes que vous n'auriez pas invités. Si cependant elles vous troublent pensez qu'elles sont celles du Maître, non les vôtres. Ce processus de méditation est très efficace et ne manque pas d'apporter le résultat désiré. Asseyez-vous dans une pose confortable pendant une heure dans la matinée (2) de façon très naturelle, Ne faites que méditer. Ne luttez pas, contre les idées qui généralement surgissent, pendant la méditation. La concentration est le résultat automatique et naturel de la méditation. Ceux qui insistent sur la concentration au lieu de la méditation et obligent leur mental à s'y attacher arrivent en général à un échec.

Dans la soirée asseyez-vous à nouveau dans la même posture au moins pendant une demi-heure et pensez que les complexités, l'enchevêtrement de vos pensées antérieures, la grossièreté ou la solidité de votre état fondent ou s'évaporent en fumée dans votre dos. Cela vous aidera à purger votre mental et vous rendra réceptifs à l'influence efficace de notre grand Maître. Dès que je trouverai que vous êtes libérés de ce qui n'est pas vous-même, je vous changerai cette technique ou vous demanderai de l'arrêter suivant le cas. De cette façon, nous nous envolons très haut par l'éveil et le nettoyage des chakras et de leurs points adjacents, nous occupant de la kundalini en dernier, de toute manière l'Abhyasi n'a rien à faire par lui-même, c'est exclusivement le travail du Maître. Mais il faut se rappeler qu'en pratiquant ces méthodes, il ne faut pas trop forcer son mental mais seulement prendre un rythme normal. Ce processus de nettoyage (cleaning) doit se répéter pendant environ cinq minutes avant de méditer, soir et matin. D'autres modes de cleaning peuvent aussi être conseillés suivant les besoins particuliers des Abhyasis ; on ne peut les mentionner ici en détail. Il suffit de dire que le processus de nettoyage utilise la force originelle de la PENSÉE sous forme de volonté humaine pour l'affinage de l'âme individuelle afin de la rendre capable d'escalader les marches glissantes du chemin vers la Réalisation jusqu'à l'Essence la plus subtile de l'IDENTITE (3).

Tous les saints ont utilisé le mot « Lumière » et je ne peux l'éviter moi non plus car c'est la meilleure façon d'exprimer la Réalité. Mais cela crée des complications, parce que lorsque nous parlons de lumière l'idée de luminosité prédomine et nous pensons que c'est quelque chose de brillant. La lumière réelle n'implique pas cette idée. Dans notre méthode l'Abhyasi, certes, voit parfois la lumière, mais le scintillement de la lumière ne se produit qu'au début lorsque la matière vient en contact avec l'énergie. Autrement dit, ce n'est qu'un indice signifiant que l'énergie a commencé son travail. La lumière réelle a la couleur de l'aube ou un léger reflet de non-couleur. Bien que le mot lumière ne soit pas une traduction exacte de ce que c'est (parce que la lumière est réellement une chose beaucoup plus lourde que ce n'est véritablement), nous l'avons exprimée de cette façon uniquement pour faciliter la compréhension. Si l'Abhyasi commence à se sentir de plus en plus léger, cela veut dire qu'il progresse, parce que dans ce cas, il entre en l'état en lequel Dieu est. La Lumière signifie la perte de poids de ses

propres pensées. Ainsi, la Lumière de la réalité ne se réfère qu'à la substance de la réalité ou de façon mieux appropriée à la substance sans substance.

Toute attention exagérée, artificielle ou mal dirigée, provenant des désirs personnels ou des idées préconçues de l'Abhyasi, cause des dommages très souvent irrévocables. Ainsi, les visions de lumière ou autres, ne doivent pas être créées artificiellement et l'on ne doit pas s'y appesantir. On doit simplement les noter lorsqu'elles ont lieu sans aucun sentiment d'attachement personnel envers aucune d'elles. Le seul objet d'attachement personnel doit être le But Ultime : la Réalisation, qu'il faut garder tout le temps fermement en vue ; et ceci constitue la meilleure garantie contre toute diversion non pertinente. Un exemple de cette attention mal dirigée et nuisible, comme déjà souligné, est : insister sur la concentration de la conscience à laquelle s'attendent lors de toute pratique de méditation la plupart des Abhyasis du Raja Yoga. Ceci a fait de grands ravages dans l'histoire de la Sadhana Yogique, aux Indes et ailleurs. Les méthodes d'austérités ascétiques, les pénitences et les mortifications physiques utilisées habituellement pour maîtriser le mental ne l'empêchent pas de suivre ses tendances mal dirigées. D'autre part, elles ne servent, qu'à refermer le mal sur lui-même et il pourra ressurgir quand, par hasard, la maîtrise de soi sera quelque peu relâchée. La véritable solution du problème réside, non pas dans le contrôle artificiel du mental par suppression, contrainte ou mortification, mais dans sa modification graduelle, ce qui le soulage de ses tendances mal dirigées. En ceci, comme pour tout d'ailleurs, l'attitude de l'étudiant sincère, réceptif et ouvert à tout pour travailler et se développer de façon naturelle, assure les plus rapides progrès.

En général, je conseille de méditer sur le cœur là où on le sent battre. La méditation sur d'autres points peut aussi se faire, par exemple fixer l'attention sur le bout de son nez ou entre les sourcils, etc... mais à mon avis la méditation sur le cœur est ce qu'il y a de plus facile et de plus bénéfique. Il y a une grande philosophie sous-jacente dans la méditation sur le cœur. Le cœur est la station de pompage du sang. Il envoie le sang purifié dans toutes les parties du corps jusqu'aux plus petites cellules. Or, nous avons pris le cœur comme centre pour notre méditation. Le sang qui court à travers notre organisme est affecté. La dureté due à nos propres pensées et actions commence à diminuer. C'est la première chose que nous gagnons dès le premier jour de cette méthode de méditation sur le cœur. Le cœur est le noyau et il crée le mouvement vibratoire partout où il est dirigé.

C'est le champ où le mental doit agir et c'est l'instrument par lequel nous développons notre faculté de discrimination. La force subtile travaille en cet endroit pour la descente de l'énergie divine. Si de façon ou d'autre notre pensée s'y adjoint ou que nous l'exercions à s'infiltrer où il faut, la dirigeant vers la Réalité, le problème est résolu. Les gens peuvent se demander pourquoi il est nécessaire de méditer. La réponse est tout à fait simple. Par la méditation, nous nous rassemblons en un point, de sorte que notre mental individuel perd l'habitude qu'il a formée de vagabonder. Par cette pratique nous dirigeons notre mental individuel dans la bonne voie parce que ses habitudes sont ainsi métamorphosées. Quand ceci est fait tout naturellement nos pensées ne s'évadent plus. Le cœur est essentiellement le point depuis lequel le lien reliant l'animé à l'inanimé se ressent le mieux. C'est la raison pour laquelle la méditation sur le cœur est très utile. De plus, le cœur est le champ d'action du mental. Le mental reste toujours tel qu'il est. C'est le cœur qui en tant que champ d'action du mental est à corriger. D'où le point le plus approprié pour la méditation ne peut être que celui d'où part le courant vers le haut ou vers le bas. Cela ne peut être que le cœur et rien d'autre, Trikuti (le centre entre les sourcils) peut être utilisé aussi mais ce n'est pas aussi facile pour le commun des mortels car cela demande plus de travail à l'Abhyasi. Cela peut aussi donner naissance à beaucoup de complications par la suite si la méditation n'est pas convenablement pratiquée par l'Abhyasi. La méditation sur le nombril n'a d'autre valeur spirituelle que de provoquer une sensation de chatouillement qui finalement amène le mental et les passions à leur maximum de force.

A un certain stade de développement de la dévotion chez l'Abhyasi, nous insistons généralement sur la méditation sur une forme apparemment humaine. Les critiques peuvent sans doute considérer que c'est un suicide de l'avancement spirituel. Ce n'est pas le cas, pourvu que l'être sur lequel l'on médite soit d'une envergure spéciale, qu'il soit descendu de l'Absolu Immatériel pour donner un entraînement spirituel ou ait atteint personnellement, le niveau d'évolution spirituelle requis, par un effort suprême.

(1) INDRYAS : les dix sens de la cosmogonie Hindoue, cinq sens de connaissance et cinq d'action d'où la traduction : Instincts adoptée.

(2) Master a réduit depuis ce temps à 1/2 heure par jour. N.d.t.

(3) Voir ci-dessus : les définitions de l'Identité.

Préliminaires à la méditation

Quand l'idée de retourner vers l'état originel se fit jour en l'homme il lui devint essentiel d'amener l'activité qui avait surgi en lui à un état aussi latent que possible. Il commença à en chercher les moyens. Enfin, il comprit que, de même que le mouvement latent était plus grossier comparativement à l'Absolu avec lequel il était relié, de même il lui fallait avoir recours à quelque chose de plus grossier pour lui permettre d'atteindre l'idéal désiré de la Réalité (4). Cela l'amena à la conclusion qu'il lui fallait créer en lui une sorte de contraction ou de retrait similaire à celui existant à l'époque du Pralaya. Or le Soi est omnipénétrant en l'homme tout comme il l'est dans l'univers entier (nous prenons l'univers dans son sens indivis comme un tout). L'état de Pralaya survient lorsque la contraction commence à intervenir. Une contraction similaire en l'homme le conduit à son Pralaya individuel. Ceci veut dire qu'il commence à progresser de son état de grossièreté vers son état véritable. La contraction débute toujours d'en bas et graduellement monte vers le haut par suite de sa tendance à monter. Donc pour monter il faut que la contraction parte d'en bas. La contraction de la forme ne pouvait se faire qu'en ramenant ses jambes et les parties adjacentes en une certaine posture et en les y maintenant. De quelque façon qu'on le fasse la forme finalement sera celle d'un Asana. Cette idée de contraction (Pralaya) est essentielle parce qu'elle pose les jalons de notre chemin vers l'Ultime. La posture doit toujours être la même. En procédant ainsi on collabore avec la grande force, la chose même que l'on utilise au début pour atteindre son objectif particulier. Ainsi la forme qui est associée dans son psychisme à la Réalité aide beaucoup le débutant dans l'initiation primaire.

La colonne vertébrale bien droite, le cou et la tête droits dans le prolongement pendant la méditation voilà ce qui a été trouvé de plus avantageux depuis les temps anciens parce que l'on croit que le flux de la grâce Divine descend directement sur l'Abhyasi en cette posture. Toutefois, suivant notre méthode nous n'insistons pas là-dessus. Je conseille en général aux Abhyasis de s'asseoir dans une position aisée et naturelle ; de plus, même ceux qui prennent une posture droite et rigide se laissent automatiquement aller à une position penchée légèrement en avant lorsque l'état d'absorption dans la béatitude se produit. La position penchée en

avant peut donc même être considérée comme plus naturelle si l'on garde en vue la montée vers les plus hauts états de conscience. En fait, une controverse sur ce point, comparativement de minime importance, semble sans intérêt.

Il vaut mieux s'asseoir dans la pénombre du matin pour méditer ou si cela n'est pas possible à une heure fixe convenant à l'Abhyasi. Ne soyez pas troublé par les choses extérieures mais restez occupé à votre travail en considérant que d'une certaine façon elles vous aident en vous faisant sentir le besoin d'une plus grande absorption dans vos pratiques.

(4) Ainsi il pensa qu'il lui fallait commencer par agir sur sa forme extérieure.

Prière

Une chose de plus dans la pratique est de faire chaque jour, au moment de se coucher, la brève prière (O Maître (5) ...) avec la plus grande humilité et d'un cœur débordant d'amour divin. Répétez la prière dans votre mental une ou deux fois et commencez à méditer dessus pendant quelques instants. La prière doit être faite comme par un être malheureux qui dépose son fardeau d'un cœur profondément affligé devant le Maître Suprême en implorant sa miséricorde et sa grâce, les larmes aux yeux. Alors, seulement il deviendra un aspirant méritoire. Il y a plusieurs façons d'aimer Dieu et bien des « Bhavas » sont utilisés : le sentiment paternel (Pitri Bhava), le sentiment amical (Sakhya Bhava), etc... A mon avis il ne peut y avoir de meilleur rapport que celui existant entre l'Amant et le bien aimé. Si l'Abhyasi se considère comme l'Amant, prend Dieu pour son Bien-Aimé et conserve le même sentiment, le résultat sera que Dieu lui-même deviendra l'Amant et l'Abhyasi le Bien-Aimé au bout du compte. Mais si l'on croit avoir atteint le but à ce stade ce sera une grosse erreur. Ce qui reste à faire ne peut être déterminé car il s'agit uniquement de pratique.

La prière demeure le moyen le plus important et le plus infallible pour réussir. Grâce à elle, nous établissons notre lien avec le Divin. La raison pour

laquelle la prière doit être offerte avec un cœur plein d'amour et de dévotion est que l'on doit créer en soi un état de vacuité pour que le flux de la grâce Divine puisse être attiré. Lorsque le monde émergea en sa forme actuelle, le point central était déjà profondément enraciné en tous les êtres. Ce point central enraciné en nous, est une partie du Suprême et attire notre attention vers la source. Dans la prière nous essayons d'atteindre ce même point central. Ceci n'est possible que lorsque nous créons intérieurement un état similaire.

Ceci demande de la pratique. On peut l'atteindre en s'abandonnant à la Volonté Divine qui est absolument simple et paisible. Apparemment cela semble très difficile, en fait ce n'est pas difficile mais cet état est réservé, à ceux qui y aspirent ardemment. Lorsqu'un être crée en lui un désir intense de l'Absolu, il est en vérité en état de prière et c'est ce que chacun doit s'efforcer d'atteindre. Chaque fois qu'un être entre en cet état, même pour un instant, sa prière est exaucée. Mais il faut un entraînement continu pour y arriver. On devrait exhorter les gens à prier de cette façon. Si l'on y réussit et qu'on s'y établisse, que reste-t-il à faire d'autre que se souvenir, se souvenir de façon telle que l'on ne prenne même pas conscience du souvenir (6) ?

(5) O Maître, tu es le but réel de la vie humaine, nous sommes encore esclaves de, nos désirs, qui mettent des obstacles à notre progrès. Tu es le seul Dieu et la force qui peut me faire parcourir toute cette étape.

(6) Ce souvenir continu, sans conscience du souvenir, de la relation avec le Divin, est le véritable amour, il est comparable à celui que nous éprouvons pour un de nos membres, nous ne pensons jamais à notre pied ou notre main, mais nous en tenons compte dans tous nos actes et toutes nos pensées, cela fait partie de nous.

Souvenir constant

Le souvenir constant de Dieu est naturellement un trait caractéristique dans la spiritualité. La méthode pour cultiver le souvenir constant consiste à penser avec

une conviction ferme, pendant vos heures de, loisir, au bureau, chez vous, dans la rue ou au marché que Dieu pénètre tout, est partout et que vous pensez à Lui. Essayez de garder cette pensée autant que vous pouvez.

Le mental des gens est absorbé à tout moment par les problèmes de leur vie matérielle et leur attention est rarement dirigée vers Dieu, sauf quand ils sont très malheureux ou en profonde détresse. C'est parce qu'ils attachent une importance primordiale à leurs intérêts dans le monde, les seuls qu'ils aient constamment en vue. Ainsi restent-ils empêtrés dans Maya sans jamais penser à s'en sortir si peu que ce soit.

Le souvenir fréquent de Dieu bien qu'il soit une grande aide n'est pas tout ce dont nous avons besoin pour obtenir le succès final de la Réalisation. Nous commençons généralement une chose importante en prononçant le nom Divin et il est d'usage dans presque toutes les religions de le faire. Mais ce n'est qu'une formalité qui n'a plus aucune signification. Nous ne consacrons jamais la chose à Dieu au vrai sens du terme et au fond de notre cœur nous sommes en fait très éloignés de l'idée de Dieu. Se souvenir ainsi de Dieu ne sert à rien. La signification réelle de cette habitude est qu'il nous faut rester en contact avec l'idée de Dieu dans toutes les phases de nos activités mentales et physiques. Il faut nous sentir, liés à chaque instant à la Puissance Suprême par une chaîne de pensées continuelle durant toutes nos activités. Ceci peut se faire facilement si nous considérons notre travail et tous nos actes comme faisant partie d'un Devoir Divin qui nous est confié par le Grand Maître qu'il nous faut servir du mieux que nous pouvons. Certaines gens pensent que ce souvenir constant ou même fréquent de Dieu est impraticable quand un être est entouré dans la vie des nombreux soucis causés par l'attachement au monde et les responsabilités. Mais la pratique et l'expérience leur prouveront que c'est un processus très facile qui peut être suivi par tous et chacun malgré tous les soucis et les engagements, si seulement ils apprennent à diriger leur attention vers Dieu au sens véritable.

L'idée du Guru comme force Suprême Divine est très utile dans la poursuite spirituelle si le Guru Lui-même se trouve immergé dans l'état Ultime de la Réalisation. Vous dépendez de son aide, vous pensez à Lui comme, à un être surhumain. Si vous poursuivez la routine de votre vie en dédiant tout à votre Maître, imaginez tout le bien que cela vous apportera en fin de compte. En faisant

une chose, pensez que vous ne le faites pas pour vous-même, mais pour votre Maître ; songez plutôt que le Maître lui-même le fait pour lui. En prenant votre petit déjeuner, songez que votre Maître déjeune. En allant au travail, songez que c'est votre Maître qui le fait. En revenant du travail, supposez qu'en cours de route vous voyez une danse attrayante. Vos yeux sont attirés par la charmante apparition des danseurs. Alors songez aussi que ce n'est pas vous mais votre Maître qui voit la danse. Vous perdrez tout de suite votre curiosité car la puissance du Maître commencera à affluer pour vous débarrasser de la tentation. Quand vous revenez du travail, vos enfants se réjouissent de vous voir après tant d'heures, vous aussi, vous êtes heureux de leur joie et ce n'est que très naturel. Votre attention pendant un moment est tournée vers eux et vous vous sentez quelque peu éloigné de la pensée du sacré, Ce qu'il vous faut faire alors est de songer que le Maître en vous se réjouit et vous serez à nouveau en contact avec la pensée sacrée. Si vous bavardez avec un ami, pensez que c'est votre Maître et non pas vous qui lui parlez. Quand vous marchez pensez que c'est votre Maître qui marche. Même pendant votre méditation, si vous gardez l'idée que ce n'est pas vous mais votre Maître qui médite sur sa propre forme, cela amènera d'excellents résultats. Vous pouvez adapter de la même manière toutes vos habitudes de travail. Si vous cultivez ce sentiment et maintenez le point de vue que votre Maître fait tout à votre place, non seulement vous serez en constant souvenir mais vos actions ne laisseront aucune impression quelconque, et vous cesserez de créer en vous de nouveaux Samskaras (Impressions)

Dévotion

Le souvenir constant, en somme, est le développement naturel de la pratique de la méditation et devient efficace lorsque l'Abhyasi devient attaché à l'objectif de sa méditation : le souvenir constant. Alors la pratique spirituelle n'est plus une discipline aride mais une occupation savoureuse qui vous, absorbe tout entier. Seul le feu de l'amour et de la dévotion brûle les déchets frivoles et sépare l'or des scories. Ce feu, d'amour peut, cependant, prendre trois formes. La première est la combustion lente produisant une épaisse fumée. La seconde produit parfois des

étincelles, et la dernière donne une flamme brillante capable de tout réduire en cendres en un instant. Les deux premiers états sont fonction de l'exposition : de la matière combustible à l'air. Lorsque la solidité qui empêche la combustion est chassée par l'effet de la chaleur interne; la flambée finale débute avec force. Mais il y a aussi le feu électrique qui ne passe pas par les deux premières étapes et n'apparaît qu'à l'état final, sans fumée ni vapeur. Si vous pouvez allumer en, vous un tel feu, vous progresserez à pas de géant.

La dévotion et l'amour, naturellement, sont à la fois faciles et difficiles à acquérir d'un coup. La véritable dévotion n'a en elle aucune trace d'affectation et va de pair avec l'illumination. Aux étapes initiales, le dévot peut être conscient de ses sentiments envers l'objet de son amour mais dans les étapes ultérieures la passion et la fureur s'estompent jusqu'à ce que cette dévotion devienne presque inconsciente à l'étape Ultime. On peut dire du niveau de dévotion le plus subtil qu'il s'agit d'un abandon de soi total d'où la conscience de l'abandon est complètement absente par la grâce du Maître Suprême.

Là, réside le problème de la pratique naturelle de la dévotion, de l'abandon, etc... On dit que pour cela il est plus facile d'aimer une autre personne de son espèce. C'est pour cela que l'on se sert du Guru en le considérant comme une personnification du Suprême. Dans mon cas, mon Maître fut le seul objet de mon amour. Je n'étais pas amoureux de la Liberté, de la paix, de la perfection ou d'autre chose, mais de Lui seul, de Lui uniquement. Mon Maître en était certes digne car il était l'homme le plus adéquat sur qui méditer, et à qui se consacrer. Il était totalement libéré des sentiments d'égoïsme, de désirs, d'attachement au monde, et voué entièrement à son « propre soi ». Cette phrase fait référence à un état spirituel de haut niveau rarement accordé à l'homme. C'était la raison pour laquelle je l'aimais du mieux que je pouvais, j'essayais, cœur et âme, de m'immerger en lui totalement et ceci a constitué toute la recherche de ma vie. C'est parce que j'avais trouvé un Maître sans égal. Quant aux résultats obtenus, je n'ai pas de mots pour les exprimer. Pour résumer il est l'Océan infini de Grâce en lequel nous devons tous nous immerger. Puisse ceci être accessible à tous les chercheurs sincères.

Abandon

Le moyen le plus facile et le plus sûr d'atteindre le but est de s'abandonner au Grand Maître et de devenir soi-même un "Mort Vivant". Ce sentiment d'abandon, s'il est acquis par des moyens violents ou mécaniques, est rarement authentique. Il doit se développer automatiquement en vous sans le moindre effort et sans aucune pression mentale. Mais si la connaissance de soi demeure il ne s'agit pas encore de véritable abandon. Que reste-t-il à faire lorsque vous vous êtes abandonné au vrai sens du terme ? Rien. Je crois qu'en cet état un Abhyasi demeure tout le temps en contact étroit avec la Réalité et le courant de luminosité divine continue à couler en lui sans aucun arrêt. De cette façon, vous pouvez résoudre le problème de votre vie de la façon la plus facile et la plus efficace dans le minimum de temps. Ainsi donc, si l'on fait cadeau de son cœur : si l'on en fait don au Maître Divin, il ne reste quasiment plus rien à faire. Ceci vous amène tout naturellement à l'état d'absorption en la Réalité Absolue. Adopter cette technique simple et facile fait que le tout début en est en même temps la fin. Que peut-on offrir de mieux qu'un tout petit cœur pour atteindre le plus cher objectif de la vie ?

Une chose encore. Pour effectuer cet abandon du cœur de la façon la plus facile il suffit d'un acte de volonté. En outre, plus la volonté sera légère et subtile plus elle sera efficace. Adopter cette méthode' donne la certitude de créer une attitude de renoncement dès le premier jour. Il suffit d'un peu de courage au départ.

L'abandon de soi n'est rien d'autre qu'un état de complète résignation à la volonté du Maître, avec un complet désintérêt de soi. Demeurer en permanence en cet, état mène au commencement de l'état 4 négation (7). Lorsque nous nous abandonnons au Grand Maître, nous commençons à attirer un flux continu de la plus haute Force Divine provenant de lui. En cet état un homme ne pense et ne fait que ce que la volonté de son Maître lui ordonne. Il sent que rien dans le monde ne lui appartient mais que tout n'est qu'un prêt sacré de la part du Maître et il fait tout en pensant que c'est sur l'ordre de son Maître. Sa volonté sera complètement subordonnée à la volonté du Maître. L'abandon n'est pas une chose ordinaire qui se fait facilement. Cela débute par une négation complète de tous les instincts et des facultés, négation à laquelle nous parviendrons par la pratique des règles

élémentaires de la dévotion. Nous nous soumettons au Maître et pensons à lui comme à un être surhumain. Nous l'aimons avec dévotion, foi et respect essayant par tous les moyens d'attirer son attention et sa grâce.

Les sages ont classé les disciples en deux principales catégories : Manmat et Gurumat. Les premiers sont ceux qui s'approchent du Guru en vue d'un but déterminé tel que le soulagement de leur souffrance, le désir de faire fortune, etc... Ils ne se soumettent à lui que tant qu'ils espèrent en obtenir la satisfaction de leurs désirs. Si leur espoir est déçu ils s'en vont. Pour de tels disciples la question d'obéissance ou de soumission ne se pose même pas, que dire alors de l'abandon. Les guru-mats sont ceux qui suivent les prescriptions du Guru en tous points et essayent de se soumettre à sa volonté de toutes les manières possibles. La soumission commence par l'obéissance. Lorsque nous sommes profondément impressionnés par les grands pouvoirs d'un Maître de haute réalisation spirituelle, nous sommes intérieurement enclins à obéir à ses ordres.

Un bel exemple d'abandon nous est présenté (8) par Bharata le fils de Dasaratha lorsqu'il partit dans la forêt avec les habitants d'Ayodhya pour convaincre son frère Rama de revenir. En réponse à l'insistance des gens Rama répondit gravement qu'il serait disposé à revenir dans sa capitale à condition que Bharata lui demande de le faire. Tous les yeux se tournèrent vers Bharata qui était lui-même venu pour le convaincre de revenir, mais il répondit calmement « ce n'est pas à moi de commander mais seulement d'obéir ». Ainsi donc, l'abandon de soi a une grande importance pour un Abhyasi dans sa recherche.

(7) *De soi.* (8) *Dans le Mahabharata.*

CHAPITRE VI

LA VOIE VERS LA RÉALISATION

(Rôle du guide)

Le Maître et sa fonction

La Réalisation ne peut s'acquérir uniquement par des Abhyas (1) parce qu'aux étapes supérieures les conditions sont telles, que même si l'on réussit à s'élever un peu par ses efforts personnels, on retombe très vite par suite de la forte poussée venue d'en haut. Donc, pour tout ce qui concerne notre entrée dans les régions supérieures, l'aide du Maître est indispensable. Dans l'aspect pratique de la sadhana aussi, il est essentiel pour chacun d'adopter une technique pratique d'entraînement spirituel et il lui faut pour cela chercher un guide compétent. Il y a eu des cas, bien sûr, où des sages ont atteint la perfection uniquement par leur effort personnel en s'abandonnant directement à Dieu. Mais de tels exemples sont rares. Cela est vraiment très difficile et ne peut être fait que par des gens spécialement doués d'un génie peu commun. Le Guru est le lien existant entre Dieu et le disciple. C'est seulement par son intermédiaire que nous pouvons atteindre Dieu. Il est la seule force qui puisse nous extraire des dédales qui encombrant la voie.

Il est aussi nécessaire que le guide que nous choisissons soit de la plus grande envergure et capable d'arracher en un clin d'œil l'Abhyasi aux labyrinthes du chemin du fait de la puissance exceptionnelle dont il dispose. Il ne peut s'agir que d'un être qui ait atteint, la perfection, ou négation complète de soi. Il nous faut nous mettre en rapport avec une force de cette nature par des sentiments d'amour et d'attirance mutuelle. L'idée que nous nous faisons de lui dans notre mental importe peu. Nous pouvons l'appeler ami, Maître ou serviteur ou tout ce qu'il nous plaira de choisir, mais il reste par-dessus tout le guide, le Guru ainsi qu'on l'appelle couramment. Concevoir le Guru comme une mère est à mon avis ce qu'il y a de plus vrai et de plus avantageux pour le disciple. Une mère est l'incarnation même de l'amour et de l'affection. Seul le cœur d'une mère peut supporter avec patience les ennuis et les chagrins que lui cause son fils en pensant tout le temps à lui procurer le confort et le bonheur. Il en est de même de la position du véritable Maître ou Guru qui est la mère spirituelle du disciple. Comme tel le Guru cherche toujours le bien-être spirituel de son enfant, le disciple. C'est à cause de l'attachement affectueux du Guru pour son disciple que l'attention du Grand Père (le Grand Maître), avec lequel la mère spirituelle du disciple (le Guru) est intimement liée, que cette attention donc est dirigée vers le disciple. La fonction d'une mère et celle

d'un véritable Guru sont tout à fait semblables. La mère porte son enfant dans son sein pendant un certain temps, or le Guru aussi porte l'enfant spirituel dans sa sphère mentale pendant un certain temps. Durant cette période, le disciple, tout comme un bébé dans la matrice, suce l'énergie et se nourrit des vagues spirituelles des pensées du Guru. Quand le moment est venu, le disciple naît dans un monde plus éclatant et alors sa propre vie spirituelle commence. Si le disciple entre dans la sphère mentale du Guru, en abandonnant tout ce qui est sien, il ne faut que sept, mois au Guru pour le délivrer dans un monde plus lumineux. Mais le processus est généralement retardé dans une mesure considérable parce que bien qu'il vive dans la sphère mentale du Guru, le disciple garde la conscience de ses propres pensées et sentiments. Ainsi, nous constatons que la position du Guru est très proche de celle de la mère. Concevoir le Guru en tant que mère spirituelle fait naître en nous les sentiments d'amour, de respect, et d'abandon qui sont les principaux facteurs de la vie spirituelle.

Le choix d'un Guru compétent est certes un travail très difficile, d'après mon expérience personnelle je peux vous donner une méthode facile pour choisir. Lorsqu'il vous arrive d'en rencontrer un, essayez de vous rendre compte si son contact provoque en vous un sentiment de paix et de calme et fait taire, au moins pour un moment, les tendances instables du mental, sans toutefois l'affecter ou peser sur lui. S'il en est ainsi, vous devez en conclure qu'il est compétent pour vous mener sur la voie. Il y a aussi une autre difficulté : même si l'on trouve un tel Maître et qu'il soit accessible on ne l'adopte souvent que s'il accomplit un miracle manifeste. Un Raja Yogi doué du pouvoir de transmission peut certes faire des miracles mais il n'aime pas le faire car ce serait déroger à son véritable état. Nous avons l'exemple du Christ qui fit des miracles toute sa vie. Malgré cela, il n'eut que douze disciples parmi lesquels celui qui ensuite fut cause de sa crucifixion. Ceci prouve bien que ses miracles n'ont pas suffi pour que les gens croient en lui. Ce furent, en fait, ses nobles enseignements à eux seuls, qui, plus tard, firent qu'on le suivit en grand nombre. Il est donc du plus grand intérêt pour nous de garder les yeux fixés sur la Réalité, plutôt que sur les miracles qui sont, sans nul doute, peu de choses et peuvent être accomplis par des personnes ayant relativement des talents et un niveau de Réalisation inférieurs. Les miracles ne sont pas un critère pour apprécier un saint ou un Yogi. Ils ne sont parfois, d'autre part, qu'une fraude délibérée pratiquée par des gurus habiles devant des gens faibles et crédules pour

les enfermer dans leur royaume de Guru. Avant de se décider définitivement, il faut être pleinement convaincu des possibilités et des mérites, d'un homme quant à ses réalisations pratiques sur la voie spirituelle. Pour cela il faut avoir une association continue avec lui afin de juger de façon, pratique de ce que l'on peut percevoir et expérimenter. Lorsqu'on est ainsi convaincu, il faut s'engager envers lui de bonne foi et se lier à lui solidement. Cela est essentiel pour réussir dans sa recherche.

J'ai toujours à cœur d'aider quiconque en a besoin. Je considère que ma tâche est celle d'un humble serviteur de l'humanité. Il y a, et il y a eu, des gurus d'importance qui travaillent et ont travaillé Comme maîtres en leur temps, quant à moi, à la place d'un Maître, je préfère être un serviteur et travailler comme un serviteur pour le bien des gens en général. Je vous en prie, faites ce que l'on vous dit de faire et avisez moi de vos progrès quotidiens et de vos difficultés si vous en avez. Je vous assure que vous pouvez atteindre le but très facilement si vous continuez, en gardant le souvenir constant.

De savants maîtres en religion pressent généralement les gens d'adorer des dieux et des divinités. Seul, celui qui a parcouru la voie jusqu'au point final peut vous guider avec succès. Les maîtres savants ressemblent surtout à des poteaux indicateurs au bord de la route, ils vous indiquent où conduit la route. C'est tout ce à quoi, ils peuvent servir. Il est, certes, très étonnant que quelqu'un qui cherche à se libérer du matérialisme, tombe sur des formes matérielles et de grossières conceptions.

Le mot « Mahatma » a été défini de plusieurs manières, sur des bases raisonnables, peut-être, mais ma définition est celle d'un « Être sans être », elle est quelque peu bizarre mais significative. On peut aussi bien l'interpréter comme ayant trait à quelqu'un qui, est sorti de la Spiritualité, mais ceux qui aspirent à la spiritualité peuvent ne pas l'accepter. Si nous approfondissons les choses pour expliquer sa réelle, signification je crains que cela ne soit plus compréhensible, aussi il vaut mieux que j'abandonne ce sujet. Ce n'est pas la robe qui fait le moine. De même, ce n'est pas la robe ni l'apparence qui font un véritable saint ou un Yogi. Les caractères physiques extérieurs ne sont pas des indications certaines de ce qu'est le cœur à l'intérieur.

Les Gurus d'aujourd'hui peuvent commodément être classés comme suit :

- 1 — Les charlatans qui conseillent l'adoration des arbres, des animaux, des insectes, des maladies des esprits et autres revenants
- 2 — Les rongeurs de livres : ceux qui prescrivent des pratiques et des méthodes qu'ils ont récoltées dans des livres
- 3 — Les maîtres pratiques : ceux qui prescrivent aux autres ce qu'ils font ou ont fait, sans tenir compte de ce qu'il y a là de valable ou non
- 4 — Les maîtres inspirés : ceux qui guident les gens sur la base de leurs inspirations intérieures
- 5 — Les maîtres expérimentés, inspirés : ceux qui guident les gens sur la base de leurs expériences pratiques soutenues par une inspiration supérieure

De même, les disciples peuvent être aussi classés comme suit :

- 1 — Les chercheurs personnels : ceux qui poursuivent l'exécution des désirs de leurs sens (besoins)
- 2 — Les tueurs de temps : ceux qui le prennent comme passe-temps (kalakshapaka)
- 3 — Les suiveurs : ceux qui essayent de suivre les directives du Guru
- 4 — Les disciples sincères : ceux qui essayent de suivre les pas du Guru et s'efforcent de le copier
- 5 — Les disciples dévoués : ceux qui deviennent le foyer de l'attention du Maître

Malheureusement, aujourd'hui le choix d'un guide convenable est très négligé même si tout hindou à l'esprit religieux estime qu'il lui faut avoir un guru pour satisfaire ses désirs de bénéfice spirituel. En général les gens choisissent quelqu'un dans ce but sans prendre en considération sa valeur ou sa compétence. Ils sont surtout influencés dans leur choix par la persuasion et les miracles étalés par ces soi-disant Gurus qui attirent les masses ignorantes. Les chasseurs de disciples ne manquent pas, ils sont aussi nombreux que les feuilles d'un arbre. Pour la plupart d'entre eux le métier de Roi Guru est très profitable et leur assure un revenu énorme

qu'il leur serait impossible de gagner autrement. En outre, ils réclament le plus grand respect et le service personnel de leurs disciples. Les masses ignorantes sont ainsi une proie facile pour ces chercheurs-du-Soi professionnels. Un peu de miracle, et un étalage habituel de quelque chose de charmeur, suffit pour attirer des centaines de ces moutons niais dans le parc de leur Royaume de Guru. Une simple menace de malédiction à l'encontre de celui à qui il arrive de leur déplaire en réduit des milliers à une abjecte soumission. Ce n'est pas tout, pour s'assurer le monopole de leur profession, ils déclarent que seul celui qui fait partie d'une classe privilégiée a le droit d'être un Guru, qu'il soit sannyasin ou chef de famille. Ils prétendent par droit de naissance être des professeurs mondiaux en matière de religion quelle que soient leur valeur et leur capacité. A notre époque, vous trouverez aussi des multitudes de Sannyasins posant aux Mahatmas, et se disant Jagat-Gurus — enseignants mondiaux. N'est-il pas dommage qu'il y ait de tels imposteurs professionnels qui sont une honte pour la nation et la religion et qui rôdent dans une complète impunité en vue de tromper les ignorants et de servir leurs intérêts personnels ?

Il est grand temps que les masses ouvrent les yeux et voient quels dégâts ont été causés par de telles personnes. L'état de Guru comme monopole d'une classe privilégiée est une absurdité propagée par les gurus professionnels pour sauvegarder leurs intérêts personnels. La croyance populaire au principe selon lequel un disciple ne peut jamais briser le lien sacré avec son guru, dans aucune circonstance, est encore un astucieux stratagème imaginé par ces faux gurus pour rendre leur position sûre et sans aléas, ce n'est rien d'autre qu'un mensonge. La plupart des professionnels modernes ont abusé de la pratique d'initier un disciple ; ils ne comprennent pas sa réelle signification. Leur seule fonction en tant que Guru est de souffler quelques mots « mystiques » dans "les oreilles du disciple au moment de « l'initiation » et de lui dire de suivre quelques pratiques cérémonielles en guise de culte. Leur devoir envers leur disciple se' termine là et ils ne font rien de plus pour améliorer le disciple, sauf lui donner tous les ans leur darshan et accepter de lui leur redevance annuelle. En vérité, un disciple ne devrait être formellement initié que lorsqu'une véritable foi existe en lui et que l'Amour Divin a pris racine à la place principale dans son cœur. Initiation signifie que le disciple a un lien établi avec la Force Suprême. Dans ce cas, la force spirituelle commence à couler automatiquement vers le disciple selon la capacité d'absorption qu'il

développe en lui. Il dépend essentiellement de la force et de la capacité du Maître que soit établi un lien solide, pour cela le Maître doit être d'une grande envergure. Ce lien solide, une fois établi, continuera jusqu'à ce que le disciple arrive à la libération, ce qui dans ce cas ne constitue pas un objectif très lointain nécessitant de nombreuses vies. En fait, quand le disciple est initié dans le vrai sens du terme, comme expliqué ci-dessus, par un Guru de grande envergure la question de séparation entre le Guru et le Disciple ne peut jamais se poser. Mais pour les Gurus professionnels qui accomplissent des initiations simulées afin de servir leurs intérêts, c'est un sujet d'anxiété constante et donc pour maintenir constamment un disciple dans leurs griffes, ils proclament, comme un décret. Divin, que l'on encoure toutes les souffrances de l'enfer si jamais l'on songe à rompre avec eux. La masse des ignorants accepte cela comme parole d'évangile et tremble à la seule idée de faire quoi que ce soit qui puisse déplaire au Guru. Aussi essayent-ils avec une soumission passive de supporter toutes les atrocités. Je suis sûr que dans les Shastras (les écritures) on ne trouve pas la moindre suggestion de cette idée, c'est une pure invention de ces maîtres en religion. Je considère comme un droit de naissance, pour tout homme, de briser à n'importe quel moment ses liens avec son Guru, s'il trouve qu'il a fait un mauvais choix ou s'est trompé sur la valeur et la compétence de son guru. Il est libre de chercher un autre Guru s'il trouve, à un moment donné, que son Guru ne peut le conduire au-delà de ce qu'il a déjà acquis. D'autre part, un Guru consciencieux doit de lui-même, suivant les circonstances, inciter son disciple à chercher un autre Guru plus avancé et mieux qualifié que lui; de sorte que le progrès de son disciple n'ait pas à en souffrir, C'est le devoir sacré d'un véritable Guru, désintéressé, Si toutefois, la permission de se détacher de lui est refusée au disciple par un Guru qui suit ses motifs égoïstes, le disciple a la liberté de se séparer de lui immédiatement et d'en chercher un autre. Aucune loi morale ou religieuse n'a jamais défendu qu'il le fit.

Lorsqu'ils sont plus avancés dans leur hiérarchie, les Gurus enseignent et prêchent sur la base de leur connaissance des Shasthras (écritures) et autres livres sacrés. Ils ont établi une hiérarchie et des ashrams où ils jouissent d'une situation royale parmi leurs adeptes. Ils vont et viennent et s'adressent à des foules importantes, leur disant ce qu'il faut faire et ne pas faire, leur expliquant les problèmes concernant Maya, Jiva et Brahman. Les gens s'agglutinent autour d'eux par milliers pour écouter leurs sermons, admirent leurs idées élevées, leur grande connaissance

et les considèrent comme de grands Mahatmas ou Saints. On leur pose d'innombrables questions compliquées et s'ils sont à même de répondre suivant leur connaissance accumulée des Shasthras, leur réputation de Mahatmas est établie dans l'esprit des auditeurs qui sont enclins à les accepter comme Gurus, alors qu'en réalité on a mis leur savoir à l'épreuve et non leur valeur réelle. Il faut bien se rappeler que ce n'est ni le savoir ni la connaissance qui rend un homme parfait, mais seulement la Réalisation en son véritable sens qui fait un véritable Yogi ou un saint. Il est bien possible que l'homme qui vous a ainsi impressionné par son apparence, son savoir, son éloquence soit du plus bas niveau en matière de réalisation pratique. La connaissance donc n'est pas un critère du véritable Mahatma ou Yogi. De même, on ne mesure pas la valeur d'un Mahatma ou Guru à ses miracles mais à son expérience sur la voie de la Réalisation. La conception populaire d'un Mahatma en tant que grande personnalité individuelle ne me dit rien qui vaille. Je définirai un Mahatma comme étant l'être le plus insignifiant ou plutôt quelqu'un qui néglige son apparence, qui est au-delà de tout sentiment de grandeur, d'orgueil ou d'égoïsme et demeure en permanence dans un état complet de négation de soi.

Certains soutiennent que la connaissance est une étape préliminaire de la Réalisation, étape essentielle et indispensable.. Je ne suis pas d'accord avec eux sur le fond car la connaissance n'est qu'une acquisition du cerveau, alors que la Réalisation est l'éveil de l'âme et dépasse de beaucoup, le domaine du cerveau. Donc un véritable maître n'est pas celui qui peut nous expliquer la profondeur des dogmes religieux ou nous prescrire ce qu'il y a lieu de faire ou ne pas faire. Ce dont nous avons besoin chez un Guru c'est de la véritable impulsion qui éveillera l'âme et de son aide directe au cours de notre marche en avant sur la voie de la Réalisation. C'est un tel être qu'il nous faut rechercher si nous voulons réussir. Il est donc évident, que, pour juger si un homme peut être notre guide spirituel, il nous faut prendre en considération non son savoir ou ses miracles mais sa réalisation pratique dans le domaine de la Réalisation. L'homme qui est lui-même libre peut vous libérer de l'éternel esclavage. Si votre Guru n'est pas libéré des liens des Samskara, de Maya ou d'Ahankara, il ne lui est pas possible de vous libérer de ces liens.

(1) ABHYAS : Des pratiques spirituelles.

Transmission

Par la Grâce de mon Maître j'essayerai de vous, révéler un grand secret, un mystère que les gens, en général, ne connaissent pas. C'est un grand émerveillement quand un grand personnage comme le Seigneur Krishna, Swami Vivekananda ou mon Maître change tout le cours de la vie d'un individu. Il nous est absolument nécessaire de trouver un tel guide qui puisse par son pouvoir nous élever de plus en plus haut. Ce mystère est connu sous le nom de Pranahuti — le pouvoir de transmission. C'est le pouvoir qui agit par le canal d'un mental pur. Pranahuti s'effectue par la force de la volonté, toujours efficace. Si un instructeur en spiritualité applique sa volonté pour modeler le mental de celui qu'il entraîne, cela agira et donnera d'excellents résultats. Bien des Swamis qui se lancent dans la profession de Gurus, dès qu'ils ont revêtu la robe ocre, se plaignent parce que, bien que leurs disciples les écoutent avec intérêt, ils demeurent par la suite aussi pervers qu'avant. La raison en est évidente. Ou bien le Swami ne se sert pas de sa volonté ou il n'a aucun pouvoir. Il prescrit beaucoup de, pratiques' pénibles et fatigantes pour le cerveau puis laisse ses disciples suivre leur propre destin. D'une part, le professeur ne connaît pas l'effet de sa technique, d'autre part, l'élève ne se soucie pas d'utiliser son esprit de discrimination. Il en résulte une lourdeur et un, manque de finesse de l'intellect du disciple, et corruption, dégradation et turpitude morale chez le Guru qui n'est conscient que de son droit d'enseigner a ne se soucie en rien de ses devoirs et responsabilités.

Certains sceptiques diront qu'après tout, c'est la faute de celui qui désirait se transformer et que le Maître ou le Guru ne fut qu'un responsable nominal. Ils diront encore : Si le Seigneur Krishna avait, un tel pouvoir pourquoi n'a-t-il pas changé le cœur de Duryodhana au lieu de susciter la bataille du Kurukshetra ? On peut aussi citer de nombreuses histoires où quelqu'un a pris un être indigne ou un objet sans vie pour guide et est devenu un grand saint. Mais que les voies Divines soient mystérieuses ne nous empêche pas d'essayer de trouver la Réalité. Certains sont trompés par leur propre pensée alors que d'autres sont éclairés par la Grâce Divine.

Un entraîneur spirituel, digne de ce nom, affaiblit les tendances inférieures du mental de celui qu'il entraîne et plante la graine de la Lumière Divine au plus

profond de son cœur par le pouvoir de la transmission yogique. Dans ce processus l'entraîneur utilise sa force de volonté qui a l'Infini Divin à son arrière-plan. D'une certaine façon, il est conscient de Cela et à travers la lentille de sa bonne volonté il le concentre sur le cœur de celui qu'il entraîne. Au début, ce dernier peut ne rien sentir car il est habitué à ne sentir que par ses sens proprement dits, Toutefois, au bout d'un certain temps, il pourra sentir les résultats de cette transmission qui se traduisent aussi par des changements subtils dans le fonctionnement des parties vitales et des tendances du mental.

Il est très regrettable et malheureux que ce processus très ancien de transmission yogique, créé et largement pratiqué par nos anciens sages, soit maintenant tombé en complet oubli, dans le pays même de son origine, de nos jours, à peine quelques-uns consentent à y croire. Certaines personnes essayent de le ridiculiser en le réduisant à de l'hypnotisme. Les résultats de l'hypnotisme sont inverses de ceux du Pranahuti. Dans ces arts inférieurs l'hypnotiseur utilise sa force de volonté avec l'arrière-plan de la force matérielle. La volonté de l'hypnotisé est affaiblie et il se trouve abattu et le cœur lourd en s'éveillant d'une transe hypnotique. Une maladie peut être guérie ou une tendance particulière de nature, mineure peut être, dans une certaine mesure; supprimée, selon la puissance de l'hypnotiseur et la soumission de l'hypnotisé, mais l'effet ne dure pas longtemps. La puissance hypnotique se développe par des pratiques mentales et physiques intenses et utilise des objets matériels ou des images mentales comme objets de concentration, Ces pratiques conduisent souvent à des déformations mentales ou à la folie et parfois même à des malformations physiques. Une pratique réussie peut toutefois déboucher au mieux sur un pouvoir matériel limité et n'est utile que pour la satisfaction de certains désirs, le temps qu'il dure.

Je peux vous certifier, ici, que l'entraînement spirituel en vue d'atteindre les étapes les plus élevées n'est possible que par la transmission yogique et pas autrement. De fréquentes références faites à ce processus dans la société actuelle des gens instruits ont amené certains maîtres religieux, pour se défendre de leur inefficacité sur ce plan, à expliquer aux gens qu'il n'y avait rien de spécial dans la transmission. Il arrive couramment que lorsque vous êtes en compagnie d'un Mahatma ou d'un saint vous êtes, dans une certaine mesure, soulagé des pensées qui vous perturbent et vous vous sentez relativement calme pendant un moment. Ceci, disent-ils, est dû à l'effet de transmission du Mahatma. Ceux qui donnent

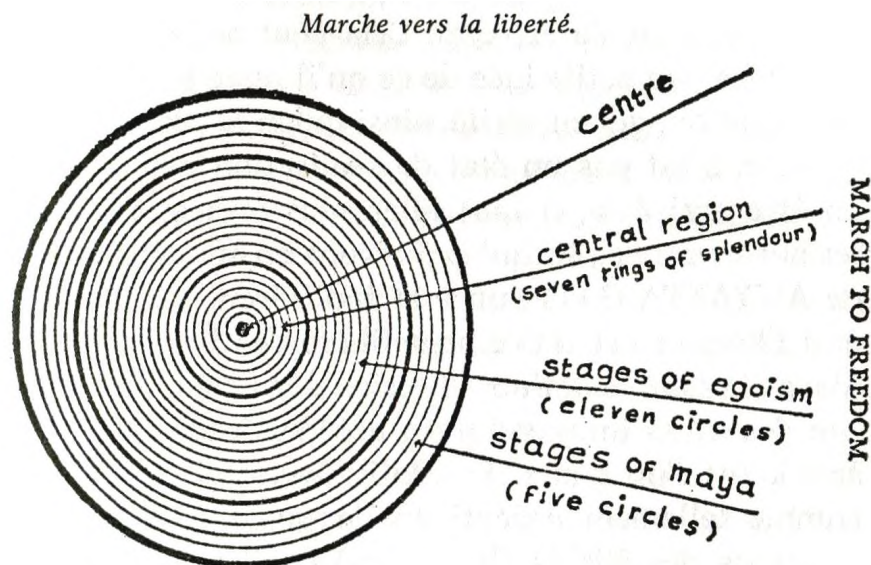
cette explication cherchent uniquement à décevoir le public en vue de se disculper quant à leur incapacité. Ce qu'ils interprètent comme transmission est en réalité le rayonnement automatique émanant des particules subtiles (Paramanus) du Mahatma. Il affecte tous ceux qui sont assemblés autour de lui avec pour résultat que le calme s'établit dans une certaine mesure tant qu'ils sont là. Ce n'est qu'un processus naturel qui n'a rien à voir avec la transmission. Ce n'est pas seulement d'un Mahatma ou d'un saint que ces particules subtiles (paramanus) rayonnent mais de chacun de nous, qu'il soit pieux ou méchant, saint ou démoniaque. Si vous vous trouvez pendant un certain temps auprès d'une personne impie ou de mauvaise moralité vous trouverez un paramanus impie qui irradie d'elle et vous affecte si bien, que pour le moment vos pensées flottent dans le même sens. L'effet de telles radiations ne demeure que peu de temps et disparaît quand vous vous éloignez. C'est la raison pour laquelle souvent les maîtres religieux se plaignent de l'indifférence des gens à suivre ce qu'ils prêchent. Ils disent que lorsque les gens les quittent après avoir entendu leur sermon (upadesh), ils rejettent tout ce qu'ils ont entendu dire, et ne retiennent rien dans leur mental. Je crois que ce ne sont pas les gens qui sont à blâmer, mais plutôt le maître ou le prédicateur (upadeshak) qui n'a pas la capacité ou la force de transmettre ce qu'il désire prêcher du haut de son estrade. Mais le pouvoir de transmission est une réalisation yogique d'ordre très élevé par lequel un yogi peut infuser par la force de sa volonté l'Énergie Yogique ou la Lumière Divine en chacun et supprimer tout ce qui est indésirable ou nuisible à son progrès spirituel. Il peut exercer ce pouvoir non seulement sur ceux qui sont autour de lui mais également sur ceux qui sont loin, de lui. Ce pouvoir peut s'utiliser de toutes les manières et à tout moment. Celui qui a obtenu ce pouvoir peut en un clin d'œil créer, temporairement ou en permanence, un état d'esprit qui est bien au-delà de l'état existant dans le mental de l'Abhyasi et qui, autrement, nécessiterait toute une vie pour être acquis. Ce n'est pas une vaine affirmation mais un simple fait qui peut à tout moment être vérifié expérimentalement par quiconque désire le faire. Par le pouvoir de transmission les sages ont souvent changé la nature entière d'un individu d'un seul coup d'œil. L'exemple merveilleux des, grands sages,, comme mon Maître le Samartha Guru Mahatma Ram Chandra Ji Maharaj de Fatehgarh, Swami Vivekananda et d'autres, en offre une ample démonstration.

J'ai rencontré les chefs de plusieurs Sansthas et, à ma surprise grandissante j'ai trouvé que la transmission faisait partout tristement défaut, à tel point que pour la

plupart d'entre eux cela leur était totalement étranger. Swami Vivekananda, certes, avait cette capacité mais de telles personnalités sont rares. Des personnalités telles que mon révérend Maître ne naissent pas par hasard.

En fait, nous sommes tous des mendiants à la porte du Maître, le bol de mendiant en main, que le Maître remplit volontiers, mais lorsque le bol est déjà rempli d'autre chose que de spiritualité, la question de recevoir quoi que ce soit de Lui ne se pose plus du tout, car si l'on y verse quelque chose, cela déborde aussitôt. La première chose à faire est donc de nous vider pour que le bol se remplisse de la grâce du Maître.

Marche vers la liberté



Lire de bas en haut :

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

CHAPITRE VII

LES ÉTAPES SUR LA VOIE DE LA RÉALISATION

Le point le plus haut d'approche, où le but final de la vie est un état de complète Négation, le Néant ou Zéro. J'ai essayé d'indiquer cela dans le diagramme.

Les cercles concentriques, autour du centre, indiquent grossièrement les différentes sphères spirituelles que nous traversons pendant notre progression. Nous commençons notre marche à partir du cercle le plus extérieur et avançons vers le centre en traversant chaque cercle pour arriver à l'étape suivante. C'est une étendue immensément vaste.

Nous prenons le cœur (qui est le noyau) comme centre de notre méditation et nous continuons jusqu'à ce que le but soit atteint. Il y a cinq points, ou sous-centres, dans cette Région du Cœur que nous traversons au cours de notre voyage. A chaque point les quatre états suivants sont ressentis dans l'ordre.

- 1 — Un état d'ensemble particulier éveillant dans le mental la Conscience de la Force Divine qui pénètre tout.
- 2 — Un état Divin prédominant partout, on est absorbé dans son souvenir.
- 3 — Ni sensation de Force Divine ni de Souvenir mais seulement un sentiment de Négation de soi.
- 4 — Tout cesse. Pas d'impression sur le cœur, pas même celle d'existence.

Ces quatre états sont expérimentés en chaque région et à chaque point. Dans la méthode Sahaj Marg d'entraînement spirituel chacun passe par ces états, bien que, peut-être, seuls les êtres les plus sensibles soient à même de sentir tous ces

états dans leurs plus infimes détails. Ces états se raréfient de plus en plus à mesure qu'on avance à travers les divers sous-centres depuis le plus bas jusqu'au plus élevé.

Lorsque nous passons le cinquième point, notre passage à travers l'Ajna Chakra (Plexus caverneux) devient rectiligne. L'état à ce point est particulier. De ce point, l'énergie que nous gaspillons est dirigée vers les régions inférieures. Au cours de notre voyage vers ce point, l'état principal ressenti est un sentiment semblable à une obscurité vague. C'est seulement un indice qui nous montre qu'il nous faut finalement aller au-delà de la lumière. La nature véritable de ce point n'est ni lumière ni ténèbres mais une couleur semblable à l'aube.

Après avoir traversé le cinquième cercle de la Région du Cœur on entre dans la région du Mental. Les onze cercles de cette Région dépeignent les différentes étapes de l'Égoïsme. L'état devient de plus en plus subtil à mesure que l'on progresse à travers eux. Il y a des points et des nœuds innombrables en chacun de ces cercles. Normalement, il faudrait toute une vie pour aller d'un point à un autre si nous n'avions pas le merveilleux processus Yogique du Pranahuti.

Lorsque nous atteignons le seizième cercle nous sommes presque libérés de l'égoïsme. Cet état a été rarement atteint même par les plus grands sages. Aussi loin que puisse aller ma vision je ne vois que Kabîr qui ait pu s'approcher de ce stade (le 16° cercle) à part mon grand Maître qui a atteint des étapes bien au-delà des limites de l'approche humaine. En celui qui a dépassé ce cercle ce qui reste est une simple identité, bien qu'encore sous forme grossière.

Avant d'atteindre ce point, nous passons par la région du Virât ou Sahajrara Dal-Kamal (le lotus aux mille pétales). C'est de cette région qu'Arjuna eut la vision du Virât lors de la bataille du Mahabharata. C'est le macrocosme. Ici nous commençons dans une certaine mesure à expérimenter un état sans changement que nous pouvons appeler Brahmagati ou État Divin. Au cours de cette marche, nous traversons divers centres ayant leurs états particuliers.

Après avoir traversé les sept anneaux de Lumière de la Région Centrale on entre dans la vaste étendue illimitée : l'Infini et l'on commence à y nager. Ici l'aide du Guru est encore nécessaire car même les forces les plus subtiles du nageur, mises en œuvre pour sa pesante nage, soulèvent des vagues d'énergie qui s'opposent au progrès. Seul un Guru capable, expérimenté et attentif vous aide à maîtriser ces

vagues et enseigne au nageur l'art de la nage subtile qui est presque comparable à celui de flotter et pourtant n'est pas flotter, ce genre de nage ne provoquant pas l'opposition des vagues. Le Guru préserve aussi le nageur de glisser dans la jouissance de cet état de nage subtile ce qui l'empêcherait de progresser plus loin et lui fait poursuivre son voyage.

Maintenant nous atteignons la Sphère du Centre Dormant qui semble aussi être clos par quelque chose comme un anneau, le dernier. Pour avoir tout expérimenté et pouvoir tout exprimer, une fois j'ai essayé d'y pénétrer, mais une poussée forte et soudaine m'a repoussé en arrière bien que j'aie eu le temps d'y jeter un coup d'œil. Ceci m'a fait conclure que c'est sans doute la dernière limite possible de l'approche humaine. Je souhaite à chacun d'avoir accès à cet endroit et même au-delà, si c'est après tout possible.

La forme d'identité grossière — dont je parlais plus haut — s'est constamment affinée et est devenue de plus en plus subtile jusqu'à la dernière limite du possible. Nous avons alors atteint un point tout proche du centre qui est l'approche la plus élevée que puisse atteindre l'homme. Ici nous sommes en étroite harmonie avec la Réalité. Lorsqu'on est en contact étroit avec Bhuma, l'Ultime, Dieu à l'État Absolu, ce que c'est, où c'est, dépasse la compréhension. Une immersion complète dans le Centre ou le Tout Puissant n'est toutefois pas possible car il est essentiel de maintenir une différence nominale entre Dieu et l'âme.

Telle est l'étendue de ce qu'il est possible à l'humain de réaliser, ce sur quoi il faut avoir les yeux fixés dès le début si l'on désire faire les plus grands progrès sur la voie de la Réalisation. Très peu de saints et de Yogis en ont jamais eu la conception. Dans la plupart des cas leur approche la plus avancée est celle du 2° ou 3° cercle. Il est dommage que ce simple début leur ait parfois semblé un état de réalisation très élevé. Je n'ai exprimé tout cela que pour rendre les gens capables de se faire une opinion sur les soi-disant Grands Docteurs en Divinité, dont on dit qu'ils ont atteint la perfection et qui sont généralement acceptés comme tels par la masse des ignorants, qui jugent de leur valeur en fonction de leur apparence extérieure ou de leur élégance.

TABLE DES MATIERES

Préface

Introduction - Concept de la philosophie

Histoire du Sahaj Marg

Caractères spéciaux du Sahaj Marg

La réalité - Ses aspects statiques et dynamiques, L'ultime réalité

Identité

Cosmologie

Espace et temps

Jiva et Brahman

Parallélisme dans la nature

Les avatars

La connaissance et sa nature

Moyens : Tarka, Sruti et Anubhava

L'homme - Sa place et son destin dans le Cosmos

Extinction du parallélisme entre l'humain et le divin

La réalisation et ses moyens

La voie vers la réalisation

Non attachement

Méditation

Préliminaires à la méditation

Prière

Souvenir constant

Dévotion

Abandon

La voie vers la réalisation

Le Maître et sa fonction

Transmission

Les étapes sur la voie de la réalisation