

ENTRETIENS ENTRE RAM CHANDRA ET ANDRE PORAY

Q : Maître, quelles sont les qualités que doit avoir un disciple,

R : la première qualité est la bonne volonté de vouloir faire et d'accepter.

Pour être assuré du succès dans ce travail, car la recherche spirituelle est un véritable travail, il faut avoir une volonté sans défaillance.

Si ensuite il y a de la foi dans le Maître, alors le travail peut être fait.

Mais en toutes circonstances, le doute est le plus grand ennemi de la spiritualité.

Q : En dehors de notre présence auprès du Maître, quel doit être notre comportement ?

R : Développer votre sensibilité, ne confondez pas sensibilité et sensibilité, c'est très différent.

Essayez de voir quel est l'état de paix, de sérénité que vous pouvez développer, expérimenter.

On peut dire que les personnes créent leur propre environnement quel que soit l'endroit où elles se trouvent. Ceci est le signe de la spiritualité, les pensées extérieures ne peuvent plus le déranger.

On peut reconnaître un Saint simplement par cette sensation de paix lorsque vous êtes à côté de lui.

Q : En ce cas nous sommes influençables par toutes choses ?

R : L'homme subit dans son inconscient toutes les vibrations émises par tout ce qui vit, donc son bonheur est fonction de l'harmonie environnante et de l'état de bonheur des autres, ce qui va rayonner.

Q : Que faut-il faire car nous ne pouvons pas être toujours en état d'alerte, toujours attentif à ce qui se passe autour de nous ?

R : Il n'est pas nécessaire lorsque vous avez un sentiment désagréable à un endroit, de faire vous-même des efforts considérables, ou d'être toujours attentifs ; mais dans ce cas, imaginez que la Grâce du Maître est en train de couler, d'imprégner cet endroit, lave et nettoie les impressions que vous avez ressenties.

C'est tout, il n'y a que cela à faire. Voyez comme c'est simple.

Mais il faut qu'il y ait une Volonté énergique et une Foi sincère.

Q : Maître, quelle est encore la qualité qu'on peut demander à un disciple ?

R : Développez votre caractéristique d'attention, essayez d'être toujours disponibles, pendant la méditation vous devez être toujours attentifs à la Transmission qui se fait. Tout le système est basé sur cela.

Alors à ce moment-là, la véritable joie de la méditation commence.

Ainsi cette sensibilité est nécessaire et vous pouvez véritablement coopérer avec votre Maître.

Q : Maître, par nous-mêmes, que pouvons-nous faire ?

R : A ce moment-là vous serez affecté par chaque chose. Vous êtes à la fois dans les joies et dans les misères de tout ce qui est autour de vous, vous avez à nettoyer l'espace qui est autour de vous, sinon vous ne pourriez pas vivre dans cet endroit. Nous devons toujours penser à nettoyer l'endroit où nous allons ; et nous le réalisons par notre méditation.

Q : Quelle est la qualité principale dans la vie quotidienne, dans la vie de tous les jours ?

R : La vie comporte un côté matériel et un côté spirituel. La tolérance est la première chose nécessaire, mais ne considérez pas la tolérance comme une qualité mais comme un devoir.

C'est votre devoir fondamental et c'est la qualité la plus importante pour développer la spiritualité, car un temps viendra où sûrement vous verrez le Saint à l'intérieur de chaque pêcheur et c'est cela qui vous donnera automatiquement la caractéristique de la tolérance.

Q : Maître, lorsque vous avez des personnes non développées spirituellement qui sont en méditation chargées de défauts, que faites-vous ?

R : Dans ce cas, je ne regarde jamais dans les parties inférieures du méditant, je ne cherche pas ses mauvais aspects, mes yeux ne descendent pas jusque-là.

Pour progresser en spiritualité : Créez l'Amour en vous, ensuite voyez les progrès que vous pouvez réaliser par-delà. Cela est valable pour le Maître et le disciple.

C'est par l'Amour que vous rayonnez que vous pouvez transmettre au disciple une pensée d'Amour et nettoyer les parties négatives qui sont en lui.

Etat de méditation :

Le véritable état d'illumination va commencer en méditation lorsque nous avons oublié complètement notre corps et que nous sommes en pleine conscience d'état de bien-être.

C'est un état de félicité, sérénité dans lequel il faut s'immerger.

En développant cet état il faut s'immerger de plus en plus, afin de mieux sentir cet état de conscience et de sérénité. Mais il faut que l'état d'immersion soit total.

Ensuite, un état de courage nous suggère d'aller plus loin. Il faut avancer dans l'étape suivante :

Il y a un sentiment d'inquiétude, il faut qu'elle disparaisse sous l'action d'une très forte volonté et d'effort sincère.

Il y aura une succession de plans dans lesquels on va pénétrer. Il y a dans chaque circonstance deux sortes d'états différents qui se font :

Un état d'Immersion dans le plan, puis un état d'Identification qui se répète successivement.

On est absorbé par l'Immersion et totalement lucide dans l'Identification.

Dans l'état suivant, on est dans un état qui semble être un état de Sainteté.

Quand nous nous immergeons en lui, cet état de sainteté semble régner partout et reflète toute chose. Tous les objets animés et inanimés ont une teinte de ce reflet divin, mais il y a parfois une telle explosion de sentiments émotionnels que les gens risquent d'aller vers des impasses ou des folies mystiques.

Des êtres se considèrent comme des Saints, croient être Illuminés et qui sont sincères dans ce comportement. Dans ce cas-là, la présence d'un Guru est utile.

Pour passer dans l'étape suivante, il est nécessaire d'agir avec une très grande force d'Amour et de Dévotion.

On approche de cet état et on découvre un état plus léger et plus subtil que le précédent. Il reflète une teinte de netteté et de simplicité qui nous montre que nous avons mieux pénétré dans ce point.

Ainsi à chaque point le processus d'Immersion et d'identification se répète.

Il faut également avoir présent à l'esprit qu'à chaque passage un sentiment de lourdeur qui ressemble à des portes qui se ferment devant nous. Mais le sachant, on doit pouvoir les dépasser.

Dans le plan suivant, la légèreté se développe et atteint une sorte de simplicité totale, une sorte de pureté, un sentiment de modération est aussi expérimenté dans une certaine mesure.

En résumé on peut dire que les états de félicité de la sphère de l'âme nous sont alors dévoilés. Nous faisons connaissance avec une région nouvelle dans laquelle il faudra encore s'immerger.

Q : Que faut-il faire si nous avons des visions ou si, nous entendons des phrases durant notre méditation ?

R : Les visions mentales peuvent avoir lieu, mais elles résultent la plupart du temps du pouvoir de la pensée ou même de notre pensée inconsciente. A ce moment-là elles peuvent créer un état d'esclavage en nous qui nous tiendra étroitement lié dans un piège dont il sera difficile de sortir, car nous serons pris par la séduction de ces visions.

Tous les états supérieurs de spiritualité sont au-delà des images et des sons.

Q : Donc il faut retenir : Pas d'exaltation, pas de recherche de visions. Il faut laisser passer ces expériences sans les rechercher.

Et cet état de pureté, de légèreté finale, ne peut être atteint qu'en traversant plusieurs portes qui exigent au départ une grande Volonté, ensuite un grand Amour et une grande Dévotion.

Que veut dire le Vide qu'il faut atteindre ?

R : On projette des taches blanches sur une toile noire, puis une toile blanche tachetée de noir.

Lorsque la toile est blanche on atteint le Vide.

On a vidé la toile de toutes les taches noires qui constituent la vie quotidienne.

L'impression de vide est une plénitude de disponibilité. On peut tracer sur cette toile blanche tout ce qu'on veut sans gêne, car elle est totalement disponible.

On atteint la plénitude de notre disponibilité.

Une autre image : Lao Tseu disait que les choses ne sont utiles que par leur vide. Un sceau ne peut servir que par son vide, de même qu'une maison ;

Ce Vide est la plénitude des possibilités d'agir. Une plénitude dans notre Être, dans notre Réalisation.

Quelque fois on a besoin d'incliner la tête durant la méditation, il faut laisser faire en avant ou sur le côté, mais pas en arrière. C'est un état comateux.

Le corps humain est très complexe, il comporte de nombreux réseaux psychiques qui ne correspondent pas avec les nerfs.

Parmi ces différents canaux, l'un d'entre eux correspond à l'évolution spirituelle. Il part d'un point de la tête situé à environ 10cms au-dessus de l'oreille gauche, il descend vers le bas, il longe l'oreille, le long de l'oreille, le long du visage et descend jusqu'au coeur.

En vérité on ne peut pas dire de quel coeur il s'agit, car nous avons des coeurs innombrables. Mais disons simplement qu'il s'agit de la partie gauche du coeur qui correspond au domaine spirituel.

Il faut donc procéder au nettoyage de ce canal, puis par la méditation, on pense qu'on nettoie ce canal de haut en bas et que toute la partie obscure contenue en lui est rejeté vers le bas.

De même lorsqu'on donne une méditation suivant le Sahaj Marg, on pense au départ que l'on procède à ce nettoyage.

Il existe un autre canal qui correspond à l'énergie physique du corps. Ce canal part de l'extrémité de la clavicule, qui ressort près de la gorge et descend verticalement et va jusqu'à l'estomac.

Il est également nécessaire de purifier ce canal.

Lorsqu'on pratique une méditation, il faut penser à l'énergie spirituelle qui va descendre en nous.

Et par conséquent, c'est par le canal du côté gauche du corps qu'il faut penser à cette énergie descendante.

Il est certain que lorsqu'on a suffisamment absorbé de l'énergie par le côté gauche, on peut également envoyer une dérivation par le côté droit, par la partie physique.

Il n'est pas nécessaire de le faire, car la partie physique absorbe toujours son énergie nécessaire.

Mais enfin on peut procéder comme on le sent.

Il existe un autre canal qui correspond à la mémoire, ce canal part d'un point à droite de la tête au-dessus de l'oreille à environ 4 doigts, il part d'abord horizontalement et s'infléchit vers l'avant pour rejoindre le point sur le front à la naissance des cheveux.

Ce canal va par conséquent être purifié pour développer la mémoire lorsqu'en méditation différentes formes, différentes images, des couleurs. Il ne faut pas s'y intéresser, on ne doit pas les nourrir. On les laisse passer, on ne les laisse pas survivre en soi.

Il arrive aussi parfois, que l'on puisse voir le visage du Maître. Ceci est évidemment un excellent signe, cela veut dire qu'on est branché sur Lui. Mais même dans ce cas, il n'y a pas lieu d'insister, de s'accrocher à cette image. Il ne faut pas que le mental essaye de stabiliser cette image en soi. On la laisse seulement s'effacer tout doucement.

D'une façon générale il n'y a pas à s'intéresser aux images. C'est une façon de perdre du temps.

C'est un plan dans lequel on risque de s'emprisonner.

Ram Chandra disait qu'au cours de la méditation il arrive un moment où la Grâce descend sur vous.

Q : Qu'est-ce que la Grâce ?

R : La Grâce c'est de l'énergie qui se transforme en Amour, et cela vous imprègne totalement, c'est de l'énergie qui se transforme en Amour.

Quand le plan divin s'incorpore dans la matière, il y a une sorte de sacrifice mais ce n'est pas un sacrifice véritablement douloureux. Il y a évidemment quand même une certaine souffrance que l'on doit supporter. C'est

un peu comme si un enfant est dans le feu, on se précipite pour le sauver. On le sauve mais on est très légèrement brûlé. Mais enfin c'est une souffrance qui laisse un souvenir douloureux.

Quelqu'un disait : *« Au fur et à mesure que l'on évolue, on éprouve une sorte de joie en constatant les progrès que l'on fait et les libérations successives que l'on arrive à réaliser. Et ce sentiment de joie correspond également à une certaine lourdeur sinon à un certain orgueil ; et cette lourdeur nous fait redescendre un peu. »*

Ram Chandra a répondu en riant : *« Oh oui je connais très bien cela et moi-même je l'ai éprouvé souvent, c'est un piège dans lequel je suis également tombé. »*

Q : Pourquoi les souffrances de notre vie quotidienne

R : Si l'homme n'avait pas de souffrance, il resterait dans un état statique, il ne bougerait pas, il n'y aurait pas d'évolution. Ce sont les souffrances qui l'obligent à bouger. Il cherche à s'en sortir, il cherche une solution, il cherche une voie. Et c'est cela finalement le point de départ de l'évolution.

L'homme se souviendra peut-être qu'il existe un pays d'Origine, une terre-mère, une Source dans laquelle il n'y aurait pas de souffrances. Et c'est cela qu'il va essayer peut-être de rejoindre en toute circonstance.

C'est la souffrance qui a créé ce grand mouvement d'évolution.

Dans notre vie quotidienne, dans les différents plans qui la constitue, vous avez un certain nombre d'actions à faire qui sont pratiquement des actions matérielles. Dans ce cas, traitez-les comme des choses secondaires, faites-les, accomplissez les, mais n'y pensez plus, ne les rejetez pas non plus, vous devez les faire, mais faites les exactement comme si vous n'y aviez pas attaché une très grande importance.

C'est un petit peu comme la nourriture que vous absorbez, cette nourriture nourrit votre corps, tout cela se fait un peu automatiquement, vous rejetez le surplus, vous ne vous en préoccupez pas. Ce sont des circuits nécessaires bien sûr, mais enfin les choses sont faites et on ne s'en occupe pas davantage.

Entretien avec Ram Chandra :

Concernant certaines guérisons qu'Il a réalisées : Lorsqu'il y a un mal à guérir, Ram Chandra se mettra en méditation et il pensera sur ce point douloureux qui existe. Il va réaliser progressivement sa recherche. C'est comme si Il palpait psychiquement ce mal, et il le remonte peu à peu pour en trouver l'origine.

C'est ainsi qu'une fois pour un des disciples qui avait une certaine fièvre, il a pu rechercher en méditation le point de départ, et en palpant ainsi, il a trouvé que le point de départ, était un point dans la partie gauche du cerveau. A ce

moment-là, il procède au nettoyage, à l'élimination de la zone obscure entourant ce point, un peu comme nous faisons en méditation dans la transmission.

En toute circonstance Il réalise dans sa pensée qu'il enlève le mal et la guérison se fait, soit progressivement soit instantanément.

Ram Chandra nous dira également que lorsqu'on a un problème à résoudre, d'une façon générale, sans que cela concerne spécialement un problème de santé, il nous dira qu'il y a lieu d'abord de se poser la question, de s'interroger avec son cerveau, pour trouver une solution adaptée.

Donc, la pensée cherche une réponse, une solution, et quand la pensée a trouvé, on interroge le coeur ; ou plus exactement on laisse le coeur s'exprimer. On laisse le coeur dire si la solution est juste ou non.

Car le coeur étant le centre possible du Divin. C'est par cette voie, par le canal du divin qu'on pourra avoir la réponse correcte. Il n'est pas dit qu'on aura toujours la réponse, mais c'est par cette voie qu'elle se manifesterà.

Ram Chandra dira à ce sujet que l'homme devrait avoir le cerveau de l'homme occidental et le coeur de l'indien. Il y aurait là, un équilibre parfait.

Nous avons également parlé de l'imagination et nous avons demandé : « *Est-ce que dans les méditations, les images que nous pouvons voir quelquefois, sont-elles des réalités ou des projections de notre imagination ?* »

Ram Chandra nous a répondu que la plupart du temps ce sont des projections que nous nous faisons nous-mêmes et que nous prenons pour des réalités. Il arrive aussi très souvent que dans l'état de méditation, qui est un état paisible, on permette à des souvenirs inconscients, à des souvenirs profonds, de ressurgir, de notre enfance lointaine.

C'est ainsi que au cours de la méditation, on puisse éprouver un sentiment de peur inconsciente.

Et cela arrive très souvent parce que l'enfant a eu des inquiétudes, des peurs, nées par des réactions de ses parents. Ses parents ont pu lui dire : « *Tu n'es pas sage, un démon va venir te chercher et tu vas avoir des souffrances terribles.* »

Ces images sont restées et ressurgissent au cours de la méditation.

Nous avons ainsi beaucoup de sentiments divers que nous avons eu et que nous avons enregistré au cours de notre existence. Ils ont été totalement oubliés, mais sont au fond de nous, et dans l'état de méditation, dans cet état d'ouverture totale, tout cela vient ressurgir dans notre mental.

Cependant il y a une certaine ambiguïté, car lorsque on monte en méditation, dans des plans de plus en plus élevés, on arrive à être en contact avec pourrait-on dire un région divine. Et là, l'imagination devient une sorte d'énergie divine qui se présente. Et c'est la raison pour laquelle, dans tous les cas de méditation il faut absolument chercher et traverser tous les plans où le fantastique pourrait se manifester ;

En toute circonstance, dans une méditation, il ne faut jamais s'arrêter à des images, car cela fait uniquement perdre du temps

Un disciple disait : *«Maître, je voudrai aimer tout le monde, j'agis toujours dans ce sens, mais je ne sais pas pourquoi, très souvent, les gens ont des réactions différentes. Ils sont en opposition avec ce que je pourrai dire. Je ne comprends pas cette attitude. Que dois-je faire ? »*

Ram Chandra lui a répondu :

« Occupez-vous de ce que vous devez faire, ne vous occupez pas du devoir des autres. C'est votre devoir qui est en cause. »

Quelqu'un a demandé : *« Dans la pratique du Mantra Yoga, dans certaines écoles spirituelles, on répète le mantra. On le répète durant des heures et des heures, et il est dit que le corps peut se transformer par ces répétitions. Que faut-il en penser ? »*

Ram Chandra a répondu : *« C'est une excellente préparation à la méditation, mais tant qu'on a des mots on reste dans les mots, et si on veut véritablement vivre le sens de cela, il faut alors s'absorber dans une méditation qui devient une méditation silencieuse. A ce moment-là, on oublie les mots. Donc, où on est avec les mots, ou on est avec l'esprit correspondant au sens de ces mots. Ce sont deux aspects différents. A ce moment on comprend que tout ce qui est mots, répétition de phrases, gestuaires, actions diverses, images honorées etc., toutes ces choses sont finalement des préparations à la méditation profonde. »*

Ram Chandra : Le chemin du scientifique est de savoir, le chemin du yogi est de faire, le chemin du sage est de ne pas faire.

C'est évidemment une phrase un peu déroutante, comme les phrases des Koans Zen, où la contradiction éclate dans les mots, comme : *« Le silence dans le silence »*.

On peut avoir un corps totalement silencieux, mais intérieurement un mental rempli de bruits.

Par conséquent, cette recherche dans le silence représente une deuxième étape à atteindre.

Dans l'exemple du Sage qui ne doit pas faire, il est évident qu'il y a une explication de non attachement. Il est certain qu'un être agit toujours, mais intérieurement, le non-attachement fait que son comportement est comme si il ne faisait pas. Il est totalement transparent, et à travers lui, la force divine ou l'intuition, ou l'inspiration agissent et ce sont des actions qui sont pour ainsi dire indépendantes de lui.

Par conséquent, le Sage se sent toujours porté et n'a pas l'idée de faire.

En réalité le divin peut agir quand tout est transparent.

C'est quand nous avons atteint la cible, il y a une transparence totale, que le Divin peut totalement pénétrer en nous et balayer tous les obstacles.

Le Divin pourra enfoncer les portes que nous avons laissées fermées par notre chemin.

Il suffit d'ailleurs de se mettre en méditation et d'essayer d'atteindre cet état de transparence, la transparence maximum. Et à ce moment-là, on perçoit cette descente de Lumière-Energie-Force. Et tout cela nous remplit totalement. Et c'est cela qui ensuite agira sur nous.

Ram Chandra nous signalera deux points importants.

Il faut en premier lieu, consolider dans le disciple le goût de la recherche spirituelle. C'est une petite graine qui est là et il faut lui donner l'énergie de départ.

Par conséquent, on va penser que le disciple aura toujours en lui le désir de poursuivre cette recherche spirituelle, c'est-à-dire de protéger ce germe qui est en lui.

Deuxièmement, il faut transmettre avec une pensée de volonté, c'est un courant de Volonté qui va servir de support à la pensée que l'on Transmet dans le coeur du disciple.

On fait cela 4 ou 5 minutes, puis on laisse ensuite les choses se faire d'elles-mêmes.

Ceci est un peu analogue au geste que l'on ferait pour jeter un verre d'eau. La main accompagne le verre et donne une impulsion.

De même le précepteur va donner une impulsion à sa méditation, qui est la Volonté dont nous parlions tout à l'heure, c'est cette Volonté qui va accompagner la Transmission.

Lorsqu'on transmet on peut recevoir du plan supramental ou d'un plan supérieur touchant à l'Ultime Réalité.

Lorsqu'on reçoit du plan supramental, on ne peut transmettre qu'un état de paix.

Lorsqu'on reçoit même des plans supérieurs, on peut transmettre un état qui dépasse l'explication possible donné par des mots, car on a dépassé le concept des mots.

Q : Existe-il dans les plans occultes des Maîtres divers qui seraient chargés d'enseigner aux hommes, et ces Maîtres divers se manifestent-ils de façon plus ou moins précise ? Et comment faut-il se comporter ?

R : Agissez selon votre conscience, car au fond, ces Maîtres divers prennent également leur énergie dans la Source Divine. Par conséquent, au fond, que vous soyez connecté directement à cette Source Divine, que vous receviez

cette énergie directement ou que vous la receviez par les circuits d'un autre Maître, cela n'a finalement pas d'importance, le résultat est le même.

Il arrive parfois que lors d'une transmission, rien ne se passe et cela malgré la bonne volonté des deux. Dans ce cas, celui qui transmet sent très bien que tout revient comme une balle qu'on lancerait contre un mur, ou alors, il perçoit simplement, que rien ne se passe. Dans ce cas, il n'est pas nécessaire d'insister, c'est inutile, il faudra attendre plus tard. Mais tôt ou tard la Réalisation se fera quand même.

En somme, c'est un germe qui a été déposé, il faudra que ce germe puisse accomplir son destin.

Ram Chandra nous parlera souvent de la distinction qu'il faut faire dans la méditation par la tête et de celle par le coeur. Il faut arriver à distinguer la façon de penser par la tête et par le coeur. Il nous donnera un exemple assez simple :

Nous voulons dire le nom de RAMA. Nous allons le répéter plusieurs fois de suite à haute voix, ceci est dit par la tête, par le cerveau. Puis ce même nom de RAMA nous allons le répéter silencieusement dans le coeur, c'est un silence intérieur que nous présentons.

Nous avons l'impression que nous vivons dans la partie intérieure du coeur.

Il nous faut arriver à percevoir cela, c'est très facile.

En somme, il faut arriver à sentir qu'on exprime par le coeur.

En percevant cela, il faut comprendre que la Transmission se fera avec la pensée dans le coeur.

Quand la Transmission se fait par le coeur, il faut savoir que le coeur entraîne automatiquement par contre coup le cerveau et les pensées de la tête, mais l'inverse n'est pas toujours possible.

C'est la raison pour laquelle, nous devons toujours nous préoccuper du sentiment dans le coeur. C'est la seule façon de réaliser une véritable méditation.

Lorsqu'un Guru est dans une méditation très profonde, il est relié à la Réalité Ultime. Et à ce moment, chacune de ses pensées est chargée d'une énergie telle, qu'elle pénètre les plans inférieurs.

A ce moment, cette pensée va se réaliser dans les plans inférieurs, et c'est là finalement le rôle du Guru auprès de ses disciples.