

# VIVRE UNE VIE VRAIMENT RELIGIEUSE



**VIMALA THAKAR**

Traduit par Annie Grippari & Patrick Delhumeau

Les amis de Vimala de Bombay ont le bonheur et le privilège de présenter dans ce livre les échanges amicaux de Vimalaji sur le sujet : « vivre une Vie vraiment religieuse ». Ce thème avait été choisi par les amis de Bombay pour leur rencontre à Mont Abu en novembre 1995. Vimalaji accepta avec bienveillance d'explorer en profondeur tous les aspects et les implications de la religion et d'une vie religieuse pour des chercheurs sincères.

Le mot « religion » est interprété subjectivement par chacun suivant sa tradition, la façon dont il a été élevé par sa famille, son éducation et son environnement social et culturel. Tout ceci influence et conditionne nos idées sur la religion. Nous assistons aux pratiques religieuses mais il existe souvent une dichotomie entre celles-ci et le reste de notre vie.

Vimalaji explore en profondeur les approches traditionnelles et non-traditionnelles et montre ce que la religion et la religiosité veulent vraiment dire.

Elle aborde d'importants aspects pratiques qui devraient aider chaque chercheur sincère dans sa quête pour se libérer de ses propres conditionnements et contradictions. Elle décrit le début et la progression de la recherche. Elle explique le processus de l'auto-éducation. Elle nous amène à nous questionner en considérant la priorité suprême de notre vie. Elle décrit nos différents modèles de comportement. Elle nous éclaire au sujet de l'observation du mouvement du mental et de sa suspension ensuite. L'harmonisation des différentes énergies en nous est mise en lumière.

Elle parle du rôle du silence et explore l'implication de la véritable méditation qui conduit à la découverte personnelle de la Réalité. Elle nous dit que vivre de façon juste c'est honorer le Divin et que la religiosité c'est demeurer et rester immergé dans la source de la vie tandis que l'on évolue dans les relations.

La publication de ce livre a été possible grâce à la sincère coopération de beaucoup d'amis de Vimala à Bombay à qui nous adressons nos remerciements. Nous sommes particulièrement reconnaissants envers Kaiserben Irani qui a enregistré nos échanges, Shri Sudarshan Dheer, le graphique designer internationalement reconnu, qui a préparé avec beaucoup d'amour et de talent la mise en page de couverture, et Shri Rajesh Valia qui a fourni la belle photo de couverture.

Puisse les paroles de sagesse remplies d'amour de Vimala inspirer les lecteurs pour vivre une vie vraiment religieuse.

Les amis de Vimala

17 Février 1998  
Bombay

# SOMMAIRE

## **CHAPITRE I : Vivre une vie vraiment religieuse**

Suis-je en vie ?

La religiosité

La religion, ses implications traditionnelles

La découverte personnelle de la réalité

Est-ce que j'aime la liberté ?

Est-ce que je désire une véritable religion ?

## **CHAPITRE II : La vie est un mystère**

La source de la religion

L'éveil de la religiosité

Harmoniser les énergies physiques

L'énergie du son et de la parole

L'énergie de la pensée

Observer le mouvement de la pensée

L'élan pour la liberté

## **CHAPITRE III : La vie est divine**

La recherche commence

Questionner la tradition

La manière d'apprendre

Quelle est votre priorité absolue ?

Vivre la vérité

Les divisions intérieures

La communion avec le divin de la vie

#### **CHAPITRE IV : L'Essence de la religiosité**

Enfermer le divin dans des lieux de culte

L'omniprésence du divin

Comment allons-nous faire ?

Le non-attachement

La communion sur le plan physique

La communion sur le plan verbal

Observer la structure de la pensée

Le rôle du silence

Nous rééduquer nous-mêmes

#### **CHAPITRE V : Deux approches de la religion**

L'approche traditionnelle

L'approche non-traditionnelle

Avons-nous peur de la vie ?

#### **CHAPITRE VI : La méditation**

Observer le mouvement du mental

La suspension du mouvement du mental

Le silence

L'énergie de l'intelligence

#### **CHAPITRE VII : La communion avec la vérité**

Deux aspirations parallèles

Les conditionnements intérieurs

Explorer la méditation

La solitude

L'acte de vivre

## CHAPITRE I

### VIVRE UNE VIE VRAIMENT RELIGIEUSE

Grâce à l'amabilité de quelques amis de Bombay, nous avons mis en place la possibilité de nous rencontrer et de partager la vie durant quelques jours chaque année. Les cinq ou six jours où nous serons ensemble, nous partagerons ce temps de vie au niveau verbal grâce aux échanges et aux dialogues, au niveau non-verbal grâce au silence, et nous partagerons aussi la présence de chacun au niveau non mental.

J'espère que tous ceux qui sont assis dans cette pièce sont non seulement initiés à la langue anglaise mais qu'ils ont une bonne maîtrise de celle-ci afin de comprendre les nuances des mots ainsi que les expressions anglaises, et de sentir les spécificités de celle-ci. Ainsi, durant cinq jours, puis-je vous demander de penser en anglais, de sentir en anglais de sorte que la conscience baigne et s'immerge dans la personnalité de cette langue. Cela ne suffit pas de parler ici en anglais et de penser, une fois à l'extérieur, dans les langues indiennes lourdement chargées de nombreuses connotations intellectuelles et émotionnelles.

Ma deuxième demande est que vous ayez une impitoyable honnêteté envers vous-même alors que nous participons à cette recherche commune sur le thème « Vivre une vie vraiment religieuse ». Une recherche nécessite, n'est-ce pas, une réceptivité inconditionnelle, une vive sensibilité ainsi que le sens de la retenue. Rechercher n'est pas de la curiosité. La curiosité se situe au niveau verbal. La curiosité peut provoquer une argumentation sèche et logique et l'autorité peut s'y glisser de manière clandestine. Dès lors, la communication est arrêtée et le dialogue n'a pas lieu. Nous sommes venus ici ensemble avec la responsabilité sacrée d'un dialogue, d'un partage de vie.

Ma troisième demande serait que personne ne se sente blessé par l'analyse qui aura lieu ici, durant les sessions où nous serons ensemble. C'est pourquoi on a utilisé le terme d'impitoyable honnêteté ou d'impitoyable vérité envers soi-même et envers les autres façons de comprendre.

#### **Suis-je en Vie ?**

Le thème qui nous intéresse maintenant est celui de « Vivre une vie vraiment religieuse ». La première question que je voudrais me poser est : « Suis-je vivante ? » Ce n'est que pour une personne vivante que la question d'être ou non vivante devient pertinente. Sommes-nous en vie ? Et, qu'entendons-nous par l'expression « être en vie » ?

La terre est vivante, les montagnes, les arbres sont vivants. Quelle est la différence entre leur façon d'être en vie et celle d'un humain qui se dit vivant ? Avons-nous besoin des critères cliniques médicaux pour savoir si on est vivant ? Qu'une personne respire, que son corps soit chaud, qu'il y ait de l'élasticité dans le corps et une capacité

à se mouvoir ? Est-ce cela, pour nous, être vivant ? Ou bien y a-t-il des implications plus profondes quand une personne, un être humain dit « Je suis en vie » ? Quel est le signe ou, si je peux être pardonnée, quels sont les critères pour nous dire vivants, et que voulons nous dire par vivants ?

Nous sommes nés, nous avons été élevés, nous avons été nourris afin d'assurer la croissance du corps physique. Nos cerveaux et nos esprits sont conditionnés, entraînés, équipés pour acquérir des connaissances sur les modèles de comportement socio-économiques, politiques et culturels. On nous aide à devenir compétents dans le maniement de ces modèles de comportement organisés, structurés, standardisés. Ainsi, nous trouvons un travail, entrons dans les affaires, avons une famille et manifestons ces modèles, exprimons ces schémas dans le mouvement des relations – est-ce cela vivre ? Nous devons nous le demander profondément car le sujet est absolument fascinant. Il nécessite d'explorer les principes de la vie. Ce questionnement devient nécessaire parce que nous désirons découvrir ce qu'est une vie vraiment religieuse.

### **La religiosité**

Religion est un mot qui implique de rester uni aux racines de la vie, à sa matrice, à la réalité fondamentale, à la source de vie. C'est le sens du mot anglais « Religion ». La religiosité, c'est rester immergé dans la source de votre vie pendant que vous évoluez dans les relations à tous les niveaux : physique, verbal, mental. Si vous revenez à la langue sanskrite, le mot est *Dharma* ou dans le langage Bouddhiste, c'est *Dhamma*. « *Dhaaranat Dharma Iti* ». Cette vitalité, cette énergie vitale, ce nectar qui soutient la vie, qui nourrit la vie, est *Dharma*. *Dharma* est ce principe, cette énergie vitale, l'essence qui assure la vie en nous. Évidemment, la source de la vie, sa racine, son essence est quelque chose qui ne peut pas être organisé, standardisé, structuré.

Je me demande si vous avez remarqué que la vie cosmique qui nous entoure est un phénomène non-structuré. Il y a des interrelations, des relations interplanétaires rythmées, mais il n'y a pas de structure. Il y a un ordonnancement sans que ce soit organisé. Il n'y a pas la rigidité d'un système. Il y a la musique du rythme. La danse et l'interaction d'innombrables énergies dans le champ du cosmos, sont des phénomènes beaux et majestueux, mais la standardisation, l'organisation, la structuration n'y sont pas possible.

Il me semble donc que la religiosité doit requérir le courage et l'intrépidité de ne permettre à aucun modèle de comportement sensuel, verbal ou mental, structuré, organisé, standardisé, de faire de moi une victime. Les êtres humains, j'espère, ne se sentent pas satisfaits lorsqu'ils sont transformés en robots programmés au nom de l'économie, de la politique, de la religion et de la culture. S'ils sont convertis en consommateurs passifs de modèles de comportement, de codes de conduite préétablis, de normes et de critères rigides, alors un profond courant d'insatisfaction commence à ronger l'être, s'il reste encore un être humain. S'il vous plait, voyez avec moi qu'être vivant ce n'est pas être un robot programmé.

## **La religion, ses implications traditionnelles**

Donc, nous avons abordé un thème qui est extrêmement sérieux. Il nous sera demandé de soutenir ce sérieux au moins pendant une semaine afin d'examiner de près les différents aspects de ce thème. De manière générale, nous avons conscience que le mot religion est le plus souvent utilisé pour décrire le modèle organisé de comportement d'une communauté. La religion Hindou par exemple, c'est la façon de se comporter en Hindou, sur le plan éthique, culturel, social, économique, politique, etc... De la même manière, il y a les modèles de la religion Musulmane, de la religion Chrétienne, de la religion Sikh, Juive ou autres. Vous savez que le mot religion est associé à ces modèles de comportement, aux étiquettes culturelles, aux conventions éthiques et ainsi de suite. Mais il me semble que c'est mal utiliser le mot.

Nous devons permettre à ce mot de parler de lui-même. Si vous regardez la racine latine d'où vient ce mot, ces différents modèles de comportement, bien qu'ils semblent avoir été mis en place avec de minutieux détails, ne pourraient pas être appelés religions. Il ne peut pas s'agir de règles ou de conduites culturelles ou morales. La religion ne peut pas avoir de structure. Elle ne peut avoir de modèle par lequel on entraîne et on éduque les gens, pas plus que certains modèles de comportement, certains codes de conduite devenus nécessaires pour vivre en tant que membres de la société.

Il y a une structure globale appelée économie, contrôlée, régulée, modulée par la technologie, l'électronique, la science nucléaire. Une structure globale est appelée politique. Les structures économique et politique ont donc la suprématie. L'éducation a été structurée et modélisée. Ces conditionnements, entraînements et compétences dans la gestion de ces systèmes et modèles structurés peuvent être nécessaires, mais la religion n'est pas une activité sociale. La religion ne peut pas être une étiquette culturelle ou une formalité. S'il vous plaît, voyez avec moi que vivre dans une société ne doit pas se faire au prix de la liberté, de la liberté intérieure. On ne peut pas nous demander le sacrifice d'accepter d'être conditionné psychologiquement, ni celui d'accepter l'autorité de personnes, de personnalités, de systèmes ou de structures. L'esclavage psychique ou l'asservissement est plus désastreux que toute autre forme d'esclavage. Cet enchaînement psychique est beaucoup plus dévastateur que toute autre forme d'enchaînement.

## **La découverte personnelle de la réalité**

Mes amis, les mots qui précèdent proviennent d'une tristesse et d'une douleur profondes. Que se passe-t-il dans le monde et en Inde ? La victimisation de l'être humain, l'obligeant à accepter l'autorité, celle de l'Etat, celle des structures économiques. De nos jours, il y a l'autorité de la libéralisation et de la globalisation. Et puis, il y a l'autorité des diplômes et des titres universitaires.

Ainsi, y a-t-il un domaine de la vie humaine, un endroit dans la vie des êtres humains, où l'on puisse demeurer totalement inconditionné, où l'on n'ait à accepter l'autorité d'aucun concept, système ou l'autorité de symboles représentant ces concepts ? Il y a des domaines où le conditionnement est nécessaire et l'on doit admettre cela. Mais n'y

a-t-il aucun domaine dans la vie d'un être humain où il puisse y avoir une liberté inconditionnelle et absolue ? L'être humain n'est-il pas libre de découvrir entièrement par lui-même la nature de la vérité et le sens de la vie ? La découverte personnelle du sens de la vie, de la nature de l'ultime Réalité est la seule chose qui peut unir l'être humain à la source de la vie. Une telle découverte personnelle provient du développement personnel complet, interne et externe, une rencontre intime et directe avec l'Étreté de la vie, dénuée de toutes théories, systèmes ou structures. Une telle perception est un ravissement, une telle découverte est félicité. Elle permet à la compréhension, résultant de cette rencontre et de cette découverte, d'affluer dans notre vie. C'est l'expression de la liberté intérieure.

La liberté doit être vécue du matin jusqu'au soir. Quoique vous fassiez : se brosser les dents, se laver le corps, dormir, chaque chose que l'on fait peut être une expression de la liberté intérieure. Et seul un être humain intérieurement libre peut être en relation aux autres ou avec les autres. Il est évident que les relations humaines ne peuvent pas être des répétitions, des répétitions mécaniques de systèmes et de modèles. C'est pourquoi le mot informatisation, robotisation des êtres humains, a été intentionnellement utilisé, si les systèmes, les structures, les codes et les modèles s'étendent jusqu'au domaine psychique de la vie. Tant que les systèmes et les modèles développés dans la vie sociale restent sagement utilisés, on peut le comprendre. Mais lorsqu'ils s'étendent jusqu'au royaume intérieur de votre conscience et que vous devez mettre les chaînes des conditionnements sur celle-ci, alors vous bannissez la religiosité de vos vies.

Ce matin, on a ressenti le besoin de poser les cartes sur la table telles quelles. Comment comprend-on les mots religion et religiosité ? Nous les développerons étape après étape dans les cinq prochains jours. Mais, par-avant tout, nous devons avoir une perception globale de ce thème. Une vie vraiment religieuse demande que la personne soit vivante, demande qu'elle aime être en vie, et non pas une personne ballotée, manipulée. Une vie vraiment religieuse demande une personne qui aime la liberté de vivre. Si nous avons peur de la liberté, si nous craignons la vie, alors nous pouvons nous imaginer qu'il y a une sécurité dans les systèmes, les structures, les modèles, les codes de conduite. On doit nous dire ce qu'ils sont, on doit nous apprendre comment les approcher, les adopter, les gérer.

### **Est-ce que j'aime la Liberté ?**

Alors, voulons-nous vivre ? Aimons-nous la liberté ? Avons-nous l'humilité d'être vulnérables au mystère de la vie ? Parce que la vie est imprévisible. La vie est un flux de changements sur la matrice de quelque chose d'immuable. Au niveau physique, au niveau mental, dans le monde du dedans aussi bien qu'extérieurement, dans le monde du dehors, il y a un tourbillon de changement qui va jusqu'aux limites de l'espace et du temps. Dans notre propre corps le changement est à l'œuvre chaque jour, bien que nous ne puissions pas nous en rendre compte. Au niveau du métabolisme, le changement suit son cours et avec le changement, la croissance, les goûts changent, les besoins et les demandes psychologiques évoluent. Il y a une beauté dans ce flux de

changement dans lequel nous sommes. Nous-mêmes, nous sommes des produits de la civilisation et de la culture humaine, où les corps et les esprits ont été conditionnés.

C'est donc notre condition, vivre dans ces formes limitées et conditionnées, entourés par ce formidable élan de changement continu : naissance, croissance, décadence et mort, émergence et dissolution, changement des saisons, changement dans toute chose. N'avez-vous pas vu comment le contexte de vie en Inde, la psychologie ont changé au cours des deux dernières années ?

Nous devons vivre au milieu de ces changements et tenir bon, rester reliés à nos racines, à la source. Quelle merveilleuse opportunité que d'être né dans une forme humaine qui a évolué de façon éloquente et est devenue consciente d'elle-même. Cette opportunité existe pour favoriser la connaissance, pour connaître et comprendre les choses qui nous entourent, ne pas rester au niveau des perceptions et de l'instinct animal, mais être capable d'analyser, de synthétiser, de tirer des conclusions, de transformer des expériences concrètes en concepts abstraits, de créer des symboles représentant ces concepts. C'est une merveilleuse occasion, un immense héritage dans le domaine du conditionné qui provient de cette conscience consciente d'elle-même, de cette énergie qui a pris forme humaine et est contenue dans celle-ci ; c'est aussi l'opportunité de pouvoir explorer la nature de la liberté, la nature de la réalité, la tendresse de l'amour et de la compassion.

### **Est-ce que je désire une véritable religion ?**

Ce matin, nous essayons de différencier ce que nous appelons généralement religion, ce que nous acceptons naïvement comme religion, les implications de cette acceptation, le consentement à l'autorité, de ce qu'est la vraie religion, pour reprendre votre expression.

La vraie religion sera unique pour toute l'humanité. Les modèles de comportements seront nombreux, conditionnés par la race, par les particularités géographiques de la région, par les besoins de la société agricole, industrielle, postindustrielle. Nous devons donc différencier les religions ainsi nommées, ainsi que les cultes que l'on a appelés religion, de la religion qui peut être commune, et qui l'est dans la mesure où votre amie peut l'observer, à toute l'humanité. Quelle est la différence entre la façon d'être en vie de la terre, des arbres, des montagnes et des êtres humains ? Bien sûr, les arbres ne sont pas mobiles, les montagnes non plus alors que les êtres humains le sont. C'est une évidence. Et en dehors de ça ? Posons-nous la question quand nous sortirons de cette pièce. Quelle est la spécificité de notre façon d'être en vie ?

Derrière les signes techniques, médico-cliniques, quelle est la capacité singulière propre aux seuls êtres humains ? La conscience de soi. Utilise-t-on cette conscience de soi ? Est-ce que c'est la source de notre perception et de nos réponses ? Est-ce que la conscience de soi est la caractéristique qui distingue les êtres humains et leur façon d'être en vie ? Quelle est cette conscience de soi ? En tout cas, à quoi servent la conscience et cette opportunité, pour vivre, pour être en relation ? Qu'est-ce que l'acte d'être en relation ? Est-ce la projection d'un modèle ? Est-ce la verbalisation d'un

système ? Est-ce un effort pour soutenir des structures ? Qu'est-ce que la relation, la relation humaine ? Nous posons-nous ces questions ?

Rechercher est une responsabilité sacrée. Avec ces éléments d'introduction sur le thème, quittons-nous pour revenir cet après-midi, après avoir quelque peu approfondi.

Vous, qui êtes venus ici pour la première fois, vous ne savez peut-être pas que la personne que vous rencontrez a passé plus de quarante années à voyager, a rencontré des personnes qui se considèrent elles-mêmes comme des chercheurs, et elle a eu des dialogues et des discussions avec elles. Et après ces quarante ans passés autour du monde, elle a perçu que les gens ont peur de se poser les questions fondamentales. Ils ont peur des questions basiques. Ils ont peur de la liberté. Ils ont peur de la vie. Ils désirent la sécurité face à la vie, face au caractère imprévisible de la vie. Ils veulent être guidés. Ils veulent même être commandés. Ils veulent être contrôlés. Ils aimeraient être récompensés ou punis.

Vous savez, elle a vu que les gens ont peur de la liberté. Ils se sentent perdus lorsqu'ils ne sont pas entourés de contraintes, lorsqu'ils ne sont pas commandés. Quand personne n'a besoin d'eux, et ne les réclame, ils se sentent perdus. L'amour de l'argent, l'amour du pouvoir, l'amour du confort, le plaisir sexuel et sensuel, voilà la réalité. L'amour de la vie ? La gratitude envers la vie, du fait d'être en vie, de sentir que c'est une bénédiction d'être vivant, c'est très rare. L'amour de la Vie est très rare !

La religion n'est pas un code de conduite culturel. Ce n'est vraiment pas une activité sociale, croyez-moi. Alors, voulons-nous de la religion ? Avons-nous besoin de la vraie religion comme nous avons besoin de nourriture, de vêtements, d'abri, de travail, de sécurité économique ? Parce que nous ne serons pas capable de vivre religieusement à moins qu'il y ait à l'intérieur de nous ce besoin fondamental.

Et je pense qu'il faut s'arrêter ici.

## CHAPITRE II

### LA VIE EST UN MYSTÈRE

Je me demande si nous avons remarqué que ce que nous appelons la vie est un phénomène qui s'auto-génère. J'espère que vous avez pu trouver le temps de regarder la vie, en vous éloignant du centre de l'ego, des émotions, des mémoires et des pensées égocentriques afin de considérer la vie et le mystère de son existence. L'entièreté de la vie qui se crée elle-même contient d'innombrables univers reliés les uns aux autres : les univers, les systèmes solaires, les planètes, la terre, les océans, le ciel, les montagnes, les rivières, tout est inter relié, non pas interconnecté mais inter relié. J'espère que nous comprenons la différence entre les deux.

Vous êtes sorti vous promener quelque part, une petite épine pique votre pied et votre cerveau le ressent. Vous avez une rage de dents et tout votre corps éprouve de la douleur, chaque élément de votre corps est relié aux autres. De la même façon, dans le cosmos, dans l'entièreté de la vie, tout est inter relié. Il ne s'agit pas seulement des parties et du tout formant une totalité mais d'une entièreté organique et homogène. Elle ne peut être fragmentée. Le fait que la vie ne puisse être divisée, fragmentée et qu'elle ait la capacité de s'auto-générer, c'est ce que nous appelons un mystère. La vie est un mystère : son entièreté, sa complexité, son homogénéité, l'interrelation de toutes ses expressions. Ce mystère de la vie lui donne un caractère sacré ou de sainteté. La sainteté est le parfum de l'entièreté.

Non seulement cela mais les cinq principes qui semblent être les éléments de la vie – la terre, l'eau, le feu, le son, le vide de l'espace – se contiennent les uns les autres. Au-delà du fait que tout est relié, il y a le mystère de ces principes se contenant les uns les autres. Vous avez dû remarquer qu'il y a du feu à l'intérieur de la terre, qu'il y a de l'eau dans la terre. Dans la terre et le vide qu'elle contient, on trouve une variété de sons. Avez-vous remarqué que le vide de l'espace dans le ciel contient le feu et l'eau ? Avez-vous remarqué comment l'eau contient la terre ? C'est un phénomène merveilleux. Ils se contiennent les uns les autres, sans déranger les caractéristiques uniques et l'identité de chacun.

Avez-vous regardé ce mystère, comment le système solaire fonctionne et quelles sont les relations entre les différentes planètes ? Cette organisation dans la relation, cette interrelation, n'a pas été conçue séparément par quelqu'un après avoir créé le monde. C'est une caractéristique intrinsèque de la vie – la majesté, la grandeur et le mystère de la vie. J'aimerais savoir si vous avez déjà regardé la vie comme cela.

Est-il nécessaire d'imaginer, comme on pouvait le faire avant le moyen âge, que, de la même manière que l'on construit une maison à l'intérieur de laquelle on vit, il y a un créateur qui a construit tout l'univers et qui vit quelque part dans les cieux ? Un Père, une Mère, ou quelque créateur imaginaire ? Est-ce nécessaire de l'imaginer ? Dans l'histoire des théologies, il y a eu une évolution, il fut un temps où les gens dans le monde imaginaient le créateur comme une personne, une entité séparée de la création,

assise quelque part, distribuant des récompenses et des punitions, se mettant en colère, ayant des favoris, tout comme il y a le père et la mère dans une maison avec leur progéniture, donnant des récompenses, punissant les enfants. C'est ainsi que la maison, le foyer, la famille demeurent unis. Ils imaginaient que, de la même manière, cela permettait à la création de rester unie.

Nous vivons à la fin du vingtième siècle où les scientifiques débattent pour savoir si la conscience est un principe séparé, indépendant, ou si c'est le résultat de l'évolution de la matière. Ils se demandent si la conscience contient la matière ou bien si c'est la matière qui contient la conscience et qu'elle se manifeste d'elle-même dans le processus d'évolution.

Si vous lisiez les débats des physiciens du monde entier de ces quelques dernières années, vous verriez qu'ils discutent de psycho-science, la science de la conscience comme il existe une science de la matière : la physique. En cette fin de vingtième siècle, n'est-il pas indispensable d'avoir une approche scientifique de la vie ? Mais précédemment il y eu de nombreux efforts pour amener l'inconnaissable vers le domaine du connu avec l'aide d'idées, de théories, d'émotions. Afin de se relier à ce mystère de la vie, il a été jugé nécessaire d'élaborer différents types de relations. Ainsi, le développement de ces idées, de ces systèmes, de ces concepts, ont été représentés par des symboles placés dans les temples, les mosquées, les synagogues, les cathédrales, les *Gurudwaras*, les *Buddha Viharas*, les *Jain Devasaras* etc ... Ils ont dû être en lien avec le développement intellectuel et émotionnel de l'espèce humaine.

### **La source de la religion**

Mais de nos jours, la physique et la métaphysique sont près de converger l'une vers l'autre. La science et la spiritualité sont en train d'être synthétisées et intégrées dans un tout homogène. Il me semble que le sens du sacré, le sens du mystère est la source de la religion. Nous devons percevoir la vie telle qu' « elle est ». Et puis reconnaître que l'entière, la complexité, l'interrelation ne peuvent pas être analysées, cataloguées, mesurées, ou définies. La reconnaissance de l'infinitude et de l'incommensurabilité de la vie, de son indivisibilité et de sa non-fragmentabilité crée une relation avec la vie différente de celle basée sur les idées, les théories, les émotions. Si on ne peut regarder la vie, percevoir et reconnaître son mystère, le sens du sacré n'aura pas lieu et, dans notre cœur, le respect pour la vie ne se réveillera pas.

Reconnaître l'infinitude et l'incommensurabilité de la vie, c'est aussi reconnaître les limitations de l'homme, lequel s'individualise à partir de cette totalité. La totalité ne peut pas être individualisée, spécifiée. Quand des émanations naissent au cœur du temps et de l'espace et revêtent une silhouette, une taille, une forme, une couleur, etc., elles sont limitées. Il y a de la beauté dans ce qui est limité comme il y a de la grandeur dans la totalité. De la même manière que la totalité non individualisée provoque une sensation de crainte et de respect, les formes limitées, ce que vous appelez objets matériels, nos corps, nos sens, etc., génèrent une sensation de beauté, de tendresse parce que nous pouvons les toucher, les sentir, les palper.

Ainsi, le fait d'être limité est aussi la richesse de la vie, l'individuation des différents objets, animaux, oiseaux et autres expressions de la vie, est aussi sacrée que ce qui est non-individualisé, que la totalité de la vie omniprésente. Mes amis, je suis en train d'essayer de vous dire que la Vie elle-même est Divine. La vie est sacrée et l'acte de vivre c'est honorer cette Divinité. Alors, reconnaissons-nous le mystère de la vie ou bien avons-nous accepté les théories et les idéologies qui nous ont été présentées au travers des livres et des traditions ? Avons-nous accepté l'autorité des symboles et des concepts qu'ils représentent et regardons-nous la vie au travers de ces idées, de ces concepts ? Si c'est le cas, cette relation avec la réalité de la vie sera de seconde, de troisième, de dixième main.

Si nous voulons que notre rapport personnel au mystère de la vie soit de première main, alors nous devons au moins tenter d'écarter avec un total respect et une grande humilité et dans un but d'exploration et d'expérimentation, tous les symboles, toutes les idées, tous les concepts. Il ne s'agit pas de les rejeter. Dans l'acte de vivre et la compréhension de la vie, il ne s'agit pas d'accepter ni non plus de rejeter. Alors, est-ce que j'observe le mouvement des saisons, la relation entre la terre, le soleil, la lune ? Est-ce que j'observe la graine germer et ensuite devenir une plante, puis un arbre ? Est-ce que j'ai du temps pour cela ? Ou bien n'ai-je pas le temps parce que je suis trop absorbé par le fait de gagner de l'argent, d'avoir et d'élever une famille, absorbé par les heurts et les petits conflits, par le fait d'avoir mon propre ego blessé, honoré, accepté, rejeté ? Suis-je trop occupé avec tout cela et les activités sociales au point que je n'ai pas le temps de regarder l'univers dans lequel je suis né ?

Vous êtes né dans une famille, dans une communauté, dans un monde sur cette planète appelée terre, mais vous êtes né dans le Cosmos aussi ! Vous êtes tout autant relié au soleil et à la lune qu'à vos propres parents. Vous êtes en relation avec la terre et le ciel de même que vous êtes reliés à votre caste ou votre communauté. Il existe une relation organique. Ainsi, la source de la religiosité, c'est l'envie irrépressible de regarder, percevoir, découvrir, comprendre.

### **L'éveil de la religiosité**

Si cette envie irrépressible n'est pas là et que l'on se contente d'accepter les idées, les traditions, les systèmes, en les suivant et en les répétant, alors, je crois que le sens du sacré, qui n'est pas le fait de l'homme, ni le résultat de la pensée et de la réflexion humaines, ou de la théologie ou encore de la philosophie, mais qui se génère, s'entraîne, et se régule de lui-même, ce sens du sacré ne peut pas être découvert. Si cette envie n'existe pas dans notre relation personnelle avec la réalité, alors il ne peut pas y avoir de religiosité. Ainsi, de la même manière que nous accordons du temps à nos responsabilités familiales, à nos engagements sociaux et personnels, il est aussi nécessaire d'allouer du temps pour vivre la relation organique avec la nature afin d'éveiller la religiosité dans nos consciences.

Cette relation doit être vécue, non pour acquérir quelque chose, non pour obtenir quelque chose, ni pour expérimenter quelque chose, mais pour avoir un contact, une rencontre, pour avoir un échange spontané. Lorsque nous allons nager, nous le faisons

par plaisir. Nous n'allons pas nager pour acquérir quelque chose mais pour la joie de le faire. Nous le faisons en dehors de toute nécessité. Si l'hiver est mordant de froid, alors nous sortons nous mettre au soleil. C'est une réaction en fonction du besoin. Y a-t-il quelque besoin au niveau psychique de percevoir que l'on est relié et de vivre ce lien de façon organique ? La religion, la religiosité se rapportent au vivant, et non aux idées, aux théories, aux pensées, aux mémoires, aux systèmes de discipline. Il y a là une sorte de spontanéité.

### **Harmoniser les énergies physiques**

Supposons, présumons que nous, assis dans cette pièce, nous ayons ce besoin irrésistible, « *Athato Satya Jignyasa* », « *Athato Brahma Jignyasa* », « *Athato Atma Jignyasa* ». Présumons que tous ici nous ayons cette envie irrépressible, non pas de savoir, mais de voir, de comprendre et de vivre. Par où commençons-nous ? Nous avons le microcosme, le corps, appartenant au macrocosme, celui-ci contient un véritable condensé de cosmos. Alors, pourquoi ne pas commencer par lui et découvrir si les énergies du corps sont en harmonie comme elles le sont dans le cosmos ? L'interrelation entre les principes de la terre, de l'eau, du feu, du son et de l'espace, est harmonieuse. Et la splendeur et la magnificence proviennent de cette harmonie. Alors, y a-t-il une quelconque harmonie entre les énergies contenues dans notre corps ? Nous avons un corps biologique. Nous avons en commun cet aspect biologique avec tous les animaux, les oiseaux, les arbres, et tout le reste. Les instincts siègent dans le corps et ils ont des énergies.

Avez-vous remarqué l'énergie de l'appétit et ce qu'il produit dans tout votre corps, lorsque vous avez vraiment faim, lorsque vous avez vraiment soif, avez-vous fait attention à l'énergie de la soif, à l'énergie du sexe, à l'énergie du sommeil ? C'est quelque chose de fantastique. Ce sont des instincts qui ne sont ni mentaux, ni rationnels. Vous ne dites pas, je veux avoir faim. Ils n'appartiennent pas au domaine de la volonté. Ils sont la richesse du monde biologique. Les plantes ont faim et soif. Les oiseaux, les animaux, la terre ont soif. Et remarquez bien, ce n'est pas de la poésie, c'est la vie. La vie elle-même est poésie.

Alors, ai-je déjà regardé en moi ces énergies et ce qu'elles font au corps, à l'esprit, au cerveau ? Est-ce qu'elles créent quelque tension, quelque pression ? Est-ce qu'elles créent quelque conflit ? Et lorsque ces énergies commencent à faire effet, qu'est-ce que j'en fais ? Comment est-ce que je réponds à mon appétit ? De quelle quantité mon corps a-t-il besoin ? Quelle sorte de nourriture mon corps aime-t-il pour garder la santé ? Non pas ce que mes goûts désirent, non pas l'habitude des goûts et des saveurs traditionnels, mais ce que mon corps réclame ? Que vous observiez cela avec l'approche naturopathique, ou bien celle de l'Ayurveda ou de l'homéopathie, là n'est pas mon propos. Mais comment nourrissons-nous notre corps, connaissons-nous l'énergie de l'appétit, étudions-nous le régime, quelles sont les dispositions que nous prenons pour satisfaire tout cela ? Sommes-nous injustes avec lui ? Le nourrissons-nous trop ? Ou bien pas assez ? L'affamons-nous ? Si je suis en colère, alors je ne mange pas. Si je suis beaucoup trop inquiet, alors je ne dors pas. Quelle est ma relation au corps ? Commençons donc par là et mettons de l'ordre en nous.

Mon apprentissage aura pour résultat une nouvelle relation au sommeil, au sexe, à la nourriture, et à l'exercice. Comment nous asseyons-nous, nous tenons-nous debout, marchons-nous ? Quelle sorte d'exercice proposons-nous au corps ? Il y a tant de systèmes autonomes dans le corps. Sont-ils entraînés ? Ont-ils l'occasion d'être revitalisés, que ce soit le système musculaire, glandulaire, nerveux, chimique, ou respiratoire ? Tous ces systèmes autonomes fonctionnent dans notre corps. Comment les sécrétions glandulaires transforment la nourriture en différents produits chimiques et minéraux ? Vous êtes-vous penchés sur le mystère qu'est la vie physique ? L'harmonie entre les énergies commence avec la connaissance de notre corps physique, c'est perceptible. Vous pouvez le sentir, le voir, le toucher, vous pouvez corriger les déséquilibres. Si cela n'est pas la religion, alors qu'est-ce que la religion ?

La façon pas tout à fait scientifique d'aborder la question disparaîtra. Votre relation à la nourriture, à l'exercice, au sommeil, etc., sera intelligente, bien informée, et responsable. Alors, il n'y aura pas d'excès, ni dans le sommeil ni dans la nourriture. Il n'y aura pas de comportement compulsif face à la nourriture, au sexe, au sommeil. Il n'y aura pas d'excès et de déséquilibres les concernant. Il n'y aura ni indulgence, ni refoulement mais une modération, une retenue scientifique, l'élégance de la limitation volontaire. Non parce que les écritures me disent de le faire, mais parce que je vois qu'elles sont nécessaires pour apporter l'harmonie qui engendre la santé dans ma vie.

### **L'énergie du son et de la parole**

Il ne peut y avoir de bonheur sans harmonie. Il ne peut y avoir de paix sans harmonie. L'harmonie est le souffle de la paix et le parfum de la bonne santé. Mon approche et mon comportement avec le corps connaissent ainsi un changement qualitatif. Alors, je me rends compte qu'il existe une énergie appelée le son et la parole qui me permet de parler. Ai-je remarqué de quelle façon je parle ? Que se passe-t-il dans mon corps lorsque cela se produit ? Où naît le son, quel est son voyage ? Provient-il du centre, au creux de l'estomac ou provient-il du sommet de la tête ? Vous êtes-vous jamais demandé où le son vivait dans votre corps ? Et comment il est converti en mots, comment il voyage et sort par votre bouche ? C'est cela apprendre, c'est bien cela. C'est rechercher, explorer.

Alors, vous éprouverez du respect pour l'énergie du son et de la parole et vous en ferez bon usage, sans en abuser. Parler sert à communiquer. La parole est faite pour partager. Elle permet de raconter les faits. Elle peut être l'expression d'une motivation intime. C'est un pont entre l'intérieur et l'extérieur. Alors, est-ce que je l'utilise de façon responsable ou de façon incohérente ? Toute la journée bavardant, discutant de manière arbitraire et pour rien ? Est-ce que j'en fais un mauvais emploi ?

Le respect pour la vie doit être vécu.

Nous devons nous asseoir et dire « *Nadatmakam Jagat Sarvam. Nadarupa Svayam Vishnuhu. Nadarupa Maheshvarah. Nadatmika Para Shaktihi. Nadatmakam Jagat Trayam* ». (l'énergie du son est tout l'univers, la forme du son est Vishnou lui-même, elle est Shiva, elle est Shakti, l'énergie du son est les trois à la fois)

Qu'en est-il de nous ? Que faisons-nous ? Avons-nous perçu la rudesse avec laquelle l'énergie du son, l'aptitude à verbaliser est malmenée et mal utilisée dans notre vie ? S'il y a du désordre au niveau physique, comment peut-il y avoir une mise en ordre sur le plan mental qui est subtil, imperceptible, invisible, intangible ?

Ainsi, j'harmonise l'énergie de la parole. Quand je parle des faits, je ne mêle pas mes préférences et mes préjugés dans mon exposé. Vous voyez, on appelle cela la sincérité, moi, je le nomme ajustement correct aux faits. S'il y a un mauvais ajustement aux faits, si vous mêlez toutes vos émotions, vos préférences, vos préjugés, vos théories pendant que vous êtes en train de raconter quelque chose, de faire un compte-rendu, alors il se produit là ce que vous appelez un mensonge ou quelque chose de faux. C'est un mauvais ajustement aux faits ou à notre motivation profonde. En dehors de son contenu éthique et moral, même scientifiquement parlant, si vous utilisez les mots pour masquer vos motivations, les dissimuler, ou si vous contaminez les faits avec vos préférences et vos préjugés, alors vous êtes dans le mauvais usage des mots et la trahison. Je devrais utiliser cette manière juste de parler dans ma relation, en lui accordant une énorme dimension dans ma vie, sur un plan rationnel et scientifique.

Seule la spiritualité scientifique sera pertinente au cours du prochain siècle. Ce ne sont pas la subtilité des émotions et l'éclat de l'élocution ou des idées qui perdureront. Ce qui reste valide après avoir été testé rationnellement et de façon scientifique, sera présent au cours du prochain siècle. Les autres structures, systèmes, concepts multiples, etc., feront partie de l'histoire et seront peut-être préservés comme les monuments verbaux de nos ancêtres. Une nouvelle dynamique est nécessaire et nous commençons avec la nôtre.

### **L'énergie de la pensée**

Nous entrons maintenant dans un domaine difficile, nous passons du domaine biologique au domaine psychologique. Comme nous l'avons vu, nous sommes les produits de millions d'années d'évolution. Les cerveaux ont été entraînés, conditionnés, éduqués, par l'espèce humaine tout entière. L'énergie de la pensée est contenue dans tout le système nerveux, dans le plasma même, et plus loin encore, dans la moelle osseuse. Les cerveaux sont conditionnés pour le raffinement et la sophistication. La culture n'est rien d'autre qu'un processus de raffinement et de sophistication. L'énergie de la pensée est à l'intérieur de nous de la même manière que l'énergie des instincts est présente dans la structure biologique. Que faisons-nous avec ces pensées, ces mémoires, cette connaissance, cette expérience, contenues dans le conscient, le subconscient, l'inconscient ? Et la difficulté provient du fait que c'est invisible.

Vous ne pouvez pas voir l'esprit comme vous pouvez voir votre foie ou vos reins, votre pancréas, vos glandes, vos poumons ou votre cœur. L'esprit n'est pas un organe de ce genre. C'est le cumul des conditionnements de millions d'années, s'infiltrant dans tout le corps. Depuis le sommet de la tête jusqu'au gros orteil, l'esprit (énergie de la pensée, de la mémoire, de l'expérience) est présent. Il est là. Alors, comment créer un ordre et une harmonie dans ce vaste espace, et, veut-on bien le faire ?

La plupart du temps, je refuse de le faire, car c'est une tâche très difficile. Je préfère suivre tout ce qui m'est proposé, comme le fast-food, le café instantané, le prêt-à-porter, la religion établie, la spiritualité rapide. Non, je ne suis pas en train de dire cela avec légèreté. C'est la triste réalité d'aujourd'hui. Dans le monde et la société de consommation, les gens veulent une spiritualité facile et rapide. Si elle peut s'obtenir sans effort, que je peux l'avoir toute prête, et si quelqu'un peut me transmettre des expériences en plaçant sa main sur ma tête, alors, je serai heureux. Vivre est considéré en soi comme un effort et l'on va rechercher les moyens de court-circuiter cet effort au nom du progrès. Je vous en prie, ce n'est pas une critique. C'est l'aveu d'une peine et son partage entre amis. Vous ne pouvez pas mélanger la religion, la religiosité, avec la commercialisation, la standardisation, la réglementation, la vulgarisation. C'est quelque chose de vraiment individuel. De même que les fleurs ne se reproduisent pas à l'identique, les découvertes de la vérité et de la réalité ne sont pas des répétitions.

### **Observer le mouvement de la pensée**

Je suis maintenant face à cette énergie pénétrant tout mon corps. Je désire la connaître. Je désire la chercher. Il devient important d'apprendre, d'observer, de regarder.

Alors, il est nécessaire de s'accorder du temps pour apprendre, du temps pour l'éducation et du temps pour s'asseoir afin de regarder. Comme vous avez déjà établi une relation scientifique entre votre corps et une nourriture convenable, un exercice approprié, un sommeil équilibré, grâce à la modération et à la retenue ; désormais, il ne doit pas y avoir de difficulté pour s'asseoir confortablement dans n'importe quelle posture que votre corps apprécie, la colonne vertébrale rectiligne, alignée et érigée, de sorte que le rythme de la respiration ne soit en aucun cas gêné. Lorsque vous vous asseyez ou que vous vous tenez droit, alors l'inspiration et l'expiration se produisent en rythme, non de façon saccadée ou mal assurée. On apprend ainsi à s'asseoir convenablement. Le corps établit sa relation avec la terre. Vous ne le laissez pas devenir raide et rigide. Vous vous asseyez de façon relaxée.

Vivre est un mouvement de relaxation, non de tension, de pression, de conflit ou de contradiction. Comme vous avez établi une relation harmonieuse avec les instincts biologiques, peut-être que le corps commence à coopérer. Vous vous asseyez quelque part dans un coin tranquille. S'il n'y a pas d'endroit, pas de jardin, s'il y a une petite terrasse ou un balcon, à un moment du jour ou de la nuit lorsque vous avez une demi heure, quarante cinq minutes pour vous, vous vous assiérez et vous observerez juste le mouvement de la pensée et ce que cela produit. Vous devez l'observer.

Alors, vous verrez le mouvement chaotique de la pensée. Elle ramène au passé, à hier, au mois dernier ou à l'année précédente, ou bien elle passe à la notion du futur. Le futur n'existe pas en tant que dimension. Mais la pensée saute du passé au futur. Elle saute d'un sujet à l'autre, d'une mémoire à l'autre. On doit voir cela. À moins que le désordre, le chaos, l'anarchie ne soient perçus directement, il n'y aura pas d'impulsion pour la liberté.

Ce qu'il y a à l'intérieur de moi émerge à la surface et s'expose à ma perception et à mon attention. Mon ego est blessé parce que je vois la colère, je vois la jalousie, je

vois la luxure, je vois l'ambition, je vois les bonnes choses et les mauvaises, je vois tout. Et je commence à me demander pourquoi c'est là. Est-ce en relation avec mes parents, est-ce dû à la mère, est-ce dû au père, est-ce dû aux professeurs ?

L'introspection, l'analyse, l'interprétation commencent. Il existe tellement de livres qui donnent des théories pour l'interprétation. La théorie Freudienne, la théorie Adlérienne, la psychologie profonde de Martin et ainsi de suite. Tout le jeu de l'interprétation intellectuelle se met en route. Nous ne sommes pas ici en train de parler de cela. L'observation sans réaction, sans évaluation et sans jugement demande de la rigueur, une rigueur cérébrale.

Regarder et laisser les choses émerger. Si cela a eu lieu durant cette demi-heure ou ces quarante cinq minutes que je consacre à mon apprentissage, alors pendant que je suis en train de travailler au bureau, ou en train de parler avec ma femme ou mon mari, cette faculté d'observation reste avec moi comme une nouvelle dimension, une nouvelle faculté. Alors je sais ce que je suis en train de dire, j'ai conscience du pourquoi je suis en train de parler d'une certaine façon. Une nouvelle dimension s'ajoute à la routine quotidienne habituelle. Lorsque vous êtes en colère, avant que se produise l'explosion, vous êtes conscients que vous êtes sous l'emprise de la colère.

Au cours des relations, l'observation s'est désormais convertie en reconnaissance et en expérience directe de ce qui est. Je suis désormais conscient que je suis sous l'emprise de la jalousie, de la comparaison. Je suis une victime de l'ambition, de l'impatience. Dans le mouvement de la relation, il y a désormais une nouvelle force. Nous ne sommes pas pressés de transformer cela. Nous ne sommes pas pressés de les éliminer. Avant toute chose, la perception dans la solitude, ensuite la réalisation et la reconnaissance au sein des relations. Alors, on observe dix fois par jour ce qui est arrivé, soit en proie à la victimisation due à telle émotion ou à cause de telle idée, ou de telle pensée. Une véritable tristesse commence à poindre dans mon cœur, non à cause d'une quelconque théorie, mais parce que j'ai vu le chaos et la souffrance que cela crée. Mes mots de colère, mon impatience, mon hésitation, les mobiles que je leur attribue, mes suspicions, tout cela, je le vois maintenant, ainsi que les conséquences sur mes relations. Le manque de franchise, le déséquilibre font naître une tristesse dans mon cœur, et ensuite vient l'envie irrépressible de se libérer du chaos et de l'anarchie. En lisant cela dans un livre, ou en l'entendant dans des conversations ou des discours, cette flamme brûlante, cet élan pour la liberté ne surgirait pas.

### **L'élan pour la liberté**

L'observation, convertie en reconnaissance, conduit à l'émergence d'un désir ardent de liberté. Ce désir n'est pas né d'une idée. Ce n'est pas le fruit d'une théorie. Il ne provient pas d'une réaction. Cet élan pour la liberté a sa propre force vive. Lorsque l'on se tourne vers la religion, lorsque l'on s'intéresse à la spiritualité par réaction, alors on est submergé par la force de ce qui nous fait réagir. Dès que cette réaction se dissipe, sa profondeur, son intensité aussi disparaissent.

Si j'agis par ambition, alors soit l'ambition est satisfaite et la recherche s'interrompt, soit il y a la frustration et j'arrête ma recherche. Je vous en prie, voyez cela. La force,

l'intensité de l'impulsion pour la liberté devrait être authentique, née de votre propre perception et de votre propre compréhension.

Ainsi, il y a désormais de la tristesse et un désir ardent de liberté. Je n'aime pas cela. J'ai remarqué tous les déséquilibres chroniques, les déséquilibres momentanément fous, mon comportement névrosé, et l'impulsion de libération est là. Ce que fait une personne alors vaut la peine d'être remarqué. Si la personne est née en Inde et a accès aux écritures, aux livres d'éthique, de religion, de spiritualité, de discipline spirituelle, elle choisit et sélectionne. C'est comme cela que nous vivons, nous les gens ordinaires. Je dis : maintenant, je ferai cela. Je le ferai pour discipliner mon esprit. L'effort mental est donc expérimenté et les gens font des vœux et des promesses : garder le silence un certain temps, jeûner, rester abstinent et ainsi de suite. Plusieurs sortes de disciplines sont ainsi essayées.

Le désir de contrôler la façon dont se comporte l'esprit est là. Mais nous sommes l'esprit ! Plus nous faisons un effort pour le contrôler, moins la relation entre le contrôleur et le contrôlé est perçue par le cerveau, l'ego, l'esprit tout entier. Après la nouveauté, la sensation du nouveau s'amenuise, il y a une résistance intérieure. Extérieurement, le contrôle semble présent, mais intérieurement, cela résiste. Une faille apparaît. Il peut y avoir l'hypocrisie de montrer quelque chose à l'extérieur qui n'existe pas à l'intérieur. Je peux bouillir de rage en dedans et j'essaye de me contrôler. Ainsi, il y a une faille entre moi-même et ce qui m'arrive.

Les déterminations, les décisions, les vœux, les promesses, tout a été essayé en Inde, au Moyen-Orient et dans le monde chrétien. De même dans les pays de l'Est et dans les pays Bouddhistes. C'est là que commence le jeu du déni, de la dissimulation, de la répression. Les personnes matérialistes jouent aussi le jeu de l'indulgence, avec l'obsession du plaisir. Avec le jeu du déni, de la dissimulation, de la répression, l'être intérieur se rétrécit et devient sec. Ou bien, c'est le conflit constant, la détresse et la souffrance.

Lorsqu'une personne réalise cela, si effectivement elle s'en rend compte, elle comprend qu'une telle ligne de conduite ne mène pas à la spontanéité, à l'harmonie, mais qu'elle rajoute de la souffrance. Or, la religion est la fin de la souffrance. « *Klesha Mukti kayvalyam* », la délivrance des sources d'affliction selon Patanjali. « *Dukhah Nivrutti Kayvalyam* », la cessation de la souffrance selon Bouddha. Mais la souffrance psychologique n'en finit pas, sauf si on réalise cela, alors se manifeste la dimension du "sans effort" ou l'abandon de l'effort.

Mais, je pense que cela suffit pour ce matin. Nous avons commencé en disant que la vie est un mystère : le fait qu'elle s'auto-génère, qu'elle possède un ordre intrinsèque, une harmonie, et le fait que tout soit relié. L'ayant observé à l'extérieur de nous-mêmes, nous commençons à voir si cela existe à l'intérieur de nous. Pourquoi n'y a-t-il pas d'harmonie en nous, l'harmonie qui existe entre les systèmes solaires, les systèmes interplanétaires ? Pourquoi n'y a-t-il pas un mouvement rythmique dans le corps de la même façon qu'il existe le mouvement des saisons dans le cosmos ?

Notre champ d'études est notre propre corps où se meuvent les instincts biologiques, l'énergie de la pensée, et celle des émotions. Ils sont nos outils. Ils sont nos instruments, ils sont nos compagnons. L'exploration commence donc au niveau du corps. Nous nous rendons compte que le mouvement du mental, qui est le résultat du conditionnement de millions d'années, ne cède pas devant le contrôle dû aux disciplines ou aux codes de conduite.

Ayant observé ce qui se passe à l'intérieur de nous, maintenant nous en concluons que la force vive de millions d'années contenue dans notre corps et la force de la volonté ne sont pas au même niveau. La volonté, la décision, l'engagement, le vœu, tous ceux-ci sont vaincus par la puissance du subconscient, de l'inconscient, du passé. Soit vous devenez pessimistes, frustrés et vous dites, rien ne peut être fait, soit vous voulez bien explorer la route sans chemin de l'abandon de l'effort. Nous parlerons de cela lors de notre prochaine rencontre. Merci de m'avoir écoutée patiemment.

## CHAPITRE III

### LA VIE EST DIVINE

Je me demande ce qui se passait en vous lorsque vous étiez en train d'écouter nos précédentes discussions ? Votre écoute était-elle une activité partielle, l'écoute des mots, le tri de ce qui est à rejeter, de ce qui est à retenir, en envoyant ce qui paraît acceptable vers la mémoire, et en ayant la satisfaction d'avoir appris quelque chose de nouveau ? Est-ce le contenu de l'écoute, ou bien l'écoute est-elle en soi une action totale, une action de tout l'être, pas seulement l'audition, la réception sélective, un enrichissement de la mémoire ? Qu'implique l'expression : action totale ?

Nous sommes en train de parler de religion. Nous sommes en train de traiter du champ de conscience qui est invisible, intangible. Nous sommes en train d'exposer des faits psychologiques. Lorsque quelqu'un parle de faits psychologiques, qu'il met en évidence le mécanisme du mental, sa structure, sa façon d'opérer, est-ce que l'écoute résulte de la perception de ces faits ? Nous écoutons et nous percevons aussi notre univers psychologique et nous voyons si les faits psychologiques sont là, ainsi que la façon dont ils ont été signalés. L'écoute et la perception des vérités psychologiques ne peuvent pas être séparés. Si elles le sont, alors l'écoute des paroles, des discours ou la lecture de livres sur les enseignements des personnes « éveillées », peut devenir seulement une stimulation intellectuelle, un exercice intellectuel, une distraction émotionnelle.

Ainsi, lire et percevoir les faits à l'intérieur de nous, écouter et regarder les faits en même temps à l'intérieur de nous, devraient avoir lieu simultanément. Si cela se fait, l'audition et la perception sont mêlées l'une à l'autre, et alors la vérité découlant de cette perception devient la substance de notre être. Il ne reste plus de vérité présentée par quelqu'un, mais seulement celle due à cette écoute et à cette perception simultanées, qui devient la nourriture, la substance de notre propre être. Alors, j'espère que chacun d'entre nous a écouté, perçu et compris la vérité contenue dans les mots utilisés lors de nos dernières rencontres.

#### **La recherche commence**

Avec votre coopération, je voudrais regarder, ce matin, la vie d'un étudiant, d'un chercheur, avec un angle légèrement différent et je vous demande de m'accompagner dans cette démarche. Ceux d'entre vous qui sont nés en Inde, sont nés dans un pays ancien où la poursuite de la vérité, la quête de la réalité, a été le premier souci de nos ancêtres et ils ont transformé leurs vies en laboratoire de recherche. Leurs corps et leurs cerveaux étaient leurs laboratoires. Leurs explorations, leurs expérimentations et leurs vérifications ont été verbalisées et notées dans des livres. Vous ne pouvez pas échapper à l'écoute ou à la lecture de sujets religieux ou spirituels si vous êtes né dans ce pays, et que vous avez été élevé ici. Naturellement nous sommes nés dans une famille où il y a des traditions, des traditions morales appelées traditions religieuses,

des traditions de la famille, de la caste, de la classe sociale et ainsi de suite. Nous sommes nés dans ce contexte.

Les statues des Dieux et des Déeses sont gardées quelque part, dans une pièce ou un coin de la maison et nous les voyons adorées, des mantras sont chantés, des rituels accomplis et ainsi de suite. C'est le dur travail de la vie indienne. Qu'est-ce que je fais ? A tel âge, cinq, vingt-cinq, cinquante ans, un besoin irrésistible s'est réveillé dans mon cœur afin de comprendre le sens de tout cela, et de trouver la validité de tout cela. Ainsi, le besoin s'est présenté à l'intérieur de moi. Le comment et le pourquoi de cela n'est pas important mais le fait est important. Si cela arrive, comme cela s'est produit pour quelques chanceux, alors commence le questionnement.

### **Questionner la tradition**

Certains diraient : « pourquoi ces idoles dans ma maison ? Pourquoi mes parents adorent-ils ces idoles, y passant tellement de temps, chantant des mantras, ou faisant le Japa ? Pourquoi font-ils cela ? Quel est le rapport de tout cela avec la vie ? ». Si je le leur demande alors, ils diraient : « On nous a demandé de le faire. Nous avons vu nos parents le faire ». Cela ne m'avance pas vraiment. « C'est la tradition dans notre famille, nous l'avons fait. En tant que fils ou fille, tu devras aussi t'y conformer ». C'est leur chemin. Vous ne pouvez pas les obliger à comprendre et à expliquer. Donc, voilà où j'en suis. J'ai étudié à l'école, au collège, à l'université. J'ai étudié les sciences, les techniques, les lettres, etc.

Maintenant, je dois trouver par moi-même. Parce que demander aux aînés, essayer de parler avec eux, ce qui aurait pu être une voie d'éducation, n'est pas réalisable. Ce n'est pas possible. Alors, en lisant des livres, je découvre que ces idoles ont été utilisées afin de rappeler le divin pénétrant toute chose. Vous questionnez la personne qui s'occupe de faire le culte pour un Dieu ou une Déesse dans la famille. Ils ne sont pas en train d'adorer cette petite idole, haute de trois pouces ou de trois pieds, faite de métal ou de pierre. Ils disent : « C'est Dieu ». Ainsi, cette idole représente un certain pouvoir qui est indépendant du pouvoir et de la pensée humaine.

Ils disent que le divin pénètre tout. *Antaryami, Ghata – Ghata – Wasi*, omnipotent, omniprésent, omniscient. Manifestement, cette petite idole (*Pratimaji*), représente quelque chose qui pénètre tout, qui imprègne tout. Est-ce que je vois cela ? A travers les mots de mon père ou de ma mère ou de mon mari, est-ce que je perçois la vérité ? Lorsqu'ils sont en train d'adorer Dieu et que je leur demande ce qu'ils entendent par Dieu et qu'ils me disent que ce n'est pas le morceau de pierre ou de métal qu'ils sont en train d'adorer. Les *Bhajans*, les chants ou tout ce qu'ils chantent, contiennent ces mots. Alors je comprends.

Je comprends désormais une vérité qui est que l'idole est un symbole, un symbole traditionnel, représentant quelque chose. Pourquoi le symbole est-il nécessaire dans le *Bhakti Yoga* ? L'Inde est un ancien pays et tout ce qu'il y a ici pourrait bien être le résultat de l'exploration et de l'expérimentation de nombreuses générations. Je ne rejette pas cela de but en blanc et je ne veux pas non plus l'accepter sous l'autorité de la tradition parce que l'acceptation ne rend pas réelle votre propre vérité. L'acceptation

ne vous révèle pas la vérité. Elle devient un mécanisme répétitif de quelque chose que vous suivez sans le comprendre. Alors, pourquoi les aînés en ressentent-ils l'utilité ?

Peut-être satisfont-ils les besoins des analphabètes. Ils se sont occupés des besoins de la société dominée par l'émotion et ont compris que les gens ne peuvent pas faire concorder l'activité journalière et le Divin. Ils ne vivent pas dans la conscience que la Vie autour d'eux est Intelligence Suprême, qu'ils sont entourés par Elle, qu'ils sont composés d'Elle et sont nés d'Elle, qu'ils vivent et évoluent en Elle. Cette vérité basique est intellectuellement et théoriquement comprise mais ils ne peuvent pas relier leurs actions à cette Intelligence tout le temps. Alors, une ou deux fois par jour, ils s'assoient près du symbole et font leurs dévotions.

### **La Manière d'Apprendre**

Supposons que j'arrive à coordonner mes activités avec la conscience. Si la révélation de la Vérité, l'essence du Bhakti Yoga, me rend capable d'être conscient de ce qui imprègne tout, de la nature de la Vérité, de la Réalité, qui pénètre tout, alors le symbole peut ne plus être nécessaire pour moi. Voyez-vous la façon d'apprendre ?

*Yatah Sarvam*, ce dont toute chose a émané, ce qui contient tout, le tout, la totalité, *Yah Sarvam*, ce qui s'est vêtu du tout, retenant son unicité, *Sarva Druk Tatha*, et étant simultanément celui qui perçoit. De Lui tout a émané, en Lui tout est contenu. L'unicité a pris le masque du tout et en même temps, c'est le voyant, celui qui sait et qui comprend. *Svatmanam namamyaham*, c'est l'essence de mon être, je m'incline devant cette essence.

Vous comprenez ? Si vous questionnez la tradition en essayant d'apprendre grâce à elle, en demandant pourquoi cela vous est fait et non aux autres, en enquêtant, en explorant et en découvrant, alors, l'essence, la vérité derrière la tradition deviendra vôtre et le symbole sera secondaire ou inutile. La question n'est pas d'accepter ou de rejeter. La question n'est pas de dire de ne pas l'adorer, que ce n'est pas Dieu, que c'est un symbole. Ce n'est pas nécessaire de raconter d'autres choses. Mais ce qui s'est passé, c'est que vous avez fait un saut de la tradition vers la découverte.

Vous devez questionner chaque tradition. Ainsi, lorsque vous demandez pourquoi ils font le *Japa*, pourquoi ils chantent des mantras, vous découvrirez qu'ils utilisent l'énergie du son. Le son contient la lumière. L'élément son, le *Nada*, et *Agni*, l'élément feu, ne peuvent être séparés. Ce sont des énergies interdépendantes qui sont utilisées pour le *Yajña* et le *Havana*, et utilisées pour chanter les mantras.

Voulez-vous utiliser cette énergie du son ? Voulez-vous vous envelopper dans cette énergie sonore ? Voulez-vous l'utiliser comme une thérapie ? Vous voyez ? Alors, vous découvrirez ce qui a incité vos aïeux à vivre et à utiliser le mantra, le *Japa* et le *Yajña*.

Maintenant, si vous vous renseignez, si vous questionnez dans ce sens, vous aurez l'intrépidité de l'humilité, vous aurez la réceptivité de celui qui étudie. Alors, vous découvrirez le but derrière les mantras ou des *Yajña*. Vous avez appris pourquoi c'est

ainsi. Si j'étais vous, j'irais un peu plus loin et j'expérimenterais. Rappelez-vous, votre amie Vimala a passé trois mois dans une grotte où *Swami Ramtirth* a vécu près de *Terhi*, après avoir fait son M.A. Je voulais découvrir les effets de l'énergie du son sur le système nerveux et le système chimique. Il fallait que je découvre cela.

Supposons que vous découvriez que cette répétition de l'énergie sonore peut être utilisée comme une thérapie, mais qu'elle affecte le cerveau et le fait s'engourdir. La quiétude qu'elle apporte, le semblant de paix qui apparaît, ne lui donnent pas de dynamisme. Le jour où Vimala découvrit cela, elle sortit de la grotte. Vous voyez désormais qu'il n'est pas nécessaire d'utiliser l'énergie du son car un de ses effets secondaires est la paralysie de la sensibilité. Non seulement du cerveau mais de tout l'être. C'est une sorte d'hypnose, d'autohypnose. La tranquillité qui en résulte a de nombreux effets secondaires perturbateurs. A cette époque là, elle essaya de découvrir s'il y avait un moyen de se passer de l'énergie du son et de la lumière. La recherche se poursuit dans cette voie.

### **Quelle est Votre Priorité Absolue ?**

Ce matin, j'essaye de voir avec vous comment un chercheur sérieux procède pour aller plus loin. Né dans une société lourdement conditionnée, vous pouvez façonner une certaine forme de paix dans votre propre *sadhana*, en toute sécurité, en trouvant la vérité, en comprenant le sens de la vie, ceci étant la première priorité pour vous. C'est un jeu très dangereux. Car, une fois que vous découvrez la vérité, la vérité ne vous lâche plus, même si vous voulez qu'elle le fasse. Elle vous "aiguillonne". Elle fait en sorte de vous faire sentir sa présence. Vous ne pouvez pas continuer à suivre l'ancienne routine. Alors, vous vous sentez coupable. Alors, vous ne pouvez supporter la division dans votre être. Si vous parlez de la vérité verbalement, que vous en discutez intellectuellement, et que vous vivez en contradiction avec elle, d'une façon complètement différente, alors apparaît une division dans votre personnalité. Et si cela trouve le moyen de se cristalliser, la personnalité peut se dédoubler au nom de la religion, au nom de la spiritualité. Ce serait un désastre.

Si la religiosité, si la communion avec la Vérité, la communion avec la Réalité, le Divin de la vie, le mystère de la réalité, est la priorité absolue, alors la recherche devrait commencer. Alors, on pourrait se lancer dans ce voyage intérieur de la découverte de soi. Sinon, la religion serait un nouveau chemin pour l'hypocrisie. La religion peut conduire à la scission, à la division intérieure, à l'obsession, et à la névrose. Nous ne voulons pas ajouter aux troubles déjà existants. Si cette découverte, cette compréhension, ce vécu de la vérité, n'est pas la priorité absolue, principale, alors la vitalité, l'élan, la passion ne sont pas présentes dans votre vie.

Alors vous vivez une double vie. Intellectuellement, vous ne rendez pas hommage à la vérité de façon bien sincère. Vous dites que c'est votre conviction et dans la vie de tous les jours, vous suivez aveuglément, mécaniquement, de façon ritualiste, les traditions, les coutumes et tout le reste.

## Vivre la Vérité

Ainsi, il est vraiment nécessaire de se poser cette question : « Si je trouve la vérité, si je comprends la vérité, si j'en découvre la signification, que vais-je en faire ? Vais-je la vivre ? Et supposons que les gens qui m'entourent n'aient pas cela, qu'ils s'y opposent, qu'ils ne coopèrent pas, alors y aura-t-il un consentement, une intrépidité à vivre cela tout seul ? A être seul avec la vérité, seul avec l'intelligence suprême, seul avec la Vie ? Est-ce que je veux faire cela ?

Prenons un exemple. Il y a cent ans, vivait une personne sur les bords du Gange qui fut appelée plus tard *Ramakrishna Pramhansa*. C'était un garçon qui n'était jamais allé à l'école. Né dans un tout petit village, dans une famille pauvre, il vint à *Dakshineswar*. Il devint peu à peu le prêtre du temple de *Kali*. Et il regardait cette *Kali*, non seulement comme sa mère mais il voyait en elle la force régulant et contrôlant le monde. *Maa, Ami Jontro, Tumi Jontri*, je suis un instrument entre les mains d'un pouvoir cosmique. Il se rendit compte que derrière l'idole, derrière le symbole, est la Vérité invisible. Il le découvrit.

Savez-vous ce qui en résulta ? Sa belle femme *Sharda* vint à *Dakshineswar* et ce même *Ramakrishna* qui avait découvert la vérité derrière le culte de *Kali*, adora sa femme comme la mère.

Ils étaient mariés. Ils étaient jeunes. Ils n'avaient pas fait vœu de célibat. La découverte de la Vérité n'était pas un effort de volonté. Ce jeune homme fut conduit à la maison d'une prostituée par *Mathurbabu*. C'était une jolie jeune demoiselle et elle était en train de chanter. *Mathurbabu* était convaincu qu'elle séduirait ce jeune homme, *Ramakrishna*. Mais *Ramakrishna* dit : « *Maa*, je vous ai vu dans le temple et vous êtes déjà venue ici ». Il voit la Vérité. Ce n'est pas une croyance. Ce n'est pas une crédulité. La perception est révolutionnée. La découverte de la Vérité est une chose dangereuse, sauf si on consent à vivre la vérité que l'on a comprise.

Laissons de côté *Ramakrishna*. Il y avait un couple, *Gangasati* et son compagnon de vie *Kahalubha*, qui vivait dans le district de *Bhavnagar*, dans le village de *Samdhiyala*. Ils comprenaient la Vérité et La vivaient. « *Hun Ane Maru, E To Mananu Che a Kaarana Paanbai, E Man Jo Cheel Dhani Mati Jai To, Ramadu Tamane Bavan Bar* ».

*Gangasati* et son mari ont vécu leur vie entière dans un petit village. La tradition ne les a pas empêchés de vivre la vérité qu'ils avaient découverte. Pourquoi nous empêche-t-elle de le faire ? Elle n'a pas fait obstacle à un jeune homme, *Narsimha Mehta* lorsqu'il fut expulsé de la maison. Elle n'a pas fait obstacle à *Meera*, cette belle jeune femme. Vous voyez ? Elle ne leur a pas fait obstacle car ils étaient prêts à payer le prix pour vivre la vérité. C'est simple, très simple.

Nous essayons de refuser l'évidence qui consiste à vivre la vérité. Il me semble qu'il y a une peur de vivre. Nous ne voyons pas que la Vérité est sa propre sécurité, que la liberté est sa propre protection. Soit nous ne voyons pas cela, soit nous avons peur de la vie, nous craignons la liberté, nous sommes effrayés par la religion.

Il y a des siècles, quand *Shankara*, un garçon de cinq ans, annonça à sa mère qu'il devenait "renonçant", toute la société du *Kerala* fut ennuyée. Comment peux-tu devenir un *Sanyasin* sans avoir été maître de maison ? Et le garçon répondit : « *Yat Aharev Virajet, Tat Aharev Pravrajat* ». A partir du moment où il y a, en vous, cette renonciation intérieure, vous avez le droit de vivre le renoncement extérieur.

Mais, lorsque sa mère mourut et qu'il revint auprès d'elle, il en paya le prix. Parce que le *Sanyasin* était revenu à la maison. Personne ne voulait toucher le corps de sa mère. Il dut le couper en morceaux et le porter jusqu'au lieu de crémation. L'histoire de l'Inde est remplie de tels individus comme *Shri Ramkrishna*, *Shri Ramana*, ou *J. Krishnamurti*. Chacun a payé le prix.

Les traditions ne doivent donc pas être rejetées. Elles ne doivent pas non plus être acceptées, elles doivent être comprises. Le sens de tout cela doit être compris.

Par ailleurs, peu d'entre nous ont l'intrépidité de se fier à la compréhension et au jugement auxquels nous sommes arrivés. Nous manquons d'assurance. Nous hésitons, pensant à ce qui arrivera si nous avons tort. Alors, qu'en est-il ? Si ma vérité n'est pas correcte, il est possible que j'hésite et je tirerai un enseignement de cette hésitation. Mais nous pensons : dans le cas où j'ai tort, laissez moi avoir la sécurité psychologique, laissez-moi faire ce que les autres font, suivre la foule, appartenir à la foule. La sécurité sur le plan social et psychologique sont pour nous prioritaires, mais ne sont pas la Vérité. Nous croyons que nous voulons la Vérité ! C'est ce que nous croyons.

Cela va être un peu difficile pour mes amis de tout enregistrer parce que l'intensité aujourd'hui a été forte. Je partage le cœur de ma vie avec vous. Alors, la voix, la modulation, la commodité du système, tout cela était en dehors de l'objectif de mon propos. Mais je ne vais pas m'excuser. Nous nous sommes rassemblés pour partager. Alors, pourquoi devrais-je vous ménager ?

### **Les Divisions Intérieures**

Beaucoup d'entre nous ont peut-être lu des livres sur le *Vedanta*, assisté au *satsanga*, écouté les discours sur le *Vedanta* et se sont sentis portés par eux. Ils ont apparemment un effet positif sur nos émotions. Nous admirons ces écritures mais vivons selon la tradition. J'ai un fils en âge d'être marié. Je dois lui trouver une femme, mais elle doit être de ma caste. Ou bien je dois trouver un homme pour ma fille qui soit de ma caste. « *Brahma satyam, Jagat Mithya, Jeevo Brahmaiva Na Para* », « *Sarvam Khalu Idam Brahman* », dans l'Ashram, dans le *satsang*. Alors que dans la vie de tous les jours, nous pensons autrement : « Mais pourquoi ne pas convertir les cent cinquante millions de musulmans en citoyens de second rang ? L'Hindouisme devrait être la base du nationalisme ! C'est le fondement ! »

Comment réconcilier le *Vedanta* avec cela ? Nous en faisons une conviction spirituelle à la mode – sans rapport avec la vie ! Au moyen âge, au temps de la renaissance culturelle en Europe, lorsqu'ils exploraient les superstitions et les mythes religieux, il y avait des effusions de sang et des batailles. Donc, intellectuellement nous acceptons.

Regardez le jeu que nous jouons dans la vie. Nous voulons être religieux. Nous désirons avoir la religiosité. Mais observez le jeu d'auto-trahison que nous jouons envers nous-mêmes.

Nous acceptons intellectuellement. Et dans la vie, d'un point de vue pratique, nous disons : « Non, non, je vais beaucoup contrarier mes amis. Cela m'est égal que ce soit une femme ou un homme de telle ou telle caste ou classe sociale, mais vous savez, c'est vis à vis de ma femme, de mon mari, de mes amis ! » Ainsi donc, il me semble qu'il n'y a pas seulement des contradictions dans nos vies mais aussi des divisions intérieures que nous justifions et défendons.

Lorsque j'ai utilisé le terme d'honnêteté impitoyable envers soi-même, j'avais en tête ce jeu d'auto-trahison qui continue au nom de la religion, au nom de la spiritualité. Alors, sommes-nous vraiment honnête au sujet de la religion et de la religiosité ? Existe-t-il un consentement à être vulnérable devant la vie ?

Voyez l'*Ashram Vyavastha* dans la société Indienne, la société Indoue. Il parle de *Brahmacharya*, *Gruhashthashram*, *Vanaprasthashram* et *Sanyasa*. Y a-t-il un consentement en moi à vivre vraiment l'état de *Sanyasa* comme l'*Ahram Chaturtha* ? Regardez les compromis que nous faisons même avec la tradition.

Nous prenons ce qui nous arrange psychologiquement et nous laissons le reste. Si vous suivez cela logiquement, avec une compréhension claire, alors vous devez lâcher-prise sur toutes les identifications – ma maison, ma propriété, ma famille, mon enfant, moi et mon. Nous disons : « *Namay Swaha, Rupay Swaha, Kulay Swaha, Gunay Swaha* ». Dans *Viraja Homa*, vous faites votre propre *Shraddha*. Allons-nous jusque là ? Non.

Une personne comme *Krishnamurti* dit : « Monsieur, après soixante ans vivez dans votre famille comme si vous étiez mort ». C'était sa façon de parler de la vérité. C'était sa manière d'initier les gens au secret du *Sanyasa*. Vivre comme si vous étiez mort, c'est-à-dire, aucune identification où que ce soit, aucun sens de la possession. Vous vivez avec des personnes. Elles ne vous appartiennent pas. Vous ne leurs appartenez pas. Vous n'avez aucune revendication à leur égard. Ainsi, nous ne pouvons pas jouer avec la vérité. Nous ne pouvons pas être désinvolte vis-à-vis d'elle. C'est là la difficulté.

Prenons un angle légèrement différent. Je lis des livres de psychologie. J'entends des propos sur la psychologie et je comprends intellectuellement, théoriquement. C'est comme cela que la compréhension commence. Elle pénètre le cerveau et s'infiltré ensuite dans chaque niveau de l'être. Mais cela doit commencer par le mot. Je comprends ainsi que ce que nous appelons l'esprit n'est qu'un amalgame de conditionnements. L'ego est un concept. Le moi est un concept. Dans la deuxième moitié du vingtième siècle, cette vérité a été mise en mots par des scientifiques, des psychologues et aussi par des enseignants qui étaient entrés en communication avec les vérités profondes de la vie. L'ego individuel ou le moi individuel, le soi, n'existe pas en tant que tel. C'est seulement un mode de fonctionnement. Nous avons été conditionnés pour fonctionner de cette manière, psychologiquement, cérébralement, neurologiquement.

Alors je comprends que l'esprit individuel n'existe pas et que l'ego est un concept. Je parle de cela. Quand je vis dans une famille et que quelqu'un dit quelque chose qui me blesse, je me mets en colère. Je comprends que c'est une réaction. Cette colère est une réaction et cependant, je reste en colère. Je veux exprimer ma colère, je veux revendiquer, je veux être le plus fort. Et si quelqu'un dit : « Allons, hier tu parlais de cela dans le groupe de rencontre, tu discutais si élégamment et aujourd'hui, tu laisses s'exprimer toutes ces réactions ! ». Alors je réponds : « Oui, c'est mon habitude. Vous savez, c'est une très vieille habitude ». Je ne permets même pas à la souffrance et à l'angoisse, d'avoir trahi ma propre compréhension, d'opérer en moi. Je recouvre cela de défense et de justification. Ne faisons-nous pas cela ?

Nous le faisons dans la religion, nous le faisons dans la psychologie. Alors, la question à un million de dollars est : « Est-ce que je veux sortir de tout ceci ? » La question du comment n'est pas importante. Cette question doit être le fondement de notre recherche, un fondement inébranlable à l'intérieur de moi.

### **La Communion avec le Divin de la Vie**

Ainsi, nous apprenons de nos échanges partagés ici que la religiosité exige l'intrépidité. Je n'ai pas vu d'insécurité dans ma vie. Toutes les fois que vous vous teniez dans la vérité et que vous la viviez, que le Divin vous a protégé, pas sous une forme personnifiée mais sous l'aspect majestueux de la vie cosmique, la sécurité, la protection étaient présentes. Vous n'avez même pas idée d'où ça venait.

S'il y a l'intrépidité et l'impulsion pour vivre en communion avec le Divin de la vie, cette Suprême Intelligence, qui imprègne le monde entier, si vous Lui donnez une chance d'opérer en vous, alors, la tradition Indienne appelle cela, capituler, le renoncement à l'ego. Vous savez, c'est le langage traditionnel que les jeunes gens modernes n'apprécient pas : Pourquoi devrais-je renoncer ? N'abandonne pas ! Donnez Lui une chance de fonctionner !

Les expressions anciennes de confiance ou d'abandon sont traditionnellement très lourdes de sens. De nombreuses nuances sont contenues dans le sens de ces mots. Ce sont les mots occidentaux. *Shraddha* est le mot sanskrit. « *Satye Pratishtita Dharana, Iti Shraddha* ». Avoir ses fondements dans la vérité que vous avez comprise est « *Shraddha* ». Le mot confiance ne nous dit pas la même chose. Mais j'ai vu la vérité : ce Cosmos, toute cette vie, n'est pas l'œuvre de l'homme, n'est pas façonné par ses pensées, ses concepts ou ses théories. C'est un phénomène qui s'auto-génère, tout est né de lui et vit en lui, et je suis moi aussi né de lui et vis en lui. Une fois que vous voyez la vérité, comment pouvez-vous alors vous sentir encore isolé ? Comment pouvez-vous encore avoir peur ?

De la même manière que le poisson naît dans l'eau, de l'eau, vivant dedans, nous sommes nés de cette Suprême Intelligence, cette *Chaitanya*, ce Divin. Ne suis-je pas en train de dire que la Vie elle-même est Divine, l'"Êtreté" de la Vie. Si vous êtes enraciné dans la vérité que vous comprenez, alors apparaît la confiance, *Shraddha*. Et lorsque cela se produit, le Je, le soi, l'ego, reconnaît le champ où il peut opérer, et aussi le champ où son mouvement est non pertinent. Ainsi, il agit sur le plan physique,

matériel et social. Mais lorsqu'il s'agit de la relation avec le Divin de la vie, le mystère de la vie, il relâche tout effort. Le maintien du relâchement de l'effort mental est appelé lâcher-prise, c'est le fait de se dédier, « *Samarpanam* ».

S'il vous plait, ne vous trompez pas sur l'expression « sans ego », mais comprenez son véritable sens. Dans ces moments sans ego, c'est-à-dire quand l'ego est devenu non-opérant, il n'a pas été détruit. Il devient inactif en tant que centre de la conscience. Il n'est pas la source de la perception. Il n'est pas la source de vos réponses. Ainsi, lorsqu'il est inopérant, suspendu, non actif et immobile, alors la Suprême Intelligence qui pénètre tout, imprègne tout, prend en charge votre être. Quand elle prend en charge votre être, et utilise vos sens, en agissant à travers lui, alors, ce que vous appelez la grâce divine est sur vous.

Pour parler dans le langage moderne, l'alliance entre la conscience individuelle et la conscience cosmique a eu lieu. Et selon la terminologie psychologique la plus récente, une transformation dimensionnelle dans cet individu a eu lieu. Un sacré bond s'est produit de la dimension du "je", du soi, du moi, vers la Totalité ou l'"Êtreté".

Ce matin, nous démarrions notre échange en disant que nous étions nés dans un pays où la conscience est très lourdement encombrée de conditionnements et où la vie est remplie de traditions, de coutumes. Alors, comment commençons-nous ? Où commençons-nous ? Que faisons-nous avec la vérité que nous découvrons ? Nous avons échangé aujourd'hui autour des implications et des conséquences de ces questions.

## CHAPITRE IV

### L'ESSENCE DE LA RELIGIOSITÉ

Les mots sont incapables d'apporter les nuances non-codifiées et non-standardisées indispensables à la communication. Il vaut mieux utiliser la communication non-verbale et le partage dans le silence que ces supports verbaux rigides que sont les mots.

Cela a été notre premier souci ici, de partager au sujet de la nature de la religion, de l'essence de la religiosité et de la façon et du sens de vivre cette religiosité en plus du travail quotidien de nos vies, nous qui sommes des gens ordinaires avec différentes obligations et responsabilités.

J'espère que vous avez bien saisi ce que nous avons vu ensemble la semaine dernière, à savoir que la religiosité, c'est être en communion avec l'ultime Réalité de la vie. Vous pouvez appeler cela Réalité, ou Dieu. Vous pouvez nommer cela Réalité, Divin, Suprême Intelligence, Êtreté, et après avoir utilisé ces mots, finalement trouver qu'il n'y a pas de mot pour la nommer. Les scientifiques disent aujourd'hui qu'à l'intérieur, derrière et sous la matière, est l'énergie. A l'intérieur, derrière et sous l'énergie, est le vide. Et dans ce vide est cachée la mystérieuse Source de vie.

Ceci étant un rassemblement d'amis principalement indiens, j'aimerais prendre la liberté de dire qu'il y a des milliers et des milliers d'années, du temps de l'ère Védique, la science de la conscience prédominait dans cette région appelée hémisphère Oriental. Et le Rigveda fut écrit.

Dans le dixième Mandala du Rigveda, il y a le « Nasadiya Sukta ». « Na Tatra Sat Asit, Na Asat Asit ». Avant que l'univers émane de la créativité de la Vie, il n'y avait ni vérité, ni mensonge, ni absence de vérité. « Na Tatra Mrutyuhu, Na Amrutam Hi ». Il n'y avait ni mort ni immortalité, ni jour ni nuit, et ainsi de suite. Les Vedas sont peut-être les meilleurs poèmes écrits en ancien Sanskrit que très peu de personnes dans l'Inde moderne prennent la peine d'étudier.

Ainsi, il semble qu'à la fin du vingtième siècle, les physiciens, les scientifiques sont en train de paraphraser ce que les anciens « voyants » avaient vu.

#### **Enfermer le Divin dans des Lieux de Culte**

La Réalité défie la verbalisation. Pour notre consolation et nos relations psychologiques imaginaires avec le Divin, il nous faut utiliser des mots. Ils doivent être utiles et pertinents pour notre satisfaction psychologique. Mais la vérité n'en n'est pas moins que la Source de vie, la Matrice de l'existence, le fondement de la Réalité, défient la verbalisation, laissant de côté toute définition ou description.

La seule chose que les mots peuvent dire est que Cela pénètre tout, Cela imprègne tout. Même dans la plus petite particule de matière, le Divin est présent. Maintenant, si nous comprenons cette vérité même verbalement, intellectuellement, n'est-ce pas

évident que nous devons nous harmoniser à cette présence Divine qui imprègne tout autour de nous ? Voyez cela s'il vous plait. D'une façon ou d'une autre, la race humaine semble avoir trouvé difficile de reconnaître la présence du Divin imprégnant tout, et a essayé de créer des espaces pour le délimiter.

Le Divin, la Divinité, devrait donc être limité aux temples, mosquées, cathédrales, synagogues et Gurudwaras. La Suprême Intelligence ne devrait pas oser regarder furtivement à l'intérieur de nos maisons et voir ce que nous y faisons là ou sur notre lieu de travail, et ne devrait pas nous questionner sur ce que nous sommes en train d'y faire. Elle devrait être satisfaite par les offices que nous faisons une, deux ou cinq fois par jour dans ces soi-disant lieux de culte. Elle devrait être satisfaite par les rituels et nos offrandes. S'il vous plait, comprenez cela. Ce n'est pas une satire. Cela semble être une tragédie. Il y a certains points où l'espèce humaine s'est trompée et a pris une mauvaise direction par rapport au développement de la civilisation ou de la culture.

Ainsi, l'espèce humaine semble avoir essayé partout dans le monde de restreindre le mouvement du Divin. Celui-ci ne devrait pas interférer dans ma vie personnelle. Cela ne devrait pas se produire. Il devrait respecter mon intimité. C'est difficile d'être religieux car nous ne pouvons échapper à Dieu. Nous ne pouvons échapper au Divin ou à la Divinité. Nous ne pouvons rien cacher à cette Sensibilité ou Intelligence qui perçoit tout, l'Intelligence Suprême, le Param Chaitanya, le Brahman, Allah, le Omkar, le Satnam. Notre difficulté est que nous ne pouvons échapper à la Présence. Nous choisissons d'accepter cette Présence dans les temples, mais nous aimerions bannir cette Suprême Intelligence des autres endroits. Alors, quand nous dansons sur l'air de nos pensées, de nos désirs, ambitions, jalousies et de notre colère, nous souhaitons que l'Intelligence suprême puisse rester tranquille même à l'intérieur de nous, et ne murmure pas à notre oreille que nous sommes en train de faire quelque chose d'indésirable, ou de nous tromper, parce qu'alors, la souffrance commence. C'est le Divin qui pose problème, qui continue à nous taquiner de l'intérieur.

Nous n'aimerions pas que l'Intelligence Suprême, le Paratman, la Mère, le Père, ou quelque soit le nom que vous Lui donnez, interfère lorsque, sans peur, nous mentons, lorsque, sans mobile, nous disons des mensonges, et lorsque, sans avidité et convoitise, nous proférons des mensonges. Nous savons que nous nous conduisons mal, mais ce n'est pas du ressort de cette Suprême Intelligence d'approuver, de percevoir et de nous rendre mal à l'aise !

### **L'Omniprésence du Divin**

Vous êtes assis avec un ami, et celui-ci ne mérite pas ce nom s'il dissimule ou cache la vérité que vous venez de rechercher et d'explorer avec lui (ou elle). Nous devons donc apprendre à nous réconcilier avec la présence imprégnant toute chose, non l'existence, mais la présence du Divin dans chaque goutte de notre sang, dans chaque particule de matière, dans les yeux de l'animal, dans la stabilité des arbres, dans les yeux et le comportement et les mots de nos semblables les humains. La religiosité requiert cette reconnaissance essentielle de la toute puissance, l'omniscience et l'omniprésence du Divin.

Nous ne pouvons Le définir mais Il est ici. Nous Le sentons. Nous aimerions ne pas Le sentir mais nous n'y pouvons rien. Tout le monde possède cette sensibilité. C'est notre destin. « Ishvara Sarva Bhutanam Hruddeshherjun Tishthati ». Ce qui s'est présenté au centre du temps et de l'espace, ce qui s'est Lui-même revêtu d'une forme, Ishvara, ce principe de vie, ce Chaitanya, cette énergie, cette Suprême Intelligence, est omniprésente. Partout où il y a déplacement, mouvement, énergie, ce principe basique fondamental de l'Intelligence est présent. « Ishate Rajate Sarvatra Iti Ishvarah ». « Ishavasyam Idam Sarvam, Yat Kinch Jagat-tyam Jagat ».

Poursuivons en présumant que nous, qui sommes assis dans cette pièce, voulons vraiment explorer la manière de rester unis à la Réalité, et reconnaître le fondement de cette vérité, de ce fait, de cette réalité de la vie.

Si nous reconnaissons ce fait, ne pensez-vous pas que les mots et les phrases cherchant à évoquer Dieu deviennent alors hors de propos ? Vous cherchez ce qui est caché. Vous ne cherchez pas ce qui est déjà là.

Un villageois, un fermier du village de Mandar dans le Rajasthan, a répondu simplement aux questions que lui posait un de mes amis très érudit venu des Etats-Unis dans les années soixante. Lorsqu'il demanda : « Croyez-vous en Dieu ? », le fermier montra le soleil et dit : « Devez-vous croire au soleil ? » Le professeur ne fut pas satisfait. Il prit une poignée d'argile et dit : « Regardez, c'est de la matière, c'est mort, croyez-vous en Dieu ? » Et avant qu'il n'ait pu jeter l'argile à terre, le fermier la prit dans sa main, l'embrassa et dit : « Dites-vous que ma mère la terre est morte ? Non, ceci n'est pas mort ». Et mon ami le professeur eu sa réponse.

Il n'est pas nécessaire de croire ce que vous voyez. Vous n'avez pas à chercher ce qui est évident. Nous avons découvert des moyens pour éviter de suivre cette présence. Si nous cessons de jouer à ce jeu, alors le Divin n'a pas à être cherché. Il n'a pas à être obtenu. Il est en vous. Vous émanez de Lui. Le poisson doit-il se procurer de l'eau ? Doit-il l'acquérir ? Non, il émane d'elle. De la même manière, nous émanons du divin, Cette Intelligence perceptive, Chaitanya, ce Brahman. Nos aïeux avaient leur propre langage. Il disaient : « Sarvam Khalu Idam Brahman ».

Ainsi, nous émanons de Lui, nous sommes nés en Lui, nous devons vivre en Lui et avec Lui. Nous oublions cela. Nous pensons que nous sommes nés dans une famille, que nous devons vivre avec une famille. Nous sommes nés dans une société, nous devons vivre dans la société. Nous oublions la nature. Le Divin s'est Lui-même orné des formes de la nature. Le « Un » a Lui-même revêtu le multiple. L'unité a pris le costume de la diversité. Donc, tant que nous voudrions séparer le monde du Divin, la forme du Sans-forme, la matière du Divin, nous échouons. C'est inséparable, indivisible, non-fragmentable. Si nous reconnaissons cela, alors comment allons-nous faire ?

### **Comment allons-nous Faire ?**

Le Divin est présent dans la matière au niveau matériel. Comment vivons-nous à ce niveau matériel au travers de nos sens ? Les sens, les organes des sens externes et

internes sont le moyen grâce auquel nous sommes en liaison, en relation avec le Divin. Donc, comment reconnaissons-nous, sur le plan matériel, que le Divin est présent ?

En premier lieu, nous Le reconnaissons sous la forme de l'énergie, l'énergie contenue dans la terre. Nous avons lu à ce sujet, nous avons entendu des commentaires à son propos, alors, avec une très grande confiance, nous semons les graines dans la terre. Voyez bien cela. Si nous n'avions pas confiance, si le fermier n'avait pas confiance en la créativité de la terre et les énergies diverses et variées contenues en elle, nous ne sèmerions pas les graines, nous ne ferions pas d'agriculture. Nous avons une immense confiance en la terre, en l'eau. Lorsque vous arrosez les graines, n'avez-vous pas confiance ? Vous avez eu confiance en le soleil. Vous attendez l'été pour brûler la terre et la préparer pour les semailles. Vous êtes reconnaissant envers la pluie quand elle arrive et qu'elle irrigue les champs où vous avez semé les graines.

Ainsi, nous reconnaissons la présence du Divin sous la forme de l'énergie. Par exemple, prenez l'énergie des rayons du soleil. À l'heure actuelle, la science médicale nous parle des minéraux, des vitamines contenues dans les rayons du soleil, les sept couleurs de la lumière. Toute chose a été analysée pour nous désormais. Alors, il est désormais facile de reconnaître le Divin dans l'énergie des rayons du soleil. Le Divin est créativité, inconditionnelle et inépuisable créativité. Nous appelons cela « Chaitanya », « Chitishakti ». Nous reconnaissons donc le Divin sous la forme de l'énergie. Et ces diverses énergies ont émané d'une source d'énergie unique, comme les sept couleurs dans les rayons du soleil émanent d'un soleil unique. Il y a dans les rayons de la lune comme un nectar qui emplit les récoltes, les plantes et les arbres de jolies couleurs et de goûts délicieux. C'est le rôle des rayons de la lune. De la même façon que le soleil nourrit, la lune joue un rôle complémentaire et même un rôle supplémentaire. Il y a diverses énergies et une source unique. Ainsi, nous reconnaissons que ces énergies ont la même source.

Maintenant, si j'ai reconnu que la matière n'est pas morte, que la terre est un être, ainsi que l'espace, les soleils et les lunes, qu'ils sont nos semblables, alors naît une attitude de respect. Nous avons été les saccageurs de la planète car nous n'avons jamais reconnu que la matière contient le Divin. Nous avons maltraité nos corps, ces temples et cathédrales du Divin car nous n'avons pas reconnu que le physique, que nous appelons le corps humain, est un mystère tout autant que le cosmos.

Nous nous débrouillons pour malmener, maltraiter le corps et les énergies qu'il contient, et ensuite, nous payons le prix sous la forme d'affections, de maladies, de nervosité, de souffrance et ainsi de suite. Nous devons avoir une nouvelle attitude scientifique envers ce que nous appelons matière et monde matériel. Albert Schweitzer appelle cette nouvelle attitude « hommage à la vie ». Nous devons avoir du respect pour la matière et le monde matériel. De cette manière, nous n'abuserons pas, nous ne nous malmènerons pas, nous ne nous maltraiterons pas.

S'il y a un réel respect, alors il y a la tendresse de l'amour qui l'accompagne. Votre façon de vivre en communion avec le Divin au niveau physique indique une nouvelle relation avec la matière. En premier, vous voyez que rien ne peut être séparé du Divin,

qu'il n'y a rien de terrestre et rien de séparément religieux ou Divin, rien d'exclusivement matériel et rien d'exclusivement spirituel. Tout est tissé ensemble. C'est une vaste danse d'énergies, innombrables, s'entremêlant, agissant réciproquement, changeant de formes et de couleurs. Ainsi, mon comportement avec le monde matériel change au travers de chacun de mes organes des sens. Quand mes yeux remarquent de la beauté, je ressens du respect pour elle, au lieu de me précipiter sur elle pour la posséder et m'en emparer. Partout où l'usage est nécessaire, garant du maintien de la vie, avec grande révérence, je cueillerai une fleur ou un fruit ou encore un légume et je l'utiliserai avec gratitude. Voyez-vous comment la retenue et la modération deviennent l'essence de la religiosité ? Donc, sur le plan physique, le fait d'amasser, de posséder ou de s'emparer pour satisfaire sa cupidité n'a pas de sens. Voilà la religiosité sur le plan physique.

En second lieu, mes amis, ce soi-disant monde physique ou matériel a la beauté de la nature toujours changeante. C'est une danse de changements sur le champ de l'immuable. C'est une danse de croissance, de déclin et de mort que l'on appelle disparition sur le champ de l'Impérissable. Voyez, la terre est ferme de façon à ce que vous puissiez marcher dessus. Le lit de la rivière est solide de façon à ce que l'eau de la rivière puisse couler dessus. L'Impérissable devient l'Êtreté, le fondement de la Réalité sur lequel le périssable s'épanouit, fleurit et se dissout. C'est une danse d'émanation et de dissolution. Émergence et dissolution forment un seul cycle. Rien n'est détruit. Je me demande si vous avez remarqué le fait que dans toute la littérature védique, il n'y a pas de mot pour destruction, ce fléau.

Cela change seulement de forme : « Rupantaram », mais il n'y a rien de mauvais comme une entité indépendante, comme la destruction et la mort ou comme une entité séparée. Il n'y a pas de dualité. Chaque chose est changeante. Qu'est-ce que cela m'enseigne ?

### **Le Non-Attachement**

Qu'est-ce que le Divin m'enseigne au travers de la danse du changement, de la croissance, du déclin, de la mort, de la disparition et de la forme changeante ? Si nous sommes ouverts et réceptifs, si nous voulons apprendre, alors il m'enseigne ceci : « Ne vous attachez à aucun des objets éphémères. Ne vous attachez à aucun animal, humain ou non-humain qui soit périssable. Vivez avec lui, appréciez sa compagnie, agissez conjointement avec lui, mais ne vous accrochez pas à lui. Ne développez pas de dépendance. Car votre attitude de dépendance amènera la souffrance. Le monde changera. Le monde matériel est en train de changer. L'esprit humain et ses dispositions sont en train de changer. Ne vous attachez pas à eux.

La dépendance psychologique est appelée attachement. Cette dépendance est le terrain fertile pour toutes sortes de souffrances psychologiques. Vous pouvez vivre en respectant l'indépendance, en agissant mutuellement, en partageant et en échangeant. Mais si vous êtes entraîné dans l'agitation du plaisir et dans le refus du déplaisir, alors le bon rapport et la bonne relation avec le monde matériel sont impossibles. Vous êtes coincé dans votre tendance à vous attacher, votre tendance à espérer, à vous accrocher

et à être dépendant. Votre vie est suspendue à quelqu'un. Mais l'autre est obligé de changer. Et ça continue ainsi de suite.

Donc, depuis l'enfance, j'ai appris de la vie que ce n'est pas rationnel ni intelligent de s'attacher émotionnellement ou de développer un type d'habitude pour dépendre de quelque chose qui est éphémère et changeant. La manière d'être en relation devient scientifique, dans l'austérité de l'amour et non dans l'excès de complaisance liée à la convoitise et à l'avidité.

### **La Communion sur le Plan Physique**

Vous voyez que nous sommes en train de parler de spiritualité scientifique. L'approche de la spiritualité, de la religion, de l'éthique à l'aire de la science, doit être scientifique. Il devrait y avoir un nouvel esprit dans cette époque scientifique. C'est pourquoi les vieilles normes, les vieux critères et codes de conduite se sont effondrés. Vous pouvez leur donner les béquilles de vos croyances et de votre crédulité. Mais ils seront mis à l'épreuve. Leur validité sera éprouvée sur les bases de la rationalité, de l'examen et de la recherche scientifiques. Sur le plan physique, vous restez en communion avec le Divin si vous reconnaissez les énergies et que vous inter-agissez avec elles sans attachement ou répulsion.

Le fondement de la Réalité est là. Le fondement de la Réalité n'est pas dans une quelconque abstraction ou théorie du Divin. Le Divin est ici et maintenant. Vous ne pouvez pas Lui échapper. Ainsi, nous devons prendre conscience de Sa présence et apprendre à vivre avec Lui. Nous devons éduquer nos sens. C'est ce que fait la science du yoga grâce à Yama, Niyama, Asana, Pranayama, Pratyahara, Dharana et ainsi de suite, qui sont les huit chemins qui se croisent et conduisent à l'auto-purification grâce à l'éducation au niveau des sens, au niveau verbal et au niveau mental. Alors, il y aura un équilibre, une sérénité sur le plan physique. « Samatvam Yoga Uchyate ». La sérénité non de manière abstraite dans le mental ou les pensées, par une conviction au sujet d'une théorie, mais bien ici, au niveau des sens. Le comportement s'équilibrera sans effort de volonté, sans que soit imposé un code de conduite. Comprenez bien cela.

En dehors de la compréhension, de la reconnaissance d'un fait, de la réconciliation avec la présence du Divin, il y aurait une nouvelle attitude, une nouvelle qualité, une nouvelle manière de se comporter sur le plan sensuel. Alors vous ne seriez pas surpris par le fait qu'une personne appelée Ekanath ait pu voir le Divin sous la forme d'un singe assoiffé et lui ait donné l'eau qu'il avait apportée pour Rameshwara. Il n'avait pas pris cette rencontre pour un miracle. Il avait vu, il avait reconnu en lui le divin. Ainsi, ce qu'il y avait dans le temple de Rameshwara et ce qu'il y avait dans le singe assoiffé courant dans la rue était la même chose pour Ekanath. L'Union doit être vécue, mon ami, ce n'est pas une simple idée.

### **La Communion sur le Plan Verbal**

Qu'est-ce qu'implique le fait d'être en communion avec le Divin sur le plan verbal ? Nous voulons trouver comment vivre religieusement dans la vie de tous les jours, n'est-ce pas ? Alors, commençons par le tout commencement.

En tout premier lieu, je ne dois pas utiliser l'énergie du son sous la forme des mots comme une arme. « Ahimsa Pratishtayam, Tat Sannidhou Vairatyagah ». Vous avez lu cela, vous devez l'avoir appris dans les écoles de yoga qui sont si nombreuses en Inde. Je suis désolée, je ressemble plus à un enseignant qu'à une amie. Mais nous avons tant de choses à partager.

Ainsi, au niveau verbal, je n'aime pas être heurté par les mots, leur intonation, leur tonalité de voix, leurs accents, leurs prononciations. Je ne dois pas utiliser le langage, les mots pour blesser quiconque, pour le heurter, l'insulter ou l'humilier. L'énergie du son est sacrée. C'est l'émanation du Divin en moi. De quel droit puis-je l'utiliser pour détruire ? Comment puis-je l'utiliser quand elle n'est pas nécessaire ? La relation à la parole et à l'expression verbale change. Une sorte de retenue remplie de respect pour le son, Nada, pour l'énergie de Nada, et aussi de respect pour le corps dans lequel elle est contenue.

Alors, le langage excessif, le langage compulsif disparaît. Voyez l'importance de l'éducation. Vous pouvez l'appeler Sadhana, vous pouvez l'appeler auto-éducation ou d'une toute autre manière. Les noms n'ont pas d'importance. Et la façon dont je le fais, la façon dont vous le faites, dépend de notre propre sensibilité. Il ne peut y avoir un code qui, comme un rouleau compresseur, impose à tout le monde de faire vœu de silence durant des heures. Vous voyez, ce n'est pas nécessaire. Nous sommes des personnes éduquées et responsables. Nous avons envie d'une vie religieuse. Donc, s'il y a une envie, s'il y a un élan, alors l'utilisation de l'énergie du son au niveau verbal sera empreinte de respect et de retenue. Il me semble que la plupart d'entre nous souffrons d'un usage excessif du langage. Nous pouvons nous exprimer en une phrase, mais pour le plaisir de parler, nous en utilisons quatre. Ainsi, la relation au niveau verbal, avec le langage et les mots doit changer.

C'est arrivé à beaucoup de personnes de dire dix fois par jour très facilement : « je n'ai pas voulu parler de cela ». Ce qui veut dire que lorsque la personne a parlé, il ou elle n'était pas attentif à ce que, il ou elle, était en train de dire. Pourquoi prononcez-vous des mots que vous ne voulez pas dire ? Comprenez bien cela. Vous vous trompez vous-même en laissant de côté l'autre personne. C'est une tromperie envers vous-même qui coûte cher, vraiment cher, qui cause des dommages dans la psyché, et qui pollue et contamine la conscience. Mais ils disent très tranquillement : « Oh, je n'ai pas voulu dire cela, je dois l'avoir dit sous le coup de la colère, je dois l'avoir dit sous le coup de l'impatience ». Pourquoi ? Impatience, colère sont des déraillements et des déséquilibres temporaires. Le déraillement est un terme technique, alors nous ne devons pas l'utiliser. Sortir des rails, vous savez, est quelque chose d'habituel pour les chemins de fer Indiens. Ils sortent des rails et nous, les êtres humains, sortons aussi des rails ! Voyez-vous cela ?

Donc, nous utilisons de manière responsable cette faculté de verbalisation qui est une chose merveilleuse. La musique, le théâtre, la littérature, les philosophies, les sciences sociales, les sciences naturelles n'auraient pas existé si nous n'avions pas eu cette faculté. Alors, il devrait y avoir du respect pour l'énergie de « Vak », la parole, et du respect pour le son. Mes chers amis, je suis entrée dans les détails intentionnellement,

parce que le son semble être le principe premier derrière la création. Non le mot mais le son, le son et le principe du feu, et la lumière qu'il contient.

Le son est un prolongement du silence. Il est la première émanation provenant du vide du silence. Akasha est ce qui contient le son. Le son est contenu dans le vide, et les scientifiques disent que les univers émanent du vide compressé. C'est leur dernière théorie. Voyez comment la métaphysique et la physique se rencontrent. Elles convergent vers le même point.

Ainsi, lorsque je parle du respect de l'énergie du son, je parle du respect du Divin qu'il contient, de la créativité contenue dans ce mot. Une parole peut être purifiée grâce à « Satyam », la sincérité, et grâce à la fidélité, si nous ne nous trahissons pas nous-mêmes. Le sentiment religieux deviendrait si facile si nous ne trahissions pas notre compréhension, si nous ne nous décevons pas. Alors les choses deviendraient très faciles.

### **Observer la Structure de la Pensée**

Mais poursuivons. Demeurant dans l'Union, immergé dans le fondement de la Réalité, dans la Source de l'existence - ne convertissons pas ce mot, immersion, en quelque abstraction. Cette immersion doit être vécue. Ce n'est pas quelque chose à saisir intellectuellement, comme une théorie ou une idée, et à stocker dans la mémoire. La Vie est faite pour être vécue et l'acte de vivre est l'accomplissement de la vie, même si elle apporte plaisir ou douleur, honneur ou humiliation. Quand je reviens au niveau mental, alors je réalise que ce niveau conceptuel et mental, cette structure de la pensée, est une création de l'espèce humaine.

Nous partageons avec le cosmos tout entier les aspects biologique, physique et verbal. Désormais, intervient ce que nous appelons la structure de la pensée, l'esprit, créée par l'espèce humaine. Elle est précieuse bien qu'elle soit une construction et une création de l'espèce humaine. Nous sommes ses produits. Alors je veux montrer du respect pour ce « Je », le moi, la structure de la pensée, l'ego, ou quelque soit le nom que vous lui donnez. Je veux lui exprimer mon respect, tout d'abord en essayant de le connaître par l'observation. Je veux voir ce qu'il est, pas seulement le croire. De la même manière qu'il y a des croyances religieuses, il y a des croyances psychologiques, de la crédulité psychologique. La crédulité au niveau des théories psychologiques est aussi dangereuse que celle en rapport avec les croyances de ce que l'on appelle le religieux ou le théologique.

Lorsque, grâce à l'observation, j'ai découvert les points faibles, les qualités, les facteurs de déséquilibres, les perversités, alors, dans le mouvement de mes relations, je me comporte dès le début avec responsabilité, de sorte que la perversité, la perversion, les faiblesses n'altèrent pas mon comportement et ne le déstabilisent pas. Elles sont là. Je les ai vues. De sorte que lorsqu'elles apparaissent, je suis sur mes gardes. Je dois être sur la défensive et ne pas les laisser contaminer ma façon de répondre. C'est encore le royaume de l'effort, l'effort d'être conscient, l'effort d'être alerte, en sentant leur présence et en ne les laissant pas contaminer et polluer mon comportement.

Dans notre langage indien, c'est appelé « Viveka ». Le mot anglais discrimination n'a pas un sens aussi riche. Alors, j'hésite à utiliser le mot discrimination. Mais soit ma connaissance de l'anglais est limitée, soit ce mot anglais n'a pas une aussi riche signification que le mot « Viveka ». Même phonétiquement, sémantiquement, le Sanskrit semble être un langage très riche, même s'il est ancien.

Donc, il devrait y avoir un nouveau sens de responsabilité dans le comportement envers autrui. Je ne devrais pas justifier mon comportement, mon impatience, mon déséquilibre en disant que c'est ma nature, que c'est mon habitude. Et cela parce que mon comportement deviendrait alors anti-social. Maintenant, si cela s'est produit, alors, comme un chercheur, un explorateur, je dirais que je suis réconcilié sur le plan physique, verbal et aussi mental. Un nouveau sens de responsabilité, de discrimination a vu le jour. Un changement s'est produit au niveau de la qualité de mon comportement avec les autres. Jamais je n'aurai l'inattention de laisser s'échapper les mots inadéquats de ma bouche. Jamais je n'aurai l'inattention, l'insouciance, l'absence d'esprit de laisser les faiblesses, les déséquilibres se glisser dans mes réponses et les contaminer. Je me suis désormais éduqué pour tout cela. Quelle est la suite ?

### **Le rôle du Silence**

Ceux qui sont vraiment concernés ont une envie irrésistible de chercher ce qu'il y a au-delà de cette énergie mentale, cette énergie de la pensée, qui a été construite, canalisée, utilisée, qui a créé des sillons de traditions et de conditionnements. Y a-t-il quelque chose au-delà ? Ou bien est-ce que l'esprit, la structure de la pensée, le mouvement du mental représentent la fin ? Je voudrais le découvrir. Alors le rôle du silence entre dans la vie d'une personne. Si le mouvement du mental ne cesse pas, la perception, le ressenti de ce qu'il y a au-delà, grâce à la sensibilité, ne peut pas avoir lieu. Alors, logiquement, je dois maintenant m'éduquer moi-même en me mettant dans un état de non-action, physiquement, verbalement, et mentalement. Je dois m'éduquer moi-même de façon à ce que tous les mouvements volontaires soient suspendus.

C'est la partie difficile. L'ego dit : « Je trouverai ce qui se passe dans le silence. Laissez-moi expérimenter le silence. » Cela n'a pas d'intérêt de laisser quelque chose se produire là où il n'y a rien à acquérir, une nouvelle acquisition, une nouvelle possession, une perception extra-sensorielle, des expériences transcendantes, ou tout autre chose. Ainsi, il dit : « Ce silence n'est pas intéressant. » Il est intéressé par la technique, les formules, une méthode de concentration, car il veut au bout de l'effort s'approprié quelque chose. Et ici, lorsque le mouvement de l'esprit, la structure de la pensée cessent, alors l'ego, le Je, le Soi, le moi, devient subitement inexistant, et non-opérant. Il semble comme mort.

Ce n'est pas que nous soyons effrayés pas la mort physique. Nous avons plus peur de la mort de l'ego. Ainsi, les gens ont peur du silence. Les gens ont peur quand il y a le vide du silence en eux. Si par chance, le mouvement de leur mental cesse, il n'y a plus de mouvement à l'intérieur d'eux, ils ont peur, ils se sentent étouffer, parce qu'ils sont habitués au mouvement de la pensée, d'une idée, d'un mot. Nous sommes habitués à la tension, à la pression. Et lorsque le mouvement du mental s'arrête, il y a une relaxation

holistique, complète, et rien ne se passe. Rien ne bouge, rien n'arrive et la personne habituée au mouvement, habituée au bruit ou à la tension d'une pensée, se sent perdue. « Je ne sais pas ce qui se passe en moi ». Pourquoi devriez-vous savoir ce qui se passe ? Laissez-le se produire. Nous voulons interpréter. Nous voulons analyser les expériences, mesurer leur religiosité. Vont-elles stimuler quelques pouvoirs en moi, quelques « siddhis » ? Vous savez, notre intérêt n'est pas religieux. Parce que même si le soi, le moi, acquiert des expériences transcendantales, des expériences occultes, il y a l'expérimentateur, il y a l'expérimentation, et il y a l'expérience elle-même. Ce que vous êtes en train de faire physiquement, en tant que celui qui fait l'expérience, qui est en train de la faire, et qui obtient le résultat de l'expérience, comme par exemple la sensation de plaisir, se déploie au niveau du mental.

Développez les facultés, les pouvoirs latents de l'esprit, si c'est ce qui vous intéresse. On peut suivre des techniques, développer des pouvoirs, errer dans le transcendantal, le « Shaktipat », le « Kundalini Jagruti », etc. Il ne s'agit pas de religiosité. Si l'on est intéressé par ces pouvoirs, on est libre de les obtenir. Développer les pouvoirs, les utiliser comme thérapie, aider les gens, tout cela peut être fait. C'est du bon travail, une activité sociale. La religiosité n'est pas une activité sociale.

Les gens se sentent perdus parce rien ne se passe. Rien ne se passe pour qui ? Pour ce qu'il pense être leur « Je » séparé. Comme ils pensent être une entité séparée, rien ne se passe pour eux, en tant qu'individu séparé. De toutes les divisions, ils sont revenus à leur entièreté. Même la division, la division sujet/objet, le Je, le moi, le non-moi, le « Asmat », « Yushmat Pratyaya », tout cela a disparu. Ainsi, cette dissolution, cette dissolution temporaire du sentiment de division, du sentiment de séparation est perçue comme une mort et les gens sont effrayés.

Il ne s'agit pas de la mort de l'ego. Il ne s'agit pas de sa destruction. C'est seulement que le centre, l'ego comme centre de la conscience, est devenu non-opérant. Une dimension différente de la conscience est apparue. Mais cela prend du temps. S'il existe un élan pour découvrir ce qu'il y a au-delà du cerveau, de l'esprit, et qui émerge dans le fondement de la Réalité, l'Essence existentielle, alors, le passage au travers du tunnel du vide, ce tunnel de silence, semble être une étape nécessaire.

Ce n'est pas la destination. Parce que si vous laissez ce silence, cette relaxation totale, cette entièreté de l'être, demeurer ici, en tant que dimension opérante, alors de nombreux pouvoirs se développeront vraiment dans cet état. Quelque chose de prodigieux, une qualité magnétique naît chez la personne, et, à moins qu'il n'existe un élan, un élan profond pour s'unir avec la Réalité Suprême et que la personne n'ait pas de curiosité au sujet de ces pouvoirs, qu'elle ne soit pas tentée de les utiliser pour quelque propos que ce soit, alors, ces pouvoirs développés seulement dans le silence se calmeront aussi, comme se calme le mouvement de la pensée au niveau du mental.

### **Nous Ré-Eduquer Nous-mêmes**

Par chance ou par malchance, nous ne pouvons échapper au Divin. Non seulement parce qu'Il nous entoure, mais parce qu'il est aussi en nous. Il est partout. Ainsi, nous devons nous réconcilier avec l'omniprésence du Divin. Nous ne pouvons l'attendre et,

en même temps nous cacher de son regard ! Nous voulons faire ce que nous voulons, quand nous le voulons, comme cela nous convient, hors de la vue et de la perception de l'Intelligence ! Vous ne pouvez pas chasser le Divin et l'enfermer dans les territoires que l'homme a réservés.

J'ai visité l'Australie une demi-douzaine de fois. Là-bas, il y a des réserves. En Inde aussi, il existe des réserves pour les tribus, les Adivasis. Nous avons donc créé des réserves sophistiquées au nom de la religion et nous voulons que le Divin y soit strictement confiné ! Malheureusement, C'est un rebelle incorrigible ! Vous vous tournez vers la matière, Il est là ! Vous vous tournez vers les énergies, Il est là ! Vous vous tournez vers votre corps, Il est là !

Ainsi, lors de notre ré-éducation, nous devons vraiment désapprendre beaucoup de choses. Nous devons passer du niveau de la perception, à celui de la connaissance, puis de la réalisation et enfin à celui de la relation. Nous avons donc parlé de notre ré-éducation, au niveau sensoriel, au niveau verbal et au niveau mental. Nous avons parlé de ceux qui voudraient aller au-delà, explorer cet au-delà, et découvrir ce qu'il y a au-delà du temps et de l'espace, au de-là du cerveau et de l'esprit, au-delà de toutes les dimensions que l'homme a créées, au-delà de tous les concepts avec lesquels nous avons été élevés, qui nous ont nourris, et grâce auxquels nous avons vécu. Nous avons parlé de la transcendance de tout cela. C'est un événement formidable, vous ne pouvez pas demeurer le même après la transcendance.

S'il y a consentement à cette transformation ultime, cette mutation, cette révolution holistique, alors l'exploration du silence, avec le retour au calme des énergies présentes dans ce silence, sera nécessaire.

## CHAPITRE V

### DEUX APPROCHES DE LA RELIGION

Je me demande si vous aimeriez aborder la question des approches traditionnelle et non-traditionnelle de la religion, leurs implications dans la vie quotidienne ainsi que les outils que l'on a pour vivre ces deux approches.

Il semble nécessaire de distinguer ce qui est tradition de ce qui est convention. En Inde, la tradition culturelle est la tradition védique. C'est un très vieux pays et les Vedas représentent le fondement psychique de la civilisation indienne. Les quatre Vedas, les cinq cents Upanishads, les six systèmes de la philosophie indienne représentent la tradition intellectuelle. Le Ramayana, le Mahabharata, le Bhagawatam constituent les bases émotionnelles de la tradition culturelle. Les Vedas, les Upanishads et les six systèmes de philosophie ont été interprétés par de très éminents érudits, libérés, comme Shankara, Madhva, Nimbarka, Vallabhacharya et d'autres. Basées sur ces interprétations, des conventions ont surgi dans la société.

Ainsi, l'approche traditionnelle implique d'accepter l'autorité de ce qui est communiqué dans les Vedas, dans les Upanishads et dans les six systèmes de philosophie indienne, et de choisir l'une d'entre elles. Quand nous prononçons le mot « convention », nous nous référons aux interprétations des commentaires, non aux textes originaux des Vedas ou des Upanishads. Comprenez, s'il vous plait, la différence entre les deux. Ceci est juste pour attirer votre attention sur la différence de sens entre les mots convention et tradition.

#### **L'approche traditionnelle**

L'approche traditionnelle et conventionnelle de la religion implique par conséquent que vous acceptiez l'autorité d'une théorie sur la nature de la Réalité, la théorie de la dualité, de la non-dualité, qui explique la dualité et ainsi de suite. Vous acceptez l'autorité de l'interprétation, l'autorité de l'interprète et des commentateurs vivants ou morts de la littérature védique.

Ainsi, vous acceptez la théorie, il s'agit de l'acceptation intellectuelle de celle-ci. Voyez-vous ce que cela implique ? Lorsque j'accepte la théorie de la non-dualité, j'ai déjà déterminé la finalité. J'ai déjà déterminé la nature de la Réalité, et le fait que cette Réalité est non-duelle. La finalité est déterminée si vous acceptez la dualité ou la non-dualité. La nature de la Réalité est fixée dans votre esprit. Et maintenant, vous devez chercher cela. L'approche traditionnelle implique l'acceptation de la théorie sur la nature de la Réalité ultime.

Alors vous acceptez le commentateur de cette théorie, son interprète, et voici qu'arrive l'acceptation de l'autorité d'une personne. Le troisième aspect du fait d'accepter l'autorité implique l'acceptation du mécanisme, de la méthodologie, de la technique, de la formule, indiquée par l'interprète ou le commentateur. Il s'agit d'une triple

autorité. L'approche traditionnelle suppose l'acceptation de cette triple autorité : l'autorité d'un système, d'une technique ou d'une méthode, l'autorité d'une personne et l'autorité du concept sur la nature de la Réalité ultime.

C'est de cette façon que la psyché indienne a fonctionné, lourdement chargée, encombrée par des théories sur l'ultime Réalité. Elle est remplie de différentes interprétations de ces théories et d'influences émotionnelles de personnalités respectant l'église et le dogme. Ceci a donc représenté la voie habituelle pour être dans le sentiment religieux.

Cela vous donne un sentiment de sécurité intellectuelle car vous n'avez pas à exercer votre intelligence, votre sensibilité, vous n'avez pas à explorer. Qu'y a-t-il à explorer lorsque la théorie sur la nature de la Réalité est déjà acceptée ? Cela doit seulement être cherché mais il n'y a rien à apprendre. Comprenez bien cela, voulez vous. Nous sommes en train de parler des aspects sérieux et fondamentaux de la religiosité, de la crise qui existe dans la psyché indienne. Il n'y a rien à apprendre, il y a tout à acquérir : acquérir l'information au sujet des théories, acquérir l'habileté dans le maniement des techniques et des méthodologies, acquérir l'habileté dans la propagation de ces idées et être transformé en une personne religieuse fort séduisante.

Donc, il y a la sécurité intellectuelle grâce aux théories, et la sécurité émotionnelle grâce aux personnalités, aux systèmes et aux structures. Si nous avons besoin de cette sécurité émotionnelle et intellectuelle, alors il vaut mieux que nous allions sur la voie traditionnelle et que nous suivions ce que nous appelons les conventions religieuses. À moins qu'il y ait une volonté d'apprendre et d'explorer la nature de la Réalité grâce à la voie sans chemin de la méditation et de la solitude psychique, il vaut mieux suivre la voie traditionnelle. La tendance à acquérir que possède l'ego est satisfaite car il obtient en premier lieu la connaissance verbale, puis les expériences au travers de la pratique de certaines méthodes, etc.

Vous savez, c'est une personne née et élevée au beau milieu de tout cela qui vous parle. Je ne dis pas cela de manière irrespectueuse ni dans un sens attentatoire. Mais les gens essaient de compromettre le traditionnel avec le non-traditionnel. Ils imaginent vouloir la liberté, alors qu'ils cherchent seulement la sécurité émotionnelle, intellectuelle et psychique.

Il est donc préférable que nous perdions nos illusions au sujet de nos motivations et de nos attentes, et que nous soyons au clair avec nos peurs, nos ambitions et tout le reste.

Tout d'abord, voyons qu'il ne peut y avoir de compromis entre la recherche traditionnelle et la non-traditionnelle. L'une commence par l'acceptation de l'autorité et l'autre par une approche non-autoritaire.

Sans l'acceptation, sans le rejet, sans l'accord ou le désaccord, sans le fait de se conformer, ou de se rebeller contre quelque chose, il s'agit de se renseigner, d'apprendre, de découvrir avec l'humilité sans peur de quelqu'un qui est en quête. Un chercheur a de l'arrogance car il sait ce qu'il est en train de chercher. Et un étudiant,

quelqu'un qui cherche à savoir, possède une humilité sans borne car il commence en disant : « Je ne sais pas et j'aimerais découvrir ».

C'est cette approche traditionnelle, commençant par l'acceptation de l'autorité, promettant l'indépendance et la liberté au bout du voyage, qui a propagé l'idée que sans un gourou on ne peut pas se libérer. Vous ne pouvez pas pénétrer en profondeur dans la religiosité si vous ne vous abandonnez pas entre les mains du gourou. Cette nécessité de la présence d'un professeur ou d'un gourou a été démesurément accentuée dans la société indienne.

Maintenant, nous l'avons exportée en Europe, en Amérique et dans les autres pays, inhibant la psyché des non-indiens grâce au même concept de l'autorité, du copiage, de la conformation, et de la répétition. En échange nous avons accepté l'autorité de leurs théories économiques, et technologiques. Nous n'avons pas exporté en vain ! L'exportation est accompagnée de l'importation. Nous avons donc accepté aveuglément leur théorie selon laquelle le progrès est assimilé à la technologie. Nous avons accepté leurs théories économiques sur les échanges et le commerce, sur le profit et les pertes à la place du partage et de la vie en communauté. Nous avons accepté leur psychologie de l'individualisme et de la confrontation au lieu de la fraternité et de la coopération, et au lieu du face à face de la communication. Et cet échange se poursuit !

### **L'approche non-traditionnelle**

Au tout début, lorsque je rentre chez moi et que je désire devenir un pèlerin, un pèlerin sur le chemin de la vérité et de la réalité, je dois savoir où je me situe exactement. Ceci est nécessaire au stade initial, de sorte que la peur de l'inconnu, la peur de l'infini, le fait que la vie soit inconnaissable et incommensurable, ne dérange pas ma paix, n'entrave pas mon exploration ou ne me frustre en aucune manière.

Ainsi, l'intrépidité, l'intrépidité psychique, intellectuelle et émotionnelle est indispensable dès le début de la recherche, pour trouver non pas la liberté à la fin du voyage mais la liberté au tout début de la recherche et de l'exploration.

Je me demande si vous réalisez bien la nature pénétrante de l'approche non-autoritaire de la réalité ou de la religion. Cela implique, n'est-ce pas, que le dernier mot au sujet de la nature de la réalité, au sujet du divin, de Dieu, n'ait pas été prononcé.

Voir les implications et découvrir si l'on reconnaît cette vérité et si l'on y est fidèle, est une chose très audacieuse. La science n'a pas dit son dernier mot. Des théories sur la physique établies durant la première moitié du dix-neuvième siècle furent écartées dans la seconde moitié. Certaines théories de physique de la première moitié du vingtième siècle ont, elles aussi, été écartées. Un scientifique n'a pas l'impression de violer la dignité d'Einstein lorsqu'il s'interroge sur la validité de la théorie de la relativité ou sur celle de la nature atomique du temps et de la réalité, en remplaçant ces théories par de nouveaux postulats. Il y a une démarche d'expérimentation dans la science, la physique, la chimie, la biologie, la psychologie, etc. Il me semble nécessaire que nous introduisions cette démarche d'expérimentation dans le domaine

de la religion et de la spiritualité, sans accepter la théorie, sans essayer de s'y conformer, de la répéter ou de la suivre.

« Manushyanam Sahastreshu Kashchit yatati », il y en a un parmi des milliers, nous sommes vraiment très peu à oser aimer la vie. Pour la plupart, nous avons peur de la vie. Vivre fait peur, alors on met en place des protections, on trouve des méthodes, des techniques, des formules pour savoir comment vivre et comment chercher.

### **Avons-nous peur de la vie ?**

Ma deuxième demande ce matin est : avons-nous peur de la vie ? Si nous avons peur d'être seul avec la vie, sans l'intervention d'une personnalité, sans la protection d'une théorie, alors nous ne pouvons pas apprendre ou découvrir. Nous voulons comprendre le sens de la vie. Pour comprendre le sens de la vie, nous devons avoir une rencontre directe, immédiate avec la vie, et non une rencontre ou un contact avec elle à travers des théories ou des personnalités. Mais dans la sainteté, le sacré de la solitude, nous devons être avec la vie telle qu'elle est, à l'intérieur de nous comme à l'extérieur.

Ainsi, nous devons découvrir si la peur de la vie est présente. Les gens pensent qu'ils ont peur de la mort, mais on a vu que la plupart d'entre nous avons peur de la vie et aussi de vivre. Nous avons besoin d'une théorie grâce à laquelle nous vivons, d'une personnalité qui nous protège pendant que nous vivons, et de la couverture d'une église, Sampradaya, etc.

Donc, depuis le tout début, nous cherchons à savoir si nous voulons une approche traditionnelle ou non-traditionnelle. Dans l'approche non-traditionnelle, nous serons laissés seuls avec la vie, intellectuellement et émotionnellement. Je ne suis pas en train de dire qu'il faut fuir la société. Sur le plan physique, vous serez dans la société, gagnant votre vie. Si vous êtes marié, vous serez avec votre famille. Si vous n'êtes pas marié, vous serez seul. Cela est clair. Je suis en train de parler de la religion, de la poursuite de la religion, de sa quête, de sa recherche et de sa nature, de sa particularité. Nous allons dans ce sens avec décontraction !

C'est ce besoin psychologique d'être avec un groupe, une foule, une troupe qui a dû pousser les disciples de *Bouddha* à créer une *Sangha*. Le *Bouddha* a dit : « *Atma Deepo Bhava* ». Soyez une lumière par vous-même, comprenez ce que je dis. Ne vous attachez pas à ma personne. « *Sarvam Kshanikam, Sarvam Dhukham, Sarvam Anityam* ». Celui qui disait cela, n'attendait pas que ses disciples ou ses partisans fassent un Dieu de lui. « *Anatta, Anatma* » est un des enseignements de base du *Bouddha*. Mais ils firent de lui un Dieu. Ils créèrent une théorie à partir de ce qu'il leur disait. C'était de la transmission orale. Ils pouvaient appeler cela enseignements. Mais ils l'avaient converti en théories et objets de propagation. La même chose aurait pu arriver à *Mahavira*, qui parlait de "*Kaivalya*" alors que *Bouddha* parlait de "*Nirvana*". Qui veut le "*Nirvana*" ? Qui veut "*Kaivalya*" ?

Il semble donc qu'il y ait une peur basique de la vie et un besoin psychologique d'être protégé et non d'être conseillé. Les conseils sont disponibles dans les livres, dans les

enseignements. Les lignes de conduite sont fournies. Les paroles existent. Nous voulons plus que cela. Voyez le bien.

Dans les paroles, dans les enseignements du Christ, il ne fut jamais question de créer une église. De beaux enseignements de premier ordre furent donnés dans le "sermon sur la montagne", dans les paraboles et à travers la vie entière du Christ. Mais on a peur de la vie, on a peur d'être vulnérable à la vie telle qu'elle est.

Ainsi, les traditions ou les conventions en elles-mêmes ne sont pas des chaînes. Mais notre attitude envers elles peut créer des chaînes. Elles ne sont pas des obstructions ni des obstacles. Mais ce que nous faisons avec elles peut créer une obstruction, une inhibition ou un obstacle.

Donc on doit se demander s'il existe un consentement, sans aucune réserve quelle qu'elle soit. Beaucoup n'arrivent nulle part et au crépuscule de leur vie, ne possèdent que des coquilles vides de mots et de théories. Un sentiment d'épuisement et de fatigue psychique, si ce n'est de frustration, envahit beaucoup de mes semblables dans la plupart des pays où j'ai voyagé ces trente cinq dernières années.

## **CHAPITRE VI**

### **LA MÉDITATION**

Mes amis, je voudrais partager avec vous quelque chose au sujet de la méditation, la méditation comme chemin de vie, comme manière alternative de vivre, comme dimension alternative de la conscience.

Celui qui a observé et étudié les besoins physiques, la structure physique, et qui s'organise pour les satisfaire convenablement et sainement, peut poursuivre en apprenant ce qu'il y a au delà du physique et du psychologique. Le cerveau est une partie du corps. Ce que vous appelez esprit est l'énergie conditionnée contenue dans le système nerveux et le système chimique du corps. Je ne suis pas en train de séparer le corps de l'esprit, ni le corps du cerveau. Je les envisage ensemble.

Celui qui a ajusté, organisé chaque chose au mieux de ses capacités physiques, se tourne maintenant vers l'autre aspect de son être, l'aspect psychologique que vous appelez le mouvement du mental. Une telle personne observe, étudie, recherche et découvre la nature répétitive du mouvement du mental. L'appétit est chaque jour nouveau et frais. La faim, la soif, le sommeil gardent leur fraîcheur et il en est de même pour la sexualité si on ne l'a pas réduite à un moyen d'obtenir du plaisir.

Il y a une sorte de part divine dans la sexualité grâce à laquelle l'homme participe à la créativité de l'Intelligence cosmique – l'énergie pour créer un autre être humain. Donc, si elle n'a pas été convertie en un pur et simple objet de plaisir, elle garde alors toute sa pureté. Il ne s'agit pas d'une répétition.

#### **Observer le Mouvement du Mental**

En revanche, lorsque vous vous tournez vers l'aspect psychologique, vous trouvez une répétition des pensées, des désirs, des espoirs, des mémoires. Regardez bien le mouvement du mental, non seulement lorsque vous êtes assis en silence durant une demi-heure, mais tout au long de la journée, et vous découvrirez qu'il s'agit d'un mouvement répétitif. Regardez les demandes sans fin, les caprices, les manies, les habitudes. Elles ont une force vive, l'impétuosité de millions d'années derrière elles.

L'appétit, la soif, le sommeil sont limités par le corps. Les besoins physiques sont limités, c'est leur façon d'être. Mais les désirs du mental sont sans fin, ils s'initient dans les pensées et les idées, ils sont entretenus par l'ambition, par le désir de s'affirmer, de dominer, et par la recherche du plaisir. C'est un puits sans fond qui nous laisse toujours insatisfait de ce que l'on a, créant sans cesse l'idée d'avoir plus et nous faisant courir après cette idée émotionnellement, économiquement, politiquement et socialement.

C'est ainsi, l'Intelligence devient esclave, prisonnière du mouvement du mental. Vous observez cela, vous l'étudiez et vous ne le ramenez pas simplement comme une idée,

pour le rapporter chez vous, à l'endroit d'où vous venez. Si vous observez cela et que vous n'êtes pas d'accord, jetez ces mots par la fenêtre. Mais si vous trouvez que la vérité est derrière ces mots, grâce à votre observation et à votre regard personnels, alors cette répétitivité, ce processus involontaire, cette impétuosité dont vous êtes la victime, et qui vous réduisent à l'impuissance, sont obligés de réveiller en vous une profonde tristesse.

Est-ce cela la vie humaine ? La vie humaine doit-elle être vécue sous la contrainte intérieure du mouvement du mental ? N'y a-t-il pas de liberté ? Socialement, économiquement, politiquement, l'homme court après la liberté. N'y a-t-il aucune liberté intérieure ? Sommes-nous obligés de vivre comme des prisonniers de la structure mentale ? Vous voyez, si l'on observe, si l'on étudie et si l'on découvre la nature asservissante et involontairement répétitive du mouvement du mental, alors l'envie irrépressible de liberté se manifeste. Cette envie n'est pas une conviction intellectuelle. Elle ne peut pas provenir d'une conviction de l'intellect. Vous ne pouvez pas la faire naître de force en vous. Aucun engrais chimique ne peut être utilisé pour la faire croître. Elle doit être authentique. Elle doit être née dans le terreau de votre cœur, dans le fond de votre être.

### **La Suspension du Mouvement du Mental**

En supposant que cette envie soit née, ne sera-t-il pas nécessaire alors de permettre au mouvement du mental de cesser de lui-même, de se suspendre, et de devenir inopérant ? Comment pourra-t-il le faire par lui-même ? Parce qu'il se trouve que, dans l'être humain, la conscience que vous et moi avons, possède la faculté d'être consciente d'elle-même. Ce n'est pas une simple conscience comme elle existe pour les arbres et les montagnes, ou la simple conscience enrichie par la force des instincts dans le monde animal. Elle est beaucoup plus complexe. C'est une énergie multidimensionnelle.

Vous et moi, nous savons que nous sommes assis dans une pièce appelée Gandhi Bhavan. Nous sommes conscients de la raison de notre rencontre. Vous êtes conscients que vous êtes en train d'écouter des paroles et qu'à la base de cette conscience, il y a une énergie de conscience éveillée qui vous permet de savoir que vous êtes de telle ou telle manière, que vous venez de tel ou tel endroit et que vous avez une famille. Il existe une conscience, non verbale, comme courant de fond. En ce moment, vous êtes en train d'écouter et en même temps, vous êtes conscient de comprendre ou de ne pas comprendre.

Ainsi, dès que cette énergie de la pensée, ce mouvement du mental, cette conscience conditionnée, qui est en même temps consciente d'elle-même, découvre comme un fait l'esclavage, le pathétique d'être enchaîné au passé et d'être prisonnier de sa force, donc, dès lors qu'elle découvre tout cela avec certitude, la tristesse de cet esclavage et l'envie irrépressible de liberté naissent ensemble. Alors, il n'y a pas de peur.

Alors, vous permettez au mouvement du mental de se suspendre. On peut toujours traiter cette structure mentale, cette structure des pensées comme un ami et lui dire : « Mon ami, tu es pertinent dans ma vie sociale. Tu es pertinent, ton mouvement est

pertinent et très utile quand j'ai à faire avec la matière limitée, le monde matériel, la structure sociale ou économique. Toi et le savoir qui est en toi, ainsi que l'expérience que tu contiens sont très utiles. Je te remercie mais, s'il te plaît, il me semble qu'au delà tu ne sois ni pertinent ni justifié. Alors, coopère avec moi. » Vous savez, c'est comme de l'autosuggestion. Il existe des théories dans la psychologie de la suggestion et de l'auto-suggestion. Des psychologues et des psychanalystes l'utilisent pour soigner un patient souffrant de déséquilibre mental. C'est comme une autotransfusion, en prenant du sang dans une partie du corps et en la transfusant dans une autre partie.

Donc, si vous sentez que votre esprit ne veut pas se suspendre de lui-même, ayez une conversation avec lui, avec vous-même. N'avez-vous pas, à travers vos yeux, une conversation avec votre reflet dans le miroir ? Vous vous asseyez devant lui et vous vous examinez : vos vêtements, votre coupe de cheveux, etc. C'est une sorte de conversation optique. Vous tenez ici un dialogue avec votre esprit, et vous le persuadez. Ne dites pas de façon arrogante : « Tu ne me sert à rien, cache-toi, va-t-en ». Ne prenez pas cette attitude.

Je n'ai pas vu d'énergie plus non-violente que l'énergie de l'amour. Vous persuadez l'esprit avec amour et respect, car la structure de la pensée a été créée par nos milliards et milliards d'ancêtres. Nous en sommes les produits. Comment pouvons-nous être insolents envers cet héritage ? Sans lui, nous ne pourrions pas vivre. Sa pertinence est là, sur le plan physique et dans la société. Mais il y a un domaine où il n'est pas pertinent.

Tout d'abord, vous commencez par vous asseoir calmement ; en calmant le corps, vous calmez l'esprit. Si vous voulez vous aider de musique ou même de mantras, de l'énergie du son pour calmer l'esprit, alors essayez pendant quelques minutes. Rien n'est à exclure. Car l'exclusion est un à-priori négatif. Rien n'est à propager, rien n'est à condamner, rien n'est à exclure. La religiosité fait naître une compréhension de la vie qui englobe tout et il est aussi nécessaire d'avoir une approche un peu pragmatique dans ce domaine.

Ainsi, quand l'esprit n'est pas insulté, humilié, quand vous ne le prenez pas pour un ennemi, que vous le consultez et discutez avec lui amicalement, alors il va de lui-même vers la non-action. Le mouvement de l'énergie conditionnée se suspend. Lorsque ce mouvement s'interrompt, l'emprise du passé sur l'Intelligence et sur l'être dans sa totalité, est cassée net. Lorsque l'esprit devient stable, il relâche son étreinte mais il est toujours là. Lorsque l'esprit est maintenu stable, il ne vous étouffe plus mais il reste présent. Et lorsque le mouvement du mental s'interrompt, alors vous n'êtes plus attaché au passé et à son immense pouvoir. Vous voyez, la religion, la spiritualité est plus précise que votre science physique ou les mathématiques. Il s'agit d'une science de la vie.

La spiritualité est une science de la vie. Elle n'a rien à voir avec les croyances, la crédulité ou les théories. Quand le mouvement du mental s'interrompt, il y a un espace dans la conscience. La foule des pensées s'est dispersée. Le chaos a disparu. Les tensions et les pressions dues au chaos ont aussi disparues. Pour la première fois dans

votre vie, il y a une totale relaxation comme un fait psychophysique. Lorsque la relaxation devient totale, je ne suis pas dans l'attente que quelque chose arrive. Je ne m'étais pas dit que si je m'asseyais en silence pendant deux heures, tel pouvoir se développerait en moi ou tel autre se manifesterait ! Cette non-action, cette suspension du passé conditionné n'a pas une finalité. C'est une étape en soi. Lorsque vous montez des escaliers et que vous franchissez une marche, vous laissez la précédente derrière. Vous ne l'amenez pas sur vos épaules.

## **Le Silence**

Dans cette relaxation totale, dans ce silence, il n'y a pas de tension due à l'attente que quelque chose se passe. Si l'attente persiste, alors elle s'accompagne de tension et d'espérance. Alors, vous avez permis au passé d'emprunter un passage dérobé. Vous avez fermé l'issue principale, et laissé entrouverte la porte de derrière. Nous sommes donc revenus au point de départ. Le fait d'attendre inclut aussi l'autorité de l'idée du futur. Le fait d'attendre que quelque chose arrive, vous ramène au mythe du temps psychologique. Ce qui est à venir est à venir, et arrivera. Mais notre attente, notre espérance, introduisent le facteur temps et les chaînes du passé.

Maintenant, vous êtes dans le laboratoire de la vie. Vous devez être très précis, très exact. C'est le yoga, mes amis, le Yoga de la vie et de l'art de vivre. La totalité de la vie y est incluse, impliquée. La totalité est une dimension. Ainsi, quand cette relaxation se produit, émerge la beauté de la solitude de l'Intelligence, de l'énergie et du potentiel non-conditionnés présents dans la conscience humaine, dans l'être humain. Donc, la méditation, c'est être seul avec la vie, non pas avec des théories, ni avec l'influence émotionnelle de personnalités, non avec des choix et des sélections, mais avec la belle nudité de la conscience. La méditation est dépouillée de tout le passé.

Ce silence, ce vide, ce vaste espace, désencombré des pensées, des idées, des émotions est d'abord ressenti lorsque vous êtes assis seul, parce que c'est quelque chose de nouveau. Vous ne vous êtes peut-être jamais exposé à cette dimension du silence.

Le silence n'est pas un attribut de l'esprit, mes amis. Ce n'est pas une qualité. C'est une dimension de la vie, comme l'espace et le temps. Lorsque Einstein introduisit la quatrième dimension, le temps, les gens furent déconcertés. Mais ici, dans ce pays, les gens ont parlé du silence ou de la vacuité comme une dimension de la conscience, une dimension de la vie.

Vous admettez l'existence de l'orbite de la terre et de la gravité, de la loi de gravitation que la terre contient, la qualité intrinsèque de la gravitation. Vous admettez l'existence de la relation de cause à effet présente dans votre champ psychologique. C'est comme cela que le cerveau fonctionne et met de l'ordre dans la dimension trans-psychologique, la dimension de la totalité. L'énergie de l'Intelligence n'est pas une énergie cérébrale, glandulaire ou musculaire. Ce n'est pas l'énergie du passé. C'est la vibrante énergie du présent éternel.

## **L'Énergie de l'Intelligence**

Vous ressentez cette énergie en premier lorsque vous vous asseyez pour une heure ou une demi-heure. Puis, vous êtes rempli par elle même lorsque vous allez à votre bureau, à votre usine, pendant votre travail à la maison, et lorsque vous parlez au gens. Elle devient la substance de votre être. Au tout début, la pensée était votre demeure. La structure de la pensée était la demeure où vous viviez. C'était la source de votre perception et c'était la source de votre manière de réagir. Désormais, le silence est la substance de votre être. La totalité de ce silence, la totalité de cette vacuité est maintenant votre demeure. La vie en vous voit et entend à partir de ce silence. Tout naturellement, la qualité de votre perception et de votre réaction connaît un changement qualitatif.

Nous sommes en train de parler de transformation, de mutation. Qu'est-ce que la méditation si cela ne débouche pas sur une mutation, une transformation dimensionnelle. Si vous essayez de trouver le centre de cette énergie, vous échouerez car elle n'a pas de centre. De la même manière que le cosmos tout entier a été concentré dans la forme humaine, l'énergie cosmique toute entière est présente dans ce vide du silence. Cela imprègne le cerveau, cela change la perception et la façon de réagir. Si vous laissez cela arriver, alors un nouvel être humain naîtra de vous, en vous.

Lorsque vous voyez avec vos yeux, c'est cette énergie de l'Intelligence, ce « Param Chaitanya », cet « Atma Tatva », cette suprême Intelligence, cette Conscience supra mentale, ou cette Grâce Divine, qui voit à travers vos yeux. Parce qu'il n'y a pas de centre tel que le moi et de circonférence tel que le non-moi, elle perçoit largement l'entièreté de la vie. Elle voit le particulier non pas séparé et isolé du tout, mais comme étant organiquement relié au tout.

Le particulier est dans la totalité. Vous vous reliez donc au particulier avec la conscience éveillée de la totalité. Vous vous reliez au temps grâce à votre montre avec la conscience que la vie est éternelle. Vous vous reliez à la malhonnêteté, à la dureté, à la cruauté, à la mauvaise conduite des êtres humains avec la conscience que tous les esprits humains sont conditionnés de la même manière. Cet homme particulier, cette personne particulière, est encore prisonnier de cela. Comme moi, il n'en est pas encore sorti. C'est pourquoi il y a de la compassion, non pas une douceur et une tendresse sélective pour des personnes, mais de la compassion comme le parfum de notre être.

Donc, la religiosité est possible. La religiosité impliquant la communion avec la vie et le vivant, la communion dans le travail quotidien, cette religiosité devient possible dans cette dimension de la méditation.

« Apayantu Mamangani, Vak, Pranas, Chakshus, Shrotramathobalam ..... Aum Shantihi Shantihi Shantihi ».

## CHAPITRE VII

### LA COMMUNION AVEC LA VÉRITÉ

Nous sommes venus ici pour un « *Satsang* ». « *Sat* » est la Vérité, « *Sang* » est la communion. Nous sommes venus ici pour communier avec la Vérité. Dans une équipe il y a quelqu'un qui joue le rôle de capitaine, rassemblant tout le monde. De la même façon ici, une des personnes présentes a parlé et les autres ont également participé au travers de leur écoute. Il y a eu ainsi une aventure commune et l'atmosphère a été celle d'un rassemblement de famille, car nous sommes tous reliés les uns aux autres, nous qui nous sommes tournés vers la Réalité, vers la Vérité, vers la découverte du sens de la vie et le dévoilement du mystère de la relation.

Ainsi, dans un rassemblement de famille informel et intime, je ne m'inquiète pas du fait que le mot "enseignant" soit utilisé, car les échanges verbaux ne portent pas sur des sujets personnels, mais ils traitent de l'Ultime Réalité, que ma personne a perçue, dans laquelle elle a vécu et à partir de laquelle elle évolue dans le courant des relations. Toutefois, la présence d'un enseignant et ce qu'il enseigne sont en rapport avec la vie de ceux qui sont devenus étudiants ou élèves.

Apprendre implique un double processus. Vous obtenez l'information verbale, imprégnée de l'authenticité de la réalisation et de la communion. Vous obtenez cette information verbale d'une personne ou à travers elle. Cela a toujours été comme ça. « *Iti Asmabhi Shruyate* ». C'est de cette manière que les prophètes des Upanishad ont écrit leurs dialogues. Ainsi, vous les entendez par l'intermédiaire d'une personne et vous vous reliez vous même à la Vérité transmise par les mots. C'est un double processus. J'espère que nous passons par ce double processus complexe d'apprentissage, directement d'une personne, et en même temps directement de la Vie passant par cette personne.

C'est la loi de la vie : lorsqu'il existe une véritable demande de la part d'une personne, la rencontre entre celle-ci et le professeur a lieu. La vie les fait se rencontrer et l'échange a lieu. Si, durant l'échange, la communion se produit aussi, alors la rencontre a été fructueuse. La rencontre en a valu la peine. Cette opportunité d'une rencontre fructueuse nous a été offerte grâce au travail important des organisateurs.

#### **Deux aspirations parallèles**

Alors, durant ces cinq ou six jours, ensemble, avons-nous appris que la religion est un champ d'apprentissage et de découverte de la Vérité et non d'acquisition de quoi que ce soit pour l'ego ? Il y a une différence entre l'ambition d'acquérir le Samâdhi, d'acquérir une transformation, d'obtenir une mutation, il y a une différence entre cette ambition avide centrée autour de l'ego, et un besoin irrépissable et non intéressé pour découvrir la Vérité, pour la joie de le faire.

Il me semble que dans la conscience humaine, il y a ces deux aspirations, allant de pair. Il y a une aspiration qui est avide, comparative, compétitive, une aspiration qui veut savoir, expérimenter, posséder, s'emparer, sur le plan matériel, physique, psychologique, etc... Et il y a une aspiration parallèle pour la non comparaison, la non avidité, la non compétition dans l'étude, la découverte, le partage, le partage de la joie, de la paix, du chagrin de chacun, une aspiration pour découvrir la bonté, la beauté. Il y a deux flux, deux courants parallèles dans la conscience humaine. Et l'on doit rendre justice à chacun d'eux.

La tendance à acquérir et les outils émotionnels, intellectuels nécessaires à cette acquisition peuvent être utilisés dans la vie sociale. Vous acquérez la connaissance, la compétence nécessaire pour vivre comme un membre de la société, la société industrielle, postindustrielle, nucléaire, la société qui a connu la mécanisation, l'automatisation, la révolution cybernétique, et ainsi de suite. Vous acquérez la connaissance et la compétence pour pouvoir vous relier aux structures sociales, économiques, pour pouvoir comprendre les subtilités des systèmes économiques et politiques, et les utiliser. Dans ce cas, l'acquisition de la connaissance est pertinente. Acquérir des expériences et des compétences, comparer et faire de son mieux, à votre meilleur niveau, presque parfait, de votre mieux avec les compétences qui sont nécessaires pour vivre dans une société moderne. Cela demande de ne pas être contaminé par l'ambition d'entrer en compétition avec les autres au niveau de ce qu'ils possèdent, de leur richesse et de leurs acquisitions. Vous pouvez faire mieux et même le meilleur sans être pris par l'ambition.

Mais la religion apparaît comme un domaine où ce processus qui pousse à devenir, à acquérir, à savoir, à expérimenter, ne semble plus avoir de fonction ou d'utilité. Avec elle, vous apprenez et découvrez pour la joie de voir la lumière de la Vérité, la lumière de l'Amour, en l'appréciant vraiment. Alors, s'il vous plait, voyez avec moi que cette religiosité ne va pas vous offrir de nouvelles expériences, une nouvelle ivresse d'expériences. Si quelqu'un vit tout à fait religieusement, la lumière de la compréhension est là. Elle a le parfum de l'amour et la dignité de la paix. Vous ne devenez pas quelqu'un de différent de ce que vous êtes. Mais la totalité de votre potentiel fleurit et s'épanouit. Votre étreté fleurit et la substance de votre étreté se révèle. Elle se manifeste.

De la même manière que la vie cosmique se manifeste elle-même éternellement dans de nouvelles formes, de nouveaux styles, la créativité ou le potentiel de créativité inépuisable contenu en nous - comme il est contenu dans la terre, l'océan, les montagnes, les arbres et ainsi de suite - se manifeste aussi.

### **Les Conditionnements Intérieurs**

Nous sommes nés dans des sociétés. Ainsi, le corps, le cerveau, et les énergies contenues en eux, sont des *samskaras*, des conditionnements, ils sont conditionnés. Pendant que nous sommes sur terre, les conditionnements intérieurs, sur le plan psychologique, sont une réalité. On ne devrait pas les écarter, on ne devrait pas les ignorer. Ils n'ont pas besoin d'être dorlotés ou adorés, mais ils devraient être compris.

En tant qu'étudiant, en tant qu'élève sur le chemin de la religion, je devrais faire la connaissance des conditionnements qui existent en moi.

Dans n'importe quelle famille, n'importe quelle communauté, caste, religion, croyance, pays, où je suis né, je dois me tourner vers l'intérieur de moi-même et découvrir les conditionnements qui y existent, nombre de croyances et de superstitions y sont présentes. Je dois en prendre conscience. S'il y a des croyances, des superstitions, je dois les reconnaître et les laisser de côté. S'il y a des traditions sur lesquelles les ancêtres ont travaillé dans le laboratoire de leurs vies, alors je dois les expérimenter et vérifier leur validité. Je dois travailler à les connaître, pour pouvoir agir sur elles.

Sans être en relation avec elles, comment pourrions-nous découvrir leur validité ? Un refus ou une acceptation en bloc empêcherait l'étude et la découverte. Ainsi, le second point que je désire souligner, est qu'il faut prendre connaissance des conditionnements, en se débarrassant des superstitions, des croyances que j'ai accumulées, et découvrir les traditions, les expérimenter et tester leur validité. Lorsque j'expérimente, lorsque j'explore, je découvre aussi les limites. Seul un réel érudit, seule une personne cultivée peut apprécier les limites et la stérilité du savoir.

Le savoir est stérile. Vous pouvez tout connaître sur les théories théologiques, la philosophie théologique, la psychologie, etc., et que cette collection de théories, d'idéologies, de structures de valeur ne puisse vous apporter aucun changement dans la qualité de votre vie. Ainsi, ceux qui n'étudient pas, qui n'exercent pas leur cerveau, n'ont pas la capacité de comprendre que tout savoir est limité. Même si c'est pour découvrir que le savoir est limité, vous devez étudier. Vous ne pouvez pas vous contenter de répéter la phrase : « le savoir est limité ».

Une fois que l'on a constaté les limites et la stérilité du savoir, la recherche intellectuelle, qui suit le chemin de ce savoir, s'arrête d'elle-même. Pour certains, cette activité du savoir intellectuel ne se termine jamais. Ils pensent qu'ils trouveront le savoir. Si ils ne le trouvent pas dans une idéologie, ils le trouveront dans une autre. Ils vont d'idéologie en idéologie, de religion en religion, d'Écritures en Écritures, font une étude comparative et académique, et enjolivent leurs intellects et leurs cerveaux. Mais le savoir n'a pas la vitalité qui engendre une mutation. Ainsi, il me semble que, de la même manière que l'on s'initie aux traditions et que l'on teste leur validité, on pourrait aussi tester la validité du savoir, le savoir verbal et théorique.

Ainsi, lorsque les croyances, la crédulité, les superstitions sont écartées, que les traditions sont expérimentées et testées, la tradition qui n'est pas en harmonie avec la recherche, qui la bloque, qui lui fait obstacle ou l'encombre, cette tradition est doucement écartée. En revanche, la tradition qui n'interfère pas avec la recherche est autorisée à exister, car elle ne contamine pas la perception, elle ne gêne pas la recherche, elle n'empêche pas la quête.

Ensuite, j'en viens au savoir. Lorsque j'ai découvert, grâce à mon exploration, que le savoir est limité, la recherche intellectuelle et verbale s'est arrêtée. Comprenez bien cela. À moins que la recherche verbale, cette activité du savoir, l'intoxication

provoquée provisoirement par le fait de connaître de nouvelles choses, à moins que cette recherche verbale ne se termine, la méditation ne peut pas se produire.

Si cela se fait, il me faut aussi passer du temps, dans ma vie de chercheur, à tester la validité des expériences. Nous avons des expériences au niveau physique. Les organes des sens entrent en relation, en contact avec leurs objets respectifs. Ce contact stimule une sensation. Cette sensation est convertie en impulsion électrique dans le corps. Cette impulsion est interprétée par le cerveau et une réaction conforme à l'éducation surgit. Ainsi, les sensations et les expériences ne peuvent pas et ne doivent pas être évitées sur le plan physique. Ces expériences font naître un goût esthétique et un sens de la discrimination dans ces expériences physiques.

La tradition fait que j'aimerais aussi découvrir, expérimenter et explorer les différentes expériences provenant du chant, des *Bhajans*, des *Mantras*, du *Japam*, etc. Laissons un chercheur expérimenter tout cela et, si sa recherche est authentique, on pourra se rendre compte que chaque effort entraîne une expérience et que chaque expérience vous conditionne non seulement chimiquement et neurologiquement, mais vous conditionne aussi psychologiquement. De la même manière que la connaissance verbale vous conditionne, ces expériences vous conditionnent en créant un modèle d'habitudes. Vous devenez dépendant de ces stimulations. Au commencement, les *Bhajans* sont chantés, les chants dévotionnels sont chantés pour le sens des mots et pour la joie provoquée par ces mots, nés de la communion, dans la vie des saints ou de ceux qui sont libérés. Vous chantez pour la joie.

Vous apprenez au travers de cela. Ensuite, vous devenez dépendant du Raga, du Tala, de son air, de son chant, de sa danse, et vous en avez besoin jour après jour, année après année. Il se passe la même chose avec le chant des mantras. Au début, l'effet tranquillisant de l'énergie du son pacifie les nerfs et relaxe aussi le système nerveux, mais ensuite se produit l'auto-hypnose et l'on devient dépendant de l'effet tranquillisant dû à l'énergie du son. Voyez bien cela. On l'a vu se produire. Toute expérience vous conditionne. Sans que vous le vouliez, une habitude prend place, de sorte que vous ne pouvez pas rencontrer le présent et les défis de la vie lorsqu'ils se présentent, avec la fraîcheur de la spontanéité et de la vitalité.

Le savoir est donc utilisé de façon pertinente. Cette belle façon d'expérimenter une sensation, en traversant une expérience, est utilisée au niveau physique de façon pertinente. Mais pour la religion, il est nécessaire d'avoir une psyché qui ne soit pas encombrée par le mouvement des pensées, le mouvement des expériences, le mouvement des habitudes. Cette sorte de psyché libre de manière inconditionnelle est nécessaire pour que la communion entre la Vie et vous-mêmes se produise. La religion est une inconditionnelle liberté intérieure, sans réserves, sans inhibitions, sans l'encombrement des habitudes, sans aucun besoin de stimulation. Si l'on passe une année ou deux à tester la validité des traditions, du savoir, des expériences, on peut apprendre et découvrir. Aussi longtemps que ce que vous faites vous procure de la joie, sans vous lier d'aucune façon, sans que vous ayez envie de l'imposer à quelqu'un d'autre, alors vous pouvez le faire.

La musique est une source de joie, la danse aussi. Quelqu'un a posé la question hier au sujet du chant des *Bhajans* et des *Mantras*. Comment savons-nous que nous les pratiquons simplement pour la joie de le faire ? Vous n'en attendez aucun résultat. Si j'effectue cent mille *Japams*, qu'arrivera-t-il ? Qu'obtiendrai-je ? Après avoir accompli deux million quatre cent mille *Japams*, il se passera quelque chose. Lorsque l'utilisation de l'énergie du son est transformée en moyen, si vous faites cela comme une thérapie, comme une thérapie alternative, une médecine alternative, si ça n'est pas relié à la recherche religieuse, alors, continuez votre chemin.

Ce *Hatha Yoga* qui devient à la mode en tant que thérapie en Europe et en Amérique. Il a sa valeur. Mais lorsqu'ils le font pour obtenir un corps symétrique, en l'utilisant comme une thérapie et qu'ils passent à côté de la beauté de *Dhyâna* et *Samâdhi*, alors toute cette entreprise est incomplète. L'étude du Yoga n'est plus couronnée par une dimension différente de conscience.

On est donc en train de dire que le fondement de notre psyché ou de notre conscience, les traditions, les *samskaras*, le passé, tout cela est là. Vous ne pouvez pas le rejeter. Vous devez vous y relier, apprendre de lui, l'étudier, expérimenter et découvrir ce qui est pertinent et ce qui est en harmonie avec votre recherche.

Quand cela est fait, alors nous en avons fini avec la partie conditionnée de notre être. Nous avons observé notre avidité, nous lui avons donné une liberté d'action en l'utilisant dans le champ socio-économique. Lorsque nous avons accordé une entière liberté sur le plan physique au besoin de savoir et d'expérimenter, de façon saine, scientifique et rationnelle, alors nous nous sommes occupés convenablement de notre partie conditionnée.

Maintenant, nous arrivons à l'autre partie, la partie non-conditionnée de notre être. Que nous arrive-t-il dans le sommeil profond ? On ne le sait pas. C'est une partie inconnue de notre être. C'est seulement lorsque nous nous levons le matin, quand le sommeil a été profond, que nous trouvons qu'il y a eu rajeunissement, revitalisation de chaque cellule. Comment se produit cette revitalisation ? L'ego n'était pas en train de fonctionner. Le « je », le « moi » n'agissait pas sur le corps dans son ensemble. On regarde donc le phénomène du sommeil. Nous le traversons toutes les nuits, pendant sept heures à huit heures. Nous ne nous demandons jamais ce qui se passe et comment cela se passe.

Si nous nous demandons ce qui nous arrive dans le sommeil profond et comment cela se produit, alors nous réaliserons peut-être qu'il y a un domaine, une dimension de notre être, où l'effort de l'ego, l'effort du « je », du « moi », n'est pas nécessaire. La vie agit sans l'intervention de l'ego. Alors je me dis : « Bien, il existe un domaine où la vie fonctionne sans l'exercice conscient de l'ego, du moi, du soi, du savoir, de l'activité de l'expérience ». On ne dit pas : « Laissez-moi expérimenter ce qu'est le sommeil ». On dit : « Laissez-moi dormir ». Mais ici, l'Intelligence ne fonctionne pas. Il y a passivité, et relaxation totale. Alors je me dis : « Cette totale relaxation dans la passivité du sommeil profond a donné tant de vitalité et de repos. Alors, maintenant,

découvrons ce qu'il se passera si, dans un état de conscience éveillée, l'ego ne fonctionne pas, si le centre de mon moi n'agit plus ».

## **Explorer la Méditation**

Alors, il n'y a pas d'activité, pas de passivité, il y a seulement la vigilance, la sensibilité en éveil. Je commence à explorer ce que l'on appelle la méditation, où l'on est éveillé, où la sensibilité est vive, mais où il n'y a pas d'activité cérébrale, pas de mouvement du passé. On se crée une opportunité pour apprendre par soi-même. Alors cette méditation fait surgir en nous la connaissance de domaines et de dimensions inconnus de notre conscience.

Une de vos questions portait sur la peur qui survient lorsque l'esprit ne fonctionne pas. Il n'y a aucune peur lorsque l'esprit ne fonctionne pas pendant sept ou huit heures durant votre sommeil, à moins que vous ne rêviez tout le temps. Le rêve est le prolongement de la conscience éveillée. Les désirs et les ambitions inassouvis, les blessures, les meurtrissures qui ne sont pas exprimées, les répressions conscientes, les refoulements, les ressentis involontaires qui ont lieu lorsque vous évoluez en société, tout ceci se mélange et les rêves surviennent. Ou encore, si la santé physique est déficiente et qu'il y a un problème dans le corps, alors des rêves peuvent surgir. On n'est pas en train de parler de cela. On est en train de parler du sommeil profond. Il peut avoir lieu pendant une heure ou deux.

La méditation est une exploration, une exploration non-cérébrale et non-mentale. Vous devez la laisser se produire. De la même façon que vous la laissez se produire pendant le sommeil profond, vous la laissez se produire durant l'état de total éveil. Si cela se passe, alors on découvre que, sans le mouvement conscient de l'esprit ou du cerveau, dans la totale relaxation du centre du moi, la vie ne s'éteint pas. Il n'y a pas d'expériences, pas de sensations, parce que celui qui fait l'expérience, celui qui sait, celui qui stimule les expériences, ce centre du moi, est non-opérant. Par conséquent, il n'y a pas d'expériences, il n'est pas question de savoir s'il y a quelque chose de nouveau, et pourtant la vie persiste. Il y a ainsi une opportunité pour être seul avec la vie. La méditation est une solitude psychique.

## **La Solitude**

Bien, nous étions en train d'explorer ensemble ce qu'est la religiosité, et au cours de cette dernière réunion, je voulais juste partager avec vous le fait que la solitude est quelque chose d'inévitable dans la vie. Dans le plaisir et la recherche du plaisir, la solitude n'est jamais nécessaire, peut-être même impossible. Mais pour la paix, l'amour, la joie, la solitude est inévitable. La solitude s'accompagne d'une joie profonde. La solitude fait naître une communion avec l'« Êtreté de la Vie » ou « la Vie en Soi ». Ainsi, on goûte cette solitude, on goûte ce silence, ce vide et cela devient notre demeure.

Une personne religieuse est intérieurement seule au niveau psychique, qu'elle soit ou non avec des gens physiquement. Être avec des gens ne dérange pas la solitude.

Communiquer verbalement avec d'autres personnes ne dérange pas le silence, et le mouvement de la relation ne perturbe pas la renonciation de la solitude.

Espérons que chacun de nous soit un pèlerin de cette religiosité, un pèlerin de cette communion. Toutes ces discussions données ici sont une réponse à la question et à la quête que les amis de Bombay ont exprimées. Cette année, comme d'habitude, j'ai demandé aux amis de Bombay de me dire ce dont ils voulaient parler et que l'on discute ensemble.

Des années auparavant aussi, j'avais demandé à des amis de me donner des précisions sur le thème qu'ils voulaient que l'on aborde ensemble. Voyez-vous, je n'ai rien à diffuser. Je n'ai pas de chemin particulier, de discipline personnelle qui m'appartiennent. S'il y a une chose que je dois communiquer de ma propre initiative, c'est le Divin de la vie. La vie pour moi est Divine, elle est Dieu, *Govinda*. Et même *Govinda* du « *Dvaparyuga* » s'est dissimulé derrière l'ordinaire de sa vie. Il vivait comme un amoureux de la vie et des êtres vivants.

Ainsi, la nature du non-manifesté est de se cacher et de se dissimuler derrière le manifesté. Cacher l'unicité et l'unité derrière la diversité et la multiplicité, c'est le jeu du Divin de la vie. S'il y a donc quelque chose que je dois communiquer de ma propre initiative, c'est : « La Vie est le Divin lui-même ». Il n'y a pas de créateur séparé de la création. Et il n'y a pas de Dieu séparé de l'incommensurable et l'innommable beauté de la vie cosmique. Par commodité pour raconter cela, vous pouvez utiliser des formes ou des noms qui ont existé. Mais, lorsque nous parlons de Satsang qui est la communion avec la Vérité, on doit souligner tout cela.

Comme *Shankara* et les *stotras* ont été mentionnés, je voudrais signaler une chose. *Shankara*, l'interprète de l'*Advaita*, disait : « *Brahma Satyam, Jagat Mithya, Jeevo Brahmaiva, napara. Sarvam Khalu Idam Brahma* ».

*Vinoba* disait : « *Brahma Satyam, Jagat Sphoortih, Jeevanam Satya Shodhanam* ».

*Vimala* dit : « *Brahma Satyam, Jagat Tathyam, Jeevanam Yoga Sadhanam* ».

## **L'Acte de Vivre**

Parce que la vie est Divine, l'acte de vivre est le temple du Divin. Par conséquent, cet acte de vivre doit être purifié. La perception doit être purifiée. La façon de répondre doit être purifiée scientifiquement. Lorsque vous avez une approche scientifique, vous éliminez le dérèglement et le déséquilibre. Le déséquilibre est impureté. Ainsi, lorsque vous éliminez les déséquilibres, la vie est purifiée. La perception est purifiée. La façon de répondre est purifiée. Les organes des sens sont purifiés. Ils sont éduqués. L'éducation conduit à la purification et avec la purification vient l'illumination.

Ainsi, l'acte de vivre est le champ de la *Sadhana*. Vos maisons sont les centres. Elles peuvent devenir des *Ashrams* pour la *Sadhana*. Chaque relation devient une

opportunité pour découvrir le contenu factuel de notre esprit et pour ensuite le corriger. Ainsi, les relations deviennent des opportunités pour la découverte de soi. Ce que vous appelez « *Karma* » ne devient pas « chemin d'esclavage » mais « chemin de libération ».

Le « *Karma* » ne vous emprisonne pas. Les relations non plus. Les "chemins de libération" deviennent les portes ouvertes vers l'émancipation. Ainsi, il n'y a pas besoin de s'enfuir, de s'échapper de ses responsabilités, de tourner le dos à quoi que ce soit. Le réseau d'échappatoires qui avait été mis en place n'est plus nécessaire aujourd'hui, car nous avons l'éducation qui nous donne la possibilité d'une approche scientifique de la religion, de la spiritualité. On ne peut pas faire mieux.

Et je pense que j'accepte la défaite ! Quelle défaite ? Accepter la défaite, c'est dire que ces réunions amicales seront possible aussi longtemps que les membres du groupe de Bombay le trouveront opportun. Ce ne sont pas des meetings religieux. Je me sens si tranquille lorsqu'on utilise le terme de réunion amicale. Nous les appelons habituellement les « festivals de l'amitié ». Je suis habituée à les appeler ainsi en Hollande qui a été ma seconde maison durant un quart de siècle. Au cours de tous ces rassemblements, des personnes venant de dix ou quinze pays se sont retrouvées et ont passé dix jours ensemble. Donc, je voudrais les appeler « festivals de l'amitié ».

Je ne renie pas l'enseignant en moi mais vous devez accepter que cet enseignant désire que l'amitié soit une dimension de la relation. L'enseignement a eu lieu si vous avez appris, mais enseigner demande que l'on soit deux. On ne doit donc pas renier le terme d'enseignant. Il n'y a pas d'allergie au mot. Mais c'est le « *Sakhya Yoga* », le yoga de l'amitié. C'est le domaine de l'amitié, et dans l'amitié celui qui écoute est aussi responsable que celui qui parle. Je dois être reconnaissante envers vous si vous avez reçu. C'est pourquoi depuis le tout début, en 1963, j'ai fait très attention de ne pas laisser se produire des rassemblements énormes, des rassemblements trop gros.

À l'époque du *Bhoodan*, lors de mon travail durant dix ans dans le mouvement de redistribution des terres, Vimala s'était exprimée à Chowpaty même, à Bombay, dans des meetings de trois cents mille personnes, et je ne connaissais pas à ce moment là de meetings de moins de vingt cinq mille personnes. On a vu cela, que ce soit à Madras, à Guwahati, au Gujarat. Et c'était habituel pour cette cause, pour ce mouvement de la redistribution des terres. Cette technique était nécessaire pour collecter les terres et les distribuer.

Mais lorsque j'ai commencé mes propres causeries, alors on a fait très attention à ce que l'échelle de ces réunions reste petite pour que l'intimité sacrée de l'informalité puisse être vécue par les personnes venues pour écouter et par la personne qui parlait. Je me sens blessée si quelqu'un ressent une distance entre les participants et moi-même. Il n'y a pas de hiérarchie.

J'ai résisté aux personnes qui voulaient créer un piédestal pour moi. Je me nomme une amie. Mais le sacré de l'enseignement et de l'acte d'enseigner peut être engagé, même dans une relation d'amitié. Si la vie le veut bien, nous nous reverrons à nouveau.