

REGARDS

SUR

LA VISION DIVINE

Swami Ramdas

ANANDASHRAM
ANANDASHRAM P.O. KANAHANGAD
KERALA (NORTH), INDIA 671 530

Septième édition 1997
Huitième édition 2001
Neuvième édition 2005
Dixième édition 2013

©Tous droits réservés

Prix: Rs.10/-

Publié par :

Anandashram, Anandashram P.O.
Kanhagad, India 671 531.

Imprimé par

Latha Unlimited
Mangalore 571 001

DÉDICACE

Dédié avec d'humbles pranams à mon bien-aimé Sri Sadgurou Dev, le 8 avril 1944, à l'occasion de son soixante et unième anniversaire.

T.Bhavani Shanker Rau

Une disciple.

Note : Les "Regards" furent recueillis à partir de lettres de Bien-aimé Papa entre 1933, 34 et 35, non publiées et classées sous des titres appropriés, par la disciple.

SOMMAIRE

Page

1. Qu'est-ce que ce que la religion ?	1
2. La Gloire de la vie	2
3. Chagrin et douleur	18
4. Dieu	24
5. L'authentique vision	46
6. Guru et satsang	50
7. La foi	53
8. La paix	57
9. L'amour	63
10. Le nom du Seigneur	68
11. La concentration	78
12. La méditation	86
13. Le lâcher-prise	95
14. Généralités	106

1

QU'EST-CE QUE LA RELIGION ?

Essayez d'entrer dans l'origine mystérieuse de votre vie et de celle du monde. La véritable quête est de savoir qui vous êtes en réalité. Pour atteindre cette vérité, vous devez, par un processus systématique, transcender toutes les limites humaines du corps, du mental et de l'intellect, puis embarquer dans le royaume de l'Esprit, réaliser votre nature immortelle, immuable et bénie. Cela constitue la religion

* * *

2

LA GLOIRE DE LA VIE

Pour avoir une vie libre et bénie, il faut tout faire dans un esprit d'abandon total à la volonté du Maître qui est toute sagesse ~ le maître de votre être et du monde manifesté. Ceci est possible dans tous les champs d'activité où vous êtes placé en accord avec votre nature et vos réalisations.

La vie est un jeu avec lequel vous jouez comme vous jouez avec une poupée. Toutes les émotions et les passions que vous affichez dans ce jeu, en sont les mouvements nécessaires et inévitables. Lorsque vous observez, en tant que témoin non affecté, ce jeu merveilleux de la vie, fait de heurts, d'idéaux, d'intérêts et de pensées, vous réalisez qu'il n'est là devant vous qu'en tant que divertissement et rien d'autre.

Ce que Ramdas met en avant, c'est l'indépendance et la liberté, résultat de l'abandon au Pouvoir divin qui contrôle, guide et fait agir tout individu au cours de sa vie sur cette terre. Vivre comme du bétail n'est pas le but de la vie. Chaque individu doit puiser toutes les ressources latentes de son existence afin de s'élever jusqu'à la liberté absolue, en vertu de laquelle, il ou elle s'abandonne, partout où il est nécessaire de s'abandonner et demeure ferme comme un roc, partout où il y a lieu de le faire. Une créature timide, sans fortes convictions, vacillant à chaque brise et circonstance, est vouée à devenir un objet de pitié de la part des uns et de dérision de la part des autres.

* * *

« Que succès ou échec soit égal pour vous », est un principe qui doit être réalisé pour obtenir un mental paisible. Quoi que Dieu décide devrait être implicitement pris comme étant le meilleur. En vérité, la perte, l'échec et la malchance sont porteurs de bien absolu. Voyez ceci avec une foi totale : il existe derrière le mental relatif une Divinité qui est la cause de tous ces mécanismes ~ une Divinité qui est la véritable demeure de la paix et de la félicité.

* * *

Le succès dans la vie dépend de l'esprit d'entreprise et de la détermination qu'on y apporte, avec une confiance et une foi inébranlables. L'hésitation est le plus gros handicap au succès. En prenant

re-fuge complet dans le Tout-Puissant, vous devriez décider d'une ligne d'action bien définie et ensuite vous y tenir, avec une persévérance sans faille, que les conditions soient bonnes ou mauvaises, À ce stade, ne comptez pas sur l'aide ou l'accompagnement de qui que ce soit, excepté votre Soi. Dieu ~ le grand Soi en vous ~ est votre aide et guide en toutes choses. En accord avec Sa volonté, poursuivez le chemin sur lequel Il vous pousse. Tout pouvoir, force et sagesse sont en vous parce que le grand Soi qui est tout cela est votre être véritable. Il fera en sorte que votre vie soit un magnifique succès. Ne cultivez aucun doute, aucune inquiétude. Foi et courage seront au rendez-vous. Fortifiez votre volonté en vous abandonnant à la Volonté divine. Tournez-vous à l'intérieur pour trouver la paix de Dieu. Élevez-vous de toutes les façons et affrontez bravement cette bataille de la vie, qui est la même pour tous, et sortez en triomphant, comme un soldat au service de l'amour, de la paix et de la bienveillance.

* * *

La vie est un perpétuel ajustement et réajustement ~ c'est un mouvement continu en surface ~ mais dans ses profondeurs, il y a le calme parfait, la paix, l'immobilité. Comme le mouvement universel est une vague issue du silence et du repos infinis, il a la nature de la source dont il a jailli. Ainsi, la béatitude est le commencement, le milieu et la fin de toutes choses ~ qu'elle soit statique ou dynamique.

* * *

En vérité, la vie humaine devient bénie quand Dieu provoque des occasions pour que son cours se tourne vers Lui. Alors, Dieu s'en saisit, la guide et la contrôle selon Sa volonté suprême qui œuvre toujours pour le bien

. La vie, en toutes circonstances peut être vécue dans la liberté et la joie, pourvu que l'âme demeure détachée des formes extérieures.

Quand le flux de la vie devient spontané, il est toujours débordant de gloire d'amour pur et de service. Quel cadeau splendide que la vie humaine !

Celui qui ne voit pas le doigt de Dieu œuvrant au sein de tous les événements, fait l'expérience d'une souffrance inutile. Ainsi la paix et le contentement appartiennent seulement à ceux qui dans toutes les vicissitudes de la vie se sont soumis à la volonté suprême de Dieu.

* * *

Au lieu de permettre à votre men-tal de s'extérioriser, faites-le s'intérioriser, se mêler et se fondre aux profondeurs de votre être, là où demeurent la vie éternelle, la paix et la joie.

* * *

Voir la Vérité en soi, puis la voir de même dans tous les êtres et créatures, est la véritable vision. La raison et le but de la vie, c'est de réaliser votre immor-talité, ainsi que l'union et l'identité éter-nelles avec le suprême Bien-aimé qui est le Seigneur de l'Univers immanent et transcendant.

L'objet de votre existence est d'être vous-même heureux et de rendre les au-tres heureux. En fait, le vrai bonheur con-siste à organiser votre vie de telle sorte qu'elle procure de la joie aux autres. Si vous avez foi en Dieu, utilisez-la en cultivant patience et sérénité. La foi va toujours avec la gaieté, l'acceptation et la paix. Soyez comme un enfant ~ mais pas infantile ~ soyez bienheureux, tel un libre enfant de Dieu. Révélez votre nature divine innée et rayonnez toujours l'amour et la joie autour de vous

* * *

Par la lutte vous serez victorieux. Lutter, c'est développer la volonté et l'éveil graduel vers le véritable but.~ la réalisa-tion du Soi. Faites que tout ce qui vous arrive, favorable ou défavorable, oeuvre à votre progrès spirituel. Abandonnez toute polémique, discussion et justification, en contrôlant votre sensibilité et vos émo-tions. Le nom de Dieu est votre aide. Ne vous laissez pas atteindre par les pré-tendues trop lourdes responsabilités que vous vous êtes vous-même imposées. La vérité c'est qu'à partir du moment où vous êtes libéré de tout attachement et du sens de possession, le monde entier est à vos pieds. N'ayez aucun doute, faites fi de l'opinion du monde. Élevez-vous au-dessus de ces choses mesquines. Soyez extrême-ment sérieux et déterminé dans votre quête spirituelle.

La vie a une signification et une raison d'être magnifiques, quand on com-prend que sa nature et son sens sont universels. Sa grandeur suprême se révèle lorsque tout sens de division et de diversité disparaît pour répandre autour d'elle une lumière apaisante d'amour pur et spon-tané ~ le ravissement d'une joie et d'une paix inexplicables.

* * *

Tout pouvoir qui vous est donné doit être utilisé avec joie pour servir Dieu dans le monde. Toutes les grandes âmes qui se sont consacrées à soulager la détresse de l'humanité, savent par expérience que c'est un chemin de souffrance profonde. C'est pourquoi le sacrifice de soi-même est la marque des saints dans le monde entier. La lampe ne peut éclairer qu'au prix de son huile. « Donnez et donnez encore » est la loi de l'esprit immortel qui travaille dans la nature. Toute la beauté de la vie repose en sa totale consécration.

* * *

La vie ne vaut pas la peine d'être vécue si elle n'est pas consacrée à la dévotion de Sri Ram ~ si elle n'est pas offerte entièrement à Son service. Pour en arriver là, vous devez L'implorer jour et nuit pour obtenir Sa grâce. Oui, Ram est très bon. Il est toujours prêt à satisfaire les vœux de Ses humbles adorateurs. Il vous suffit de Le prier pour être à même de vous sou-venir de Lui de manière constante. Ne demandez rien d'autre. « Je ne Te prie, ô Amour Infini, que pour ceci : me souvenir de toi, et avoir Ton *darshan*. »

* * *

L'activité est parfaitement en accord avec la réalisation du Soi et le service divin. Ce qui est nécessaire, c'est de Lui dédier votre vie entière. Peu importe les circonstances, maintenez une solide conscience du Divin en vous et autour de vous. Ne vous tourmentez pas avec des pensées de faiblesse. Une force infinie est en vous. En puisant l'inspiration et la puissance dans cette source, soyez joyeux et heureux tout le temps. Que le nom du Seigneur demeure toujours dans votre esprit !

* * *

Quel que soit l'angle sous lequel Ramdas regarde le monde, il ne trouve nulle part quelque chose qui ne va pas. Tout est comme ce doit être. Parce qu'une seule Vérité imprègne tout ~ une seule vie s'est révélée sous une infinité de formes. Vous êtes donc les enfants de cette Vérité ~ de cette Vie ~ mieux encore, vous êtes vous-mêmes la Vérité, la Vie.

* * *

Certains se définissent comme pé-cheurs. Sans doute ont-ils envie de profiter des plaisirs de la vie, sinon à quoi cela leur servirait-il de parler ainsi d'eux-mêmes ? En se qualifiant de pêcheurs, ils insultent Dieu. Cela revient à nier Son existence même. Si vous croyiez en Lui, il vous importerait peu d'être un monument de vertu ou une montagne

d'iniquités. Vous sentiriez que vous êtes simplement tel que Dieu vous a fait. Pécheurs, votre harpe ne joue que sur une seule corde ; elle ne chante que le péché, la misère et la mort. Changez cette chanson en chant de paix, de joie et d'immortalité.

* * *

Vous ne devez pas vivre pour vous-mêmes mais pour l'amour de tous ceux avec qui Dieu a décidé que vous deviez être en contact. Le but de la vie est de se délecter, en donnant de la paix et de la joie aux autres. Vous pouvez le faire en toutes circonstances et dans n'importe quelle condition. Vie veut dire service. La vraie joie du service ne se fait sentir que si elle s'écoule spontanément de la fontaine de votre existence immortelle. Ainsi, le lâcher-prise a été le moyen de la réalisation de votre nature immortelle et de l'activité heureuse qui en a découlé.

* * *

Quelles que soient les circonstances dans lesquelles vous vous trouviez, n'oubliez pas le Seigneur de l'univers, grand et miséricordieux. La vie, sans la pensée de Dieu, ne vaut vraiment pas la peine d'être vécue. Dieu est notre mère, notre guide et notre protecteur. Etre sans cesse conscient de Lui signifie pureté, force, courage et paix ; car Dieu est toute puissance, connaissance et béatitude.

* * *

De tous temps le monde est monde. Sa nature ludique, en laquelle existent toutes sortes de créatures et d'événements, est telle qu'elle doit être. Ce qui est nécessaire, c'est un changement en vous-même, afin d'ouvrir votre vraie vision pour voir le monde en tant que la *lila* du Seigneur. C'est en fusionnant votre existence relative avec l'être absolu de Dieu, que vous parvenez à cet état. Se souvenir constamment de Lui, c'est le chemin.

CHAGRIN ET DOULEUR

Les prétendus changements, per-tes et échecs sont inévitables dans le jeu de la nature extérieure. Si ce n'était pas comme cela, le jeu divin universel ne serait pas là devant vous. Donc considérez toute chose en tant que témoin impartial et réalisez votre union et votre unité avec la vraie nature de Dieu, "swarup," qui inclut tout. Jouez le rôle que Dieu a prévu pour vous dans un esprit de parfaite soumission à Sa volonté, quelles que soient les épreuves que vous rencontrez. L'objet de la vie humaine est de la libérer des limites et de l'esclavage qu'elle s'est elle-même imposée, en l'unissant à la Réalité éternelle à jamais libre et en considérant vos activités comme un mouvement spontané et festif de la Divine *Shakti*, qui œuvre en vous et partout. Atteindre cette liberté signifie voir la même Vérité révélée dans tous les êtres, créatures et choses dans le monde, vérité qui est à la fois manifestée et non manifestée. Le chagrin et la souffrance ayant été complètement surmontés, votre vie devient désormais l'expression et le mouvement mêmes de la béatitude immortelle.

* * *

N'oubliez pas que vous vivez et bougez dans un monde qui, en réalité, est un spectacle passager. Ne vous y attachez pas, ne vous y identifiez pas non plus. Considérez tout le jeu du monde pour ce qu'il vaut. Dieu est la seule Réalité, la seule Vérité ~ et le seul but de l'existence est de L'atteindre. Quand vous vous serez sincèrement battu pour Lui et L'aurez finalement atteint, la mission de votre vie sera remplie. Gardez le souvenir constant et ininterrompu de Dieu et chassez de votre mental l'influence néfaste du doute et de la tristesse.

* * *

Ne retournez pas dans le passé. Le temps vorace l'a avalé. Que le futur ne vous soucie pas, puisque ce qui a été ordonné arrivera de toute façon. Dans le pré-sent, soyez courageux, avec une parfaite confiance dans le Tout-Puissant. Que votre foi en Dieu soit le baume guérisseur des peines profondes de la vie. La foi n'est pas la foi si elle ne peut vous procurer l'endurance, l'acceptation et la paix.

* * *

Dieu est constamment occupé à vous libérer de l'imbroglio des amitiés et des attachements mondains qui par nature sont instables, non fiables et ne vous apportent que chagrins et anxiétés. Que cette

expérience vous enseigne ceci : s'il y a quelqu'un en qui vous pouvez avoir entièrement confiance et à qui vous devriez offrir un cœur sans partage, c'est le Seigneur suprême Lui-même qui a Son siège éternel dans votre cœur.

* * *

Dieu est toute miséricorde. Priez Le : « O Dieu, guide-moi de l'irréel au Réel ; des ténèbres à la Lumière ; de la mort à l'Immortalité ». S'Il vous fait passer par de nombreuses épreuves douloureuses, c'est seulement pour vous éveiller à l'ultime Réalité. Le monde est une merveilleuse école d'expériences ; mais il est impermanent et illusoire. Kunti Devi, la mère des Pandavas, priait pour obtenir souffrance et tristesse afin de se souvenir toujours du Seigneur. Souffrance et malheur purifient votre cœur et vous libèrent de vos illusions. C'est alors que vous entamez une quête ardente et sérieuse d'une existence au-delà des tribulations de ce monde. Dieu est miséricordieux et aimant lorsqu'Il vous pousse à cette quête ; mais le chemin qui y mène est parsemé de rudes épreuves ~ condition nécessaire pour réaliser le dessein divin. Au-delà de toute cette agitation ~ douleurs amères, misère, anxiété et souffrance ~ se trouve un état non localisable de paix absolue. Voilà votre but. Tout passe, mais Celui qui est cette paix absolue est éternel.

* * *

La souffrance est le vrai sel de la vie. Elle est l'aube radieuse qui annonce l'arrivée du soleil éclatant d'une merveilleuse journée de liberté et de joie absolues. Vraiment, il est béni celui pour qui la souffrance n'est pas de la souffrance. Il jouit certainement en ce moment du nectar même de la félicité et de la paix éternelles

Le corps est un drôle d'instrument. Il est sujet à toutes sortes de désordres. C'est vrai pour tout le monde. Soyez toujours conscient que vous avez un corps et non que vous êtes le corps. Cette 0. Cette pratique consistant à vous dissocier du corps remettra la machine physique à sa place.

4

DIEU

Dans les profondeurs du *Samadhi*, les yogis font l'expérience que le monde n'est pas, parce le *Nirguna* est sans nom, sans forme et sans mouvement. Mais après être revenus à la conscience extérieure, l'univers visible est ressenti comme la révélation de cet Esprit absolu, silencieux et immuable ~ « *Sarvam Khalvidam Brah-ma* », l'unique et suprême Seigneur des mondes, qui est tout, et tout en tout.

Quand vous vous souvenez de Dieu sous une forme particulière, vous Le vénerez en tant que *Saguna*, et quand l'image se dissout dans votre mental, vous élevant au-delà du sens de la dualité, alors vous Le réalisez en tant que *Nirguna*. Tous deux étant les aspects d'une seule Vérité.

* * *

Il n'est pas de plus grand privilège, pour un être humain, que celui de devenir enfant du Parent divin ~ l'enfant immortel du Parent éternel. Cette relation spirituelle est basée sur la con-naissance que l'enfant et le Parent sont Un. Vraiment, il n'y a rien ni personne en dehors de l'unique et suprême Seigneur des mondes, qui est tout, et tout en tout.

* * *

En vérité quand vous devenez le plus petit des enfants de la Mère Divine, vous fusionnez votre petite individualité avec Sa personnalité cosmique. Là, vous réalisez que la Mère et l'enfant sont Un. Là encore, dans votre rôle d'enfant, si vous désirez le rester, vous vous dorez pour toujours au soleil de Sa Divine grâce et protection. La Mère n'est pas la Mère si vous ne La comprenez pas dans Sa vraie lumière et si ne vous soumettez pas à Sa Volonté et à Ses conseils en toutes matières. En vérité, ce qu'Elle veut est toujours pour votre bien. Se révolter con-tre Sa volonté vous privera d'une bonne part de votre force et de votre paix. Cette Mère divine est le Cœur de votre cœur, l'Âme de votre âme. Comme elle est universelle, Elle est la déité suprême ayant toujours Sa place et Son siège au-dedans de vous. Sa révélation dans le monde phé-noménal est simplement merveilleuse. Sa présence douce et pleine de grâce, Son visage souriant, Sa main qui guide et protège, se ressentent partout. Sa forme éblouissante est la seule attraction de vos yeux. Sa voix douce et

apaisante est la plus charmante musique de vos oreilles. La servir, tout faire en Son nom, pour Elle, est le service le plus divin que vous puissiez rendre. En vérité, la Mère est votre tout en tout. Puisse Sa lumière toujours briller sur le monde. Puisse Sa lumière se lever à jamais dans le cœur de toutes les créatures et les éveiller à la connaissance de Son existence et de son pouvoir invincible et tout bienveillant.

* * *

Il est à la fois personnel et imper-personnel. En tant qu'aspect personnel Il a un nom et une forme. L'univers entier est Lui dans cet aspect. Dans l'aspect impersonnel, Il est sans nom ni forme, sans attributs, au-delà de toute compréhension, au-delà des mots pour le dire. Dans l'aspect personnel, Il est amour, lumière, connaissance, puissance, paix, béatitude, pureté. *Nirguna* (l'impersonnel) représente la paix, alors que *Saguna* (le personnel) représente *anand*.

* * *

Il s'étend dans tout l'univers en tant que *Shakti* ~ l'univers lui-même étant Sa forme. C'est dans l'homme qu'Il se manifeste le plus. Les *Mahatmas* et les *Bhaktas* sont Lui, dans Sa pleine manifestation. Les servir entraîne la réalisation de Sri Ram dans Son aspect personnel, qui est Amour. Sri Ram est à jamais assis dans notre cœur à tous et nous sommes tous Ses formes. *Saguna*, *Nirguna* ~ tout est Lui. Aucun sacrifice n'est trop grand pour atteindre cette réalisation suprême ~ ce *Darshan* de l'Un en tous ~ cette apogée d'inexprimable paix et béatitude.

Le mental doit être purgé de ses désirs égoïstes qui créent la diversité, la souffrance, la misère. Il doit être libéré de *Raga* et *Dwesh*. Il doit atteindre *Samata*, l'égalité, qui signifie *Sama Darshan*, semblable à Ram *Darshan*. Aimez tout le monde, aimez tout le monde. Aimer tout le monde, c'est L'aimer Lui, parce qu'Il est tous. D'abord, voyez-Le dans les *Bhaktas* et les *Mahatmas*, puis voyez-Le en tous ~ en tant que tous.

* * *

Abandonnez l'idée que vous êtes l'auteur. C'est la *Shakti* qui vous pousse à faire toute action. Déracinez tous les doutes et élevez-vous au-dessus des *Dwandwas* tels que joie et chagrin, gain et perte, honneur et déshonneur, ami et ennemi, vertu et péché, etc. Sachez que Dieu seul est : en tant que *Shakti* ou *Prakriti* dans la forme, le changement, le mouvement et l'action, et en tant que *Shiva* ou *Purusha*, l'Esprit qui imprègne tout, sans forme, immuable, immobile, non agissant.

Shakti en mouvement et en action est amour et béatitude infinis, *Shiva* est paix absolue. *Purusha* et *Prakriti* sont les deux aspects éternels de *Purushottama* qui est à la fois les deux et au-delà. Savourez le calme parfait en tant que *Purusha*, le témoin, et la béatitude de l'amour universel en tant que *Prakriti* ou *Shakti*.

* * *

Le changement est l'ordre de l'univers. Le comment et pourquoi des événements grands ou petits qui surviennent dans le monde, sont des questions qui n'admettent aucune réponse. La Volonté divine est suprême en toutes choses.

Dans les premières étapes de la *Sadhana*, quand la volonté individuelle égotique persiste et rend les progrès difficiles, se soumettre à la Volonté toute-puissante de Dieu est en vérité un chemin facile. C'est seulement lorsque vous êtes mus par la volonté de Dieu, qu'une volonté vraiment indépendante agit en vous. Le saint a fait de sa volonté la volonté de Dieu, et vice versa.

Abandonner une volonté faible et défectueuse à la Volonté divine, afin de dissoudre le sens de l'ego, est en réalité plus facile que d'affirmer une Divinité au-dedans de vous afin que la volonté individuelle se transforme en Volonté divine. Dans le premier cas une main toute-puissante vous élève et vous protège de tout danger, tandis que dans le second, puisque vous dépendez de vous-même pour développer peu à peu votre volonté, il y a toujours un danger de chute. Vous avez entendu parler de l'exemple du chaton et du bébé singe¹.

* * *

La volonté de Dieu veut dire le pouvoir de Dieu. Le pouvoir de Dieu est l'univers manifesté. Tout mouvement, tout changement dans l'univers, appartiennent à ce pouvoir. Réaliser cette vérité c'est se soumettre à ce pouvoir, à cette volonté. Le « je » individuel est complètement irréal. La Vérité, c'est Dieu et Son pouvoir, qui est amour et joie infinis. De même que la puissance du soleil réside dans la chaleur et la lumière qu'il procure, le pouvoir de Dieu s'exprime par l'amour et la joie. Dieu et Son pouvoir sont à la fois un et différents, comme le lait et sa blancheur. Dieu représente l'immobilité et la paix absolues ; Sa puissance, l'éternel mouvement et la joie. L'amour signifie le mouvement. L'amour appartient au pouvoir de Dieu ~ ainsi que la joie qui en résulte. Le pouvoir crée, maintient et détruit. Tout est l'œuvre de l'amour, pour la joie

¹Ramdas fait allusion à la comparaison souvent faite du chaton qui attend tout de sa mère ~ et l'obtient ~ alors que le bébé singe s'agrippe à son ventre, au risque de tomber des arbres où elle est mon-tée.(N.D.T.)

seule. L'univers visible est une manifestation du pouvoir, c'est-à-dire de l'amour et de la joie ; le non-manifesté est l'Esprit calme, silencieux, omniprésent et immuable.

* * *

Un objet en rotation à très grande vitesse paraît être au repos parfait.

Un morceau de fer est posé devant nous : on dirait qu'il est au repos, alors que ses particules sont dans un état de vibration et d'activité intenses.

Ainsi, repos et mouvement sont combinés de telle façon qu'ils existent simultanément dans tous les objets. Appliquez cela à tout l'univers. C'est un éternel mouvement coexistant avec un éternel repos. L'éternel repos est l'idéal ; l'éternel mouvement est le réel. L'un est Esprit et l'autre est Matière. Idéal et Réel, Esprit et Matière, sont les deux aspects éternels, en mouvement et au repos, de l'Un Transcendant ~ l'ultime Vérité suprême.

* * *

En vérité, les voies de Sri Ram, sont impénétrables. A vous d'observer Sa divine *Lila* en action ~ Son merveilleux jeu dans le monde. Les concepts de paires d'opposés ne sont rien d'autre que des bulles d'air sur le calme océan de *Sat-Chit-Anand*. Mais combien de fois n'êtes-vous pas dans l'illusion en les croyant réelles ! À une certaine distance vous voyez le mi-orage, vous croyez que c'est de l'eau alors qu'en vérité il n'y a pas d'eau du tout. C'est ainsi qu'est ce monde. Mais l'irrésistible *Maya* fait de son mieux pour maintenir fermement le rideau d'ignorance entre vous et la Réalité. Il y a un moyen de s'en sortir. Abandonnez-vous à Sri Ram, Existence infinie, splendeur, pouvoir, connaissance, pureté et béatitude, qui déchire ce faux rideau qui vous empêche de voir Sa gloire et Sa magnificence. Comment vous soumettre à Lui ? L'Amour universel, voilà le chemin. Laissez votre vie s'accorder sur cet Amour et celui-ci vous guider. En vérité, cet Amour est immense et sublime ! Alors vous vous perdez dans cet océan d'amour, vaste étendue sans fond, sans limite, imprégnant tout. Le goûter est joie, y entrer est béatitude, fusionner et devenir un avec lui est indicible enchantement et inexprimable extase divine. Alors le monde n'est pas un monde de diversité et de discorde pour vous, mais vous voyez l'harmonie régner, l'amour imprégner tout, et partout c'est un déluge de félicité.

* * *

Soyez toujours conscient que le Dieu que vous priez est à l'intérieur de vous et partout autour de vous. Sa protection et Sa grâce sont toujours là pour vous. Ayez toujours à l'esprit qu'Il vous guide de l'intérieur.

C'est vrai, la puissance de Dieu est partout manifestée. *Prakriti* c'est Lui en Son universelle révélation. Sa lumière et Sa gloire emplissent toute chose. S'en remettre à Lui et réaliser Sa grandeur inimaginable et inexprimable, c'est atteindre l'immortalité et la béatitude. Où sont l'esclavage et la souffrance pour l'âme qui s'est mise à l'écoute de cette magnifique Vie ou Vérité ? Le Seigneur suprême est le souffle même de votre souffle. Vous lui appartenez toujours. Lui et vous n'êtes pas différents. Gloire à Lui !

* * *

Le monde est un grand dé-ploiement de la *lila* du Seigneur. En fait, chacun de vous, y jouant un rôle personnel, est l'expression de Lui-même. À la lumière de ce savoir et de cette vision, vous êtes tous éternellement Un ; la diversité n'apparaît seulement qu'en surface.

* * *

L'univers entier est en effet une manifestation bienheureuse de Sri Ram. Toute forme en lui, est une vague et un mouvement de Son amour infini. La diversité et le désaccord sont irréels ~ résultats d'un mental dupé par l'ignorance. L'unité et l'harmonie sont les vrais attributs de cette Vérité, en qui Dieu, l'univers et l'homme sont un. Il n'y a d'autre existence que Lui. Il est vérité éternelle, amour, puissance, lumière et béatitude. Quels mots peuvent Le décrire, Lui qui transcende tout discours et pensée !

* * *

Où se trouve votre Mère divine, votre Maître très aimant ? Oh, quelle joie d'être conscient que cet Être suprême trône pour toujours dans votre cœur ! Vous demeurez éternellement en Lui et Il vit en vous éternellement. Sri Ram remplit et pénètre l'univers entier. La musique divine fait frémir de joie toute particule et tout atome. L'éclat de Sa splendeur illumine tout. Il est l'inépuisable source de délectation, de paix et de béatitude. Il est infinie fontaine d'amour et de compassion. Gloire à Lui !

* * *

En tant que disciple vous êtes à la fois un et différent de Dieu. Vous êtes comme la rivière. La rivière est une avec l'océan ; pourtant elle ne cesse de couler vers l'océan. Ceci est le merveilleux mys-tère de Dieu et de Son *Bhakta*.

Vous êtes entièrement Lui. Le réa-liser est votre but commun à tous ~ le seul véritable but de cette existence humaine. Quand Dieu vous met dans des situations où vous êtes obligés de vous souvenir de Lui et de Le prier sincèrement pour qu'Il vous mène à Ses pieds sacrés, n'est-Il pas bon ? Est-Il bon lorsqu'il vous donne des babioles passagères qui vous apportent souffrance et misère ? Il accorde ces babioles quand vous priez pour les obtenir, mais alors Il vous prévient : « Vous avez demandé du périssable ; vous ne pouvez en tirer un bonheur permanent. Souf-france, anxiété et chagrin y sont toujours associés. Cherchez ce qui est éternel, ne cherchez que Moi. Je suis *Sat-Chit-Anand*, existence, conscience et béatitude abso-lues ».

Priez pour Sa grâce et Sa vision. Vous êtes déjà libre et immortel. Priez-Le pour qu'Il vous donne cette connaissance, qu'Il vous donne cette réalisation.

* * *

La Mère Divine qui préside à toutes activités, événements et à tout ce qui arrive dans l'univers, ne vous veut que du bien. Le seul but de Son travail est d'apporter partout harmonie et paix. L'esprit qui doute voit dans Son activité la discorde et la confusion. La Mère est une véritable incarnation de l'amour. Aucune de Ses actions ne peut avoir d'autre but que le bien. De par sa nature même, le soleil ne peut dispenser que de la lumière et est incapable de produire les ténèbres. De façon similaire, les actes de la Mère ne peuvent être que salutaires. En Elle, il n'y a aucun mal. Le prétendu mal est le pro-duit d'un mental qui n'a pas foi en Elle. Priez-La de cette façon : « Oh, Mère des mondes, je suis Ton enfant ignorant. Gui-de-moi et contrôle-moi selon Ta volonté. Tu es mon seul protecteur et je suis Ton en-fant. Je suis Tien à tout jamais. Porte-moi toujours sur ton cœur en tant que Ton enfant éternel. Voilà le refuge que je cherche. L'éternité est le lien qui m'unit à Toi. Étant toujours en accord avec Toi, laisse-moi être Ton enfant ».

* * *

Dieu met en place toutes choses à Sa manière et au moment où Il le décide. A vous de travailler avec l'esprit libre et gai d'un enfant, Lui laissant la décision quant aux résultats. Dieu Lui-même est un en-fant, qui joue ce jeu universel. Partout c'est Lui et tout le monde est Lui.

* * *

Sri Ram est amour infini, lumière, puissance et félicité. Il est la Mère la plus aimante et le plus puissant Maître de l'univers. Il est assis dans toute Sa gloire dans le cœur de chacun.

En vérité, le nom de Sri Ram est merveilleusement puissant. Il a transformé un voleur en grand saint du nom de Valmiki. Il a aidé Kabirdas, Tulsidas, Ram-das et beaucoup d'autres à traverser l'océan du *samsara*. Ce grand nom est aussi doux que le nectar lui-même. Quand, par Sa Grâce, ce nom s'est fermement installé dans le mental et sur la langue de quelqu'un, cette personne devient bénie et atteint la liberté, la béatitude et la paix éternelles. Sri Ram est pur amour, un véritable océan d'amour, qui absorbe, im-prègne et inonde l'univers entier.

Que le mental soit toujours rempli de cet amour suprême et indescriptible ; qu'il fusionne avec lui et réalise que tout, tout ce que vous voyez, est l'expression de cet amour. Quand toutes les formes, toutes les choses, toutes les actions, tout ce qui arrive, prennent leur source dans cet amour, où est la souffrance, le chagrin, le doute ou la peur ? Votre vie, vos actions et votre être sont dans cet amour. Sri Ram est cet amour. Penser à Lui, méditer sur Lui, répéter Son Nom, parler de Lui, écrire sur Lui, c'est Le réaliser, réaliser et atteindre cet amour. Ce n'est qu'à travers l'amour que vous pouvez le rejoindre. Il n'a ni forme ni nom. Il est au-delà de tous les *Dwandwas* et *Gunas*, mais vous ne pouvez aller à Lui qu'en Le vénérant à travers le nom et la forme. Sri Ram est ce nom, l'univers est cette forme. Aimez-Le de toutes vos forces. Que votre esprit réalise sa parfaite union avec Lui, et laissez le corps être actif en tant qu'instrument entre Ses mains.

5

L'AUTHENTIQUE VISION

La vision authentique veut dire la vision de la Réalité intérieure. L'homme ignorant est sans arrêt occupé à se cramponner aux formes extérieures. Tant que l'homme ne voit pas la grande Vérité dont il est à la recherche à l'intérieur de lui, il ne peut connaître la paix.

* * *

Recherchez la vision universelle : voyez l'univers manifesté comme la forme et l'image mêmes du Seigneur assis dans votre cœur.

Transcendez tous les noms, formes, lumières, sons, etc., et fondez-vous dans l'océan infini de paix et de joie divines. Élevez-vous au-dessus de l'idée du corps, des *Gunas* et de tous les états psychiques et jouissez de la béatitude et de la liberté que procure l'immortalité. Vous et le Seigneur suprême n'êtes pas différents. Vous êtes Son essence, qui plus est Sa forme même, parce qu'il n'y a per-sonne ni rien qui ne soit Lui. Ceci est la vérité. Réalisez-la.

La façon d'échapper aux griffes des *Dwandwas*, quand vous vivez dans la conscience du monde des noms et des formes, est de considérer toutes choses et objets comme les formes manifestées de l'unique Vérité éternelle. Le pouvoir divin, émanant de la Vérité, apparaît sous la forme de l'univers entier. Tous les mouvements et toutes les activités de *Prakriti* sont Siennes. Toutes vos pensées, le jeu des sens et du corps sont Sa *lila*. Voyez tout comme Dieu Lui-même ~ manifesté. En soumettant votre ego à la Divine *Shakti*, vous pouvez atteindre cette vision. Cette vision vous libèrera de tous vos doutes et vos actions seront spontanées, remplies de bonheur et d'extase. La lumière de Dieu brillera alors dans vos yeux et vous Le verrez partout. Le *Nirguna Swarup* de l'*Atman* et le *Saguna Swarup* de l'univers, seront pareils pour vous. En vérité ils sont les deux aspects de la même Réalité. Soyez l'enfant de la Mère éternelle, toujours libre et bienheureux, toujours conscient que la Mère et l'enfant sont une seule Vérité, bien que dans le jeu de l'amour ils soient supposés être différents. Ceci est le but suprême, le sommet de la Réalisation divine. Que "*Vasudevah Sar-vamithi*" [tout est vu comme Lui seul partout et en tout] soit votre réalisation.

* * *

6

GURU ET SATSANG

Il n'y a pas de plus haute déité que le Guru. Le Guru est le Seigneur de l'univers ~ la Réalité ultime suprême ~ le seul maître de votre être et de toute existence. Le Guru est Sri Ram.

* * *

Puisque vous avez reçu le *Gu-rumantra*, avez-vous besoin que l'on vous redise, pour vous rassurer, que Dieu vous accepte comme son enfant ? Sentez tou-jours que vous l'êtes. Votre Dieu, votre Guru demeure en vous.

* * *

En vérité, il n'y a rien qui élève plus que le Satsang. Tous les saints sont d'accord sur le besoin d'un Guru. Dire que sans Guru un aspirant peut atteindre l'ob-jectif spirituel, revient à dire qu'un enfant pourrait naître sans l'existence de la mère.

N'oubliez-pas un seul instant la nature immortelle et extatique de votre être véritable. Vous ne pouvez maintenir cette conscience ou ce souvenir, que lorsque vous êtes en contact constant avec les saints. Soyez aimable, tolérant et cha-ritable envers tous ceux qui viennent à vous. Ne vous laissez pas mener comme du bétail stupide. Affirmez votre nature divine innée et permettez-lui d'illuminer librement votre personnalité et toutes vos activités. Par association avec les hommes divins, vous avez compris l'enjeu suprême de la vie. Ne laissez rien jeter un voile sur la lumière et le savoir que vous avez acquis par une telle communion. Que le Seigneur vous bénisse et vous garde tou-jours en Sa présence divine.

* * *

7

LA FOI

La foi en Dieu signifie la foi en votre propre Soi supérieur qui est votre être véritable. Les principales qualités de cette foi sont l'absence absolue de peurs, d'anxiétés et d'inquiétudes de toutes sortes, par une entière soumission à la volonté toute-puissante de ce Soi suprême. Pour parvenir à cette soumission, vous devez maintenir votre mental sur Dieu en permanence, ne lui permettant pas de se laisser harceler par des pensées concernant votre corps et d'autres sujets. Cette Vérité suprême qui réside en vous n'est que compassion et miséricorde. Votre tâche est d'avoir confiance en cette grande Vérité et d'abandonner tout souci. Il est banal de dire que la foi peut soulever les montagnes.

Maintenez une vie de stricte discipline en ajustant nourriture et sommeil en accord avec un programme établi. Par dessus tout, maintenez toujours une vie de *Brahmacharya*. Prier simplement Dieu, sans l'effort nécessaire de votre part, ne peut rien vous apporter. La vie est accordée pour l'accomplissement de ce grand idéal que sont la liberté et la bonne humeur dans le service gratuit et le sacrifice. La simple consécration de la vie à ce but élevé la libérera de toute détresse.

* * *

Quand vous avez à un moment donné pris complet refuge en Dieu, vous devez abandonner tous les doutes et toutes les inquiétudes. Vous devez considérer que quel que soit le cours des événements dans votre vie, c'est toujours pour votre bien. L'honneur et la disgrâce du monde ne pèsent pas sur Ses décisions. Vous devez librement et sans réserve vous remettre entre Ses mains. Il ne peut pas venir vous secourir si vous ne cessez d'être préoccupé et agité. L'abandon représente un état de paix et de calme parfaits, atteints par la totale soumission à la Volonté divine.

* * *

Peurs et anxiétés ne peuvent vous affecter dans vos entreprises si votre foi est ferme et assurée. Dieu est le grand pourvoyeur et celui qui Lui fait confiance n'est jamais perdu. Il vous suffit d'accorder votre volonté avec Sa volonté, de fusionner votre conscience avec Sa lumière et Sa sagesse, d'unir votre vie à Son existence éternelle ; vous serez alors parfaitement en sécurité dans toutes les situations de la vie.

* * *

La puissance divine, manifestée à l'œuvre chez les grands Mahatmas, est capable de réaliser des miracles étonnants. Par la foi seule, vous pourriez atteindre des idéaux élevés et ambitieux. Si vous cherchez sérieusement l'illumination spirituelle, vous devez travailler dur en concentrant toutes vos pensées sur le but suprême de la vie, la Réalité immortelle qui réside en vous. Se contenter de courir après les Gurus, sans avoir la foi ni le désir sincères de bénéficier de leur contact, n'est d'aucune utilité.

8

LA PAIX

La paix dont vous avez envie est toujours en vous. Si vous la cherchez en dehors, vous ne l'aurez jamais nulle part. C'est une grande vérité que très peu de gens réalisent.

* * *

L'abandon est le seul chemin qui conduit vers la paix. Donc, en toutes circonstances de la vie, soumettez-vous à la volonté de Dieu, et libérez-vous de tout souci et de toute forme d'anxiété. Tout arrive comme le Seigneur l'a décidé. N'affirmez pas votre volonté et n'attendez pas que tout se mette en place comme vous le désirez. Les situations déplaisantes sont le lot de l'espèce humaine. A vous de vous en remettre au Seigneur sans qu'elles vous affectent.

* * *

Quand le mental repose en paix grâce au lâcher-prise total, le désir du cœur est réalisé sans délai. Par l'abandon parfait du petit soi, toute aspiration cesse et la réalisation peut advenir sans plus attendre. Ceci est le secret de la réalisation.

* * *

La plus grande faim de l'âme, c'est la paix et la béatitude absolues. Vous ne pouvez avoir cette paix et cette béatitude que lorsque votre mental repose au cœur de la Réalité Infinie. Ainsi, une contemplation constante sur la Vérité unique, dont les attributs sont félicité immortelle et paix, peut seule satisfaire complètement les aspirations de l'âme. Dirigez donc toutes les forces de votre mental et de votre intellect vers le Seigneur tout miséricordieux de l'univers et remettez-vous entièrement entre Ses mains. Il n'y a pas de chemin plus facile que le lâcher-prise. Celui qui fait confiance au Tout-Puissant est à l'abri de tout mal. Ceci est la règle de Dieu qui ne connaît aucune exception. Marchez donc sur le chemin de la dévotion pure et simple. Soyez conscient que le Seigneur

assis dans votre cœur est votre protecteur tout puissant. Gardez constamment en vous son souvenir. Accordez votre pensée et votre vie avec Son existence radieuse et permettez ainsi à Sa divine énergie de s'écouler en vous et de transformer votre vie en une vie de paix et de joie. Ne vous laissez pas envahir par l'abattement, le doute ou le désespoir.

* * *

Faire l'expérience de la tranquillité de l'Esprit omniprésent, qui est à la fois le témoin de ce monde de manifestation et la manifestation elle-même, c'est réaliser Dieu en Sa nature et en Son être qui pénètrent tout. Voyez partout le Divin. Élevez-vous au-dessus de toutes les conditions et demeurez toujours en union avec la Vérité immortelle qui s'est manifestée en tant que tout. Tout est de Son fait parce que tout, tout est Lui seul. Ramdas n'a rien à vous dire en dehors de cela. Réalisez que vous et tous les êtres, créatures et choses dans le monde, sont absolument divins.

* * *

Il est vain, pour un homme, de se lamenter sur son sort dans ce monde et sur les amitiés instables. Cherchez la vraie vie en Dieu et l'amitié de l'Éternel. Tous deux durent toujours. Visez haut. La vraie paix ne peut jamais venir en partage à l'homme aussi longtemps qu'il pense que les ajustements de la vie extérieure peuvent lui garantir le bonheur. La déception et la détresse seront son lot, où qu'il soit. Réfléchissez et sachez une fois pour toutes que liberté et paix véritables reposent uniquement sur l'intime communion avec la Vérité immortelle qui habite dans votre cœur. Prenez complètement refuge en Dieu, en vous souvenant constamment de Lui, et soyez heureux dans toutes les situations où Il vous place. N'empoi-sonnez pas votre vie avec des soucis et des inquiétudes. Faites de Dieu votre ami et soutien. Dès que vous devenez Un avec Lui, Il ne vous lâche plus jamais. Il vous conduit à l'immortalité et à la béatitude. C'est comme ça et ce ne peut être autrement.

* * *

C'est vrai que jusqu'à ce qu'un homme ou une femme ait trouvé le bien-aimé Seigneur de l'univers dans son cœur, il ne peut y avoir ni vraie paix ni libération pour son âme en lutte. Pour cette raison, sentez à tout moment la divine Présence qui est à jamais avec vous et en vous. Que le flot de Son souvenir s'écoule sans arrêt dans votre mental, et puissiez-vous réaliser la suprême bénédiction de l'union parfaite avec Lui.

* * *

9

L'AMOUR

L'amour engendre l'amour. L'a-mour est vie, l'amour est Vérité. La plus haute réalisation est l'amour, le but le plus grand est l'amour.

* * *

Seule la vision cosmique pro-posée dans la Gita peut vous permettre de réaliser l'amour universel. Cette vision, ou amour, vous accorde la joie inaltérable et la paix. Aimer Dieu, c'est aimer tout le monde, et aimer tout le monde c'est aimer Dieu. C'est cela le secret de la réalisation du Soi et de la libération, et le Ram Nam en est la voie.

En vérité, tout mouvement de votre mental par la pensée, tout mou-vement de votre langue par les mots, tout mouvement de vos membres, toute ac-tivité de leur part, toute action, est le jeu de *Shakti*. *Shakti* n'est rien d'autre que l'amour de Dieu. Quand nous réalisons que tout mouvement est le mouvement de cet amour suprême, nous vivons sans arrêt dans un état d'extase divine qui est tout simplement inexprimable. Alors, *Prem* nous remplit de part en part, en d'autres termes nous sommes imbibés de *Prem*. La qualité de *Prem* est *Anand*. Apparaît alors le témoin de ce jeu de l'amour ou *Shakti*, l'immuable, qui lui ne change pas, qui im-prègne tout, l'aspect statique de votre être, dont la qualité est la paix ineffable. Sur cet écran non affecté de paix éter-nelle, l'amour infini danse sous toutes sortes de formes qui donnent naissance à la musique enivrante d'*Anand*. Chaque particule de votre corps et de l'univers entier tressaille de l'amour de Sri Ram. Il n'y a rien d'autre qu'*Anand* dans tout mou-vement, changement et activité. Il n'y a rien d'autre que la paix dans les pro-fondeurs de toutes les formes ~ consé-quence du mouvement et du changement. Ainsi, la paix et la béatitude éternelles sont l'unique Réalité.

* * *

Tout le monde ne veut manger que des douceurs. Pour tous, l'idée de nourritures amères est repoussante. L'Amour pur et glorieux ~ l'amour divin immortel ~ nous fait toujours goûter dou-ceur et joie. Ouvrir vos cœurs au flux de cet amour enivrant et demeurer éternel-lement dans son ravissement est la suprê-me bénédiction et le but de la vie. Tout ce qui passe ~ vos ambitions insignifiantes et aspirations débridées ~ sont des choses du moment. Vos plaisirs et peines, vos succès et échecs, vos exaltations et dépressions, vos désirs et fantaisies, tout, tout passe. La

seule chose qui reste inaltérée, permanente et éternelle, c'est l'Amour divin.

* * *

L'amour ne se contente pas que d'aimer, il s'exprime à travers des actes de service. L'amour n'est béatitude que lorsqu'il se donne librement. En conséquence il est dit à raison : « celui qui donne et celui qui reçoit sont tous deux bénis ».

* * *

L'amour doit toujours se révéler dans le service ; autrement il n'a pas de valeur, ou ce n'est pas de l'amour. L'amour se sacrifie gaiement ; l'amour souffre volontiers. Là où se trouve un tel amour, il y a réelle paix et joie. Il illumine et bénit la vie.

* * *

Ô amour ! Rien n'est plus grand que Toi ! L'amour est Vérité. L'Amour est Dieu. L'Amour est tout. Le nom de cet Amour est Ram. Ainsi, répéter ce Nom c'est réaliser cet Amour suprême ~ c'est savourer une béatitude sans fin.

* * *

10

LE NOM DU SEIGNEUR

Soyez certain que le Nom du Seigneur est tout-puissant. Non seulement il vous protégera de tout mal, mais il vous accordera aussi le pouvoir d'endurance et la paix. Prendre refuge dans le Nom c'est prendre refuge en Dieu, parce que Dieu et Son Nom ne sont pas différents. Avec le Nom sur les lèvres vous pouvez résister à toutes les tempêtes de la vie, vous pouvez braver tous les dangers, toutes les déceptions et toutes les pertes qui surviennent.

Pour ce qui est de la répétition du Nom, laissez tomber les comptes. Compter distrait le mental de l'idéal essentiel d'adoration et empêche la concentration nécessaire du mental. Que ce soit une règle de répéter le Nom divin en tous temps et en tous lieux. Il n'y a aucune restriction à Le répéter.

* * *

Quel que soit le Nom par lequel vous vous souvenez de Lui, soyez-en certain, vous êtes en communion avec la Réalité qui est l'Esprit universel, votre maître intérieur et Maître des mondes. La mère c'est Lui, le maître c'est Lui. Votre suprême Bien-aimé c'est Lui.

* * *

Là où le Nom du Seigneur est prononcé, résident toute pureté, puissance et bonté.

* * *

Le pouvoir du divin *Ram Mantram* est grand au-delà de toute expression. Avec son aide vous pouvez défier la mort elle-même. Soyez toujours sans peur et libre. Sachez toujours que Dieu, qui est la source de toute force et paix, est votre Mère, Ami et Seigneur, et qu'Il est toujours avec vous pour vous protéger, vous aider et vous guider.

* * *

Le Nom de « *Ram* » a en Lui-même une valeur intrinsèque, bien que les autres noms de Dieu soient aussi grands et puissants. Concernant le *Mantra*, le rythme est un des facteurs les plus importants, parce que la mélodie apaisante du mot ou de la combinaison de mots répétés a un effet merveilleux sur le mental distrait. De tous les mots, le mot « *Ram* » produit un son des plus délicieux. Pas une seule combinaison de deux lettres ne serait capable, par sa musique harmonieuse, de calmer et d'apporter la paix au mental, comme les lettres dans le mot *Ram*. Il est justement dit que « *Ram* » est égal en puissance au mot le plus sacré, « *OM* ». Et pour l'aspirant qui s'efforce d'atteindre Dieu par l'intermédiaire de sa *Saguna*, ou aspect manifesté, « *Ram* » correspond au nom d'une incarnation de Dieu. Pour ces raisons, Ramdas pense que le nom *Ram* est plus largement accepté pour le *Japa* qu'aucun autre nom de Dieu.

La pureté est le plus grand atout d'un être humain ~ pureté en pensée, en parole et en action. La pureté est réalisée quand le mental est empli du souvenir de Dieu. Un mental pur reflète toujours la gentillesse, le pardon et l'amour envers tous.

* * *

En vérité, le nom de Sri Ram est glorieux ! Le nom est *Brahman* Lui-même. Ainsi le déclarent les *Védas*. Avoir ce Saint Nom constamment imprimé dans la pen-sée, c'est réaliser *Brahman*. *Brahman* est existence éternelle, connaissance et béati-tude. Il est la source de toute bonté,

pureté et puissance. Ce nom puissant ~ Sri Ram ~ représente tout cela. A Lui toute gloire !

Le plus simple moyen d'atteindre ou de réaliser Sri Ram est certainement de répéter Son Nom tout-puissant. *Smaran*, veut dire vous souvenir de ce que vous avez oublié. Vous avez oublié que vous étiez Sa *Swarup*. Vous êtes toujours Lui, mais votre ignorance vous a fait oublier votre vraie nature. Le continuel, l'incessant *Smaran* de Sri Ram est là pour vous libérer de l'ignorance et finalement vous faire réaliser que vous êtes tous Lui et seule-ment Lui. Il n'y a rien d'autre que Lui. Pour y arriver votre mental doit être d'une pureté totale. La répétition de Son grand nom est encore une fois le seul moyen ou *Sadhana*. Un mental pur est le préliminaire de votre abandon à Sri Ram. Concevez un amour fort et intense pour Sri Ram ~ plus votre amour pour Lui sera intense, plus votre souvenir deviendra automatique, continu et ininterrompu ; parce que c'est votre nature de vous souvenir de ce que vous aimez le plus.

* * *

Seul un mental pur peut réaliser Sri Ram qui est la Vérité Suprême, omni-présente, immuable, le but le plus élevé et le meilleur de votre vie. Votre désir intense d'atteindre ce but, c'est à dire Sri Ram, est *Bhakti*. Plus votre désir de réaliser ce but est intense, plus vite vous vous en approchez. C'est pourquoi le souvenir incessant, continuel ~ *Smaran* ~ est la seule *Sadhana*. *Smaran* de quoi ? *Smaran* de votre véritable *Swarup* qui est Sri Ram ~ qui est Sat-Chit-Anand. Ce réel *Swarup* est l'univers entier. L'univers est *Brahman*, Sri Ram.

* * *

Ayez votre foi dans le Nom tout à fait inébranlable, et répétez-le à tout moment. Vous verrez au cours du temps qu'un pouvoir mystérieux en vous s'éveille et infuse courage, force et joie dans toutes vos activités.

* * *

Tous les *Mantras* ont le même pouvoir. Le *Shiva Mantra* est aussi puissant que le *Ram Mantra*. Ne faites aucune dif-férence entre Rama et Shiva. Le nom représente le *Purushottama* de la Gita, qui est *Purusha* et *Prakriti* en même temps, et aussi le Suprême, au-delà des deux. Médi-tez sur Ses attributs infinis. Tentez de Le réaliser dans votre cœur et ensuite partout dans l'univers. Ne vous accrochez à aucune forme. Ne doutez pas, ne vous posez pas de questions. Dieu dans votre cœur est votre guide et protecteur. Il est votre père, mère, Il est tout.

* * *

La dévotion à Dieu qui est assis dans le cœur de nous tous, est le seul chemin qui conduit l'âme en conflit à un havre de paix et de joie parfaites. Privée de dévotion, la vie est aride et fade. La dévotion l'adoucit et la libère des liens de l'ignorance. La dévotion signifie le souvenir plein d'amour du Seigneur. Béni vraiment est le cœur qui adore le Seigneur, et bénies sont les lèvres qui prononcent Son nom doux comme du nectar.

* * *

Pour l'homme qui a atteint le but suprême de la parfaite réalisation du Soi ou libération, la répétition du divin *Man-tram* est facultative. Il peut ou non répéter le *Mantram* puisque sa continuelle répétition a porté ses fruits en lui : la conscience suprême qui est paix, béatitude et connaissance absolues. L'âme libérée, après avoir abandonné son corps, peut renaître ou pas. Si elle renaît, elle deviendra une puissance active pour éveiller l'humanité à la gloire de son immortalité.

* * *

CONCENTRATION

Pour se concentrer il est essentiel que le mental se fixe sur une pensée à l'exclusion de toute autre. Ainsi, écouter un son qui tinte à l'oreille et au cœur, méditer sur un idéal ou une *Ishta*~ tous deux représentant ou symbolisant l'ultime et grande Réalité~ doivent être pratiqués ; sinon la concentration, ou focalisation du mental, sera impossible. Cela ne veut pas dire qu'on ne doit pas aimer d'autres *Ishtas* ou noms, qui représentent Dieu.

* * *

Foi et pratique associées peuvent permettre à l'aspirant de surmonter n'im-porte quelle difficulté rencontrée dans la lutte pour contrôler son mental. Il est certain que *kripa*, ou la grâce d'un saint, est essentielle. Sous sa direction et son influence, le *Sadhaka* progresse rapide-ment vers le but. Mais son propre effort, aussi, est essentiel. L'inactivité *tamasique* ou l'activité *rajasique* sont des obstacles. Seul un comportement désintéressé et centré, incite à la vraie concentration et à la réalisation ultime. Votre vie est entre vos mains : élevez-la, purifiez-la et rem-plissez-la du bonheur absolu de l'im-mortalité. Que Dieu en vous soit votre guide.

* * *

Par la pratique ou *Abhyas* vous pouvez atteindre tout ce à quoi vous aspi-rez. Il vous faut de la détermination et de la persévérance. Ne soyez pas faible. Le pouvoir infini de Dieu est en vous. Dans toutes les pratiques, tirez la force de cette source. Rien ne peut être accompli sans lutte ni effort. Pour contrôler le mental vous devez avoir une énergie indomptable. Vous pouvez l'obtenir par une pratique solide. Si au début vous n'arrivez pas à fixer votre mental par le *Japa*, ne vous découragez pas. Continuez le *Japa* avec persistance et vous verrez que graduel-lement, la nature agitée du mental s'apaisera. Recherchez la solitude pendant les temps libres, et la compagnie des pas-sionnés de Dieu. Vous n'avez pas besoin de tenir les comptes du *Japa*. Cela distrairait votre mental. Ayez le nom de Dieu tou-jours sur les lèvres. Ne faites pas de lectures qui puissent troubler votre mental. Ayez un style de vie régulier et discipliné. Méditez ou répétez en silence le mantra dans un endroit paisible. Levez-vous de bonne heure. Ne gaspillez pas vos énergies

mentales et physiques. Soyez modéré dans tout ce que vous faites. Votre progrès dépend de vous. La vérité ne peut être transmise de l'un à l'autre. Chacun doit travailler pour elle de sa propre initiative et force ; parce que la Vérité n'est nulle part ailleurs qu'en chacun d'entre vous. Croyez en la bénédiction de Dieu toujours avec vous. Avancez et atteignez le but de l'immortalité et de la paix ~ état qui est votre propre être véritable.

* * *

Quel que soit le symbole de Dieu que vous placiez devant vous en adoration, son but est d'éveiller en vous, par un processus progressif, le sens de l'im-mortalité ; et quand vous êtes parvenu à maintenir l'état ultime de conscience divine, vous n'avez plus besoin de vous raccrocher à un symbole externe. Dieu, en tant que maître extérieur, ne peut que vous éveiller à la Réalité ; mais la condition pour un tel éveil doit venir de votre propre aspiration, lutte et discipline. Les maîtres indiquent le chemin qui mène au but le plus élevé de la vie humaine ; il revient à l'aspirant de parcourir ce chemin. Seule une discipline de maîtrise de soi peut vous donner la force d'y avancer avec audace.

* * *

Ce n'est que par une discipline de concentration que le mental récupère ses pouvoirs perdus. Vous devez avoir une règle de vie stricte et abandonner toute activité qui dissipe tant le mental que le corps. Les aptitudes incontrôlées et mal utilisées sont responsables de la confusion qui assaille la vie. Prenez l'habitude de vous lever tôt le matin et consacrez du temps à la contemplation de la Vérité im-mortelle demeurant en vous, qui est toute puissance, connaissance, paix et béatitude. En pratiquant une telle méditation, vous allez récupérer les pouvoirs affaiblis de votre intellect. Votre mémoire s'aiguïsera et la force d'assimilation de votre mental augmentera d'autant. Menez une vie pure et simple remplie d'activités favorables aux personnes autour de vous. Laissez votre cœur chérir des idéaux nobles. Les enseignements et les vies de grandes âmes désintéressées infusent de l'énergie et de l'enthousiasme dans votre vie. En résumé, rayonnez le bien dans le monde.

* * *

La solitude est une aide inestimable pour toujours garder le mental en phase avec la Réalité infinie intérieure. C'est comme recharger les batteries de la vie, pour que sa mission dans le monde porte des fruits plus splendides et plus abondants. Que le Seigneur fasse de vous un

instrument suprême entre Ses mains pour le service magnifique de l'humanité. En fait, le service est la note dominante d'une vie désintéressée et dévouée. L'esprit d'amour et de service éloigne tout danger, permet de faire face bravement, de supporter le dur labeur et de grandes souffrances rencontrées sur le chemin vers l'accomplissement. Les épreuves et les obstacles ne sont là que pour durcir votre volonté en vue de cet objectif.

* * *

Afin de concentrer le mental et de contrôler les sens, il est conseillé pratiquer régulièrement la méditation et la répétition du Nom C'est une *Sadhana* infaillible.

MEDITATION

Par intervalles, pendant les périodes de répétition mentale de *Ram Nam*, les pensées doivent se fixer sur les grands attributs de Dieu en tant que Vérité éternelle omniprésente, infinie, immuable et sans forme, et en tant que manifestation universelle. Sachez que la Réalité suprême est dans votre propre cœur et que Lui et vous ne faites qu'un. En concentrant votre mental, c'est-à-dire en faisant converger toutes vos pensées sur un point, tournez votre regard à l'intérieur. Là réside la splendeur de votre âme qui anime toutes vos pensées. Cette splendeur est la Conscience divine en vous. Alors, vous voyez la racine immortelle de votre existence et du monde, à partir de laquelle votre mental et toutes les manifestations tirent leur lumière et mouvement. En résumé, tourner son regard à l'intérieur et voir son propre Soi éternel, c'est voir Dieu.

La répétition de *Ram Nam* en même temps que la méditation sur le grand Idéal est une pratique parfaite. Mais le souvenir doit s'écouler dans le mental sans interruption comme de l'huile versée d'un récipient à un autre. Ce processus doit continuer jusqu'à ce que vous vous perdiez entièrement dans la Réalité infinie et vous éleviez au-dessus de la conscience du corps, puis que vous vous sentiez Un avec toute vie et toute existence.

* * *

Pendant la méditation, répétez mentalement le *Ram Mantram* ; vous devez y joindre les glorieux attributs de Dieu. Après quelque pratique, laissez s'arrêter la répétition même du *Mantram* pour que le mental soit parfaitement calme sans qu'aucune vague de pensées ne s'élève en lui. Soyez alors absorbé en vous-même pendant quelque temps. À ce stade, vous verrez peut-être des lumières, ou entendrez des sons mélodieux de l'intérieur. Dépassez-les jusqu'à ce que vous transcendiez la conscience du corps. Continuez régulièrement votre chemin. Accrochez-vous fermement au nom du Seigneur. Il vous sauvera de tous les pièges et tentations.

* * *

En concentrant votre mental sur le son du Nom, il L'absorbe et la répétition mentale commence. À un certain stade cette pratique cesse, apportant tranquillité intérieure et paix. La méditation sur les grands attributs du Seigneur devrait aller de pair. Alors, le mental pur et sans

vague se fond dans la Vérité ultime et vous atteignez l'illumination du Soi. Cette ex-périence vous mène encore plus haut et vous accorde la vision cosmique excep-tionnelle qui est le but de votre vie.

* * *

Vous devez réaliser que vous êtes le tout et la Vérité toute entière. Vous avez des frissons de bonheur suprême quand vous avez complètement fusionné votre sens individuel en Dieu ~ la conscience universelle. Si vous pouviez maintenir cette suprême conscience tout le temps vous vivriez toujours dans l'Éternel et seriez dans un état de liberté et d'extase parfaites. Élevez-vous au-dessus du nom et de la forme, et vous ferez l'expérience de votre unité avec toutes les formes de vie. Le sens de la dualité~ qu'il soit entre vous et le monde ou entre vous et Dieu ~ est le résultat de l'ignorance. Donc, prenez votre envol vers les hauteurs de la Vérité transcendante où toutes les formes et vies ne font qu'un.

Le Nom Divin est une échelle grâce à laquelle vous montez au suprême zénith de l'état décrit ci-dessus. Quand, par la répétition du Nom, le mental s'est dissout dans l'océan de tranquillité et de paix intérieures, la répétition du Nom n'est plus nécessaire. Bien sûr, de temps à au-tre, vous pouvez boire le nectar de la musique pleine de charme du Nom, mais votre paix et béatitude ne dépendent pas entièrement de cette musique. Car aucune joie conditionnée et dépendante ne peut être permanente. De par le pouvoir du Nom, laissez le bonheur absolu de l'*Atman* éternel, dont l'existence est indépendante, se révéler en vous. Ainsi vous pourrez en faire l'expérience à tout moment et en toutes circonstances. Trouvez la joie dans la non répétition du Nom autant que dans sa répétition, en comprenant que toutes les activités de votre vie sont accordées par la *Shakti* divine afin de produire la douce musique du Nom. Écoutez cette musique dans tous les sons et mou-vements en vous-même et dans le monde. En vérité, tous les mondes et tous les êtres se meuvent et agissent dans la grande symphonie de la musique même de Dieu.

* * *

Si, par la méditation vous vous unissez avec votre Soi tout-puissant et immortel, vous gagnerez une force indi-cible et vous surmonterez toute faiblesse. Continuez la pratique. Par un effort cons-tant vous réussirez.

La fin et le but de toute *Sadhana* spirituelle est de fusionner votre indivi-dualité avec l'immense Réalité universelle au-delà du nom, de la forme et du mou-vement. Alors, entrez encore plus profond en méditation

pour que la conscience de votre corps vous quitte entièrement, vous accordant ainsi une expérience de l'aspect du *Nirguna* de Dieu. Laissez toutes les vagues de *Sankalpa* et *Vikalpa* s'échouer. Transcendez tous les sons, lumières et formes qui apparaissent dans votre mental lorsque vous êtes en méditation.

Après avoir atteint cette réalisation de la vérité la plus intime de vous même, sortez-en avec une vision transformée qui voit tout être, créature et chose dans la manifestation visible en tant qu'images de cette grande Vérité dont vous avez fait l'expérience dans les profondeurs de la méditation. Considérez *Prakriti* toute entière et le pouvoir qui est à l'œuvre comme appartenant à la Mère Divine ~ *Shakti*, qui est l'aspect manifesté du Seigneur et à la fois la Vérité non manifestée, non affectée, invisible, omni-présente, statique, immuable, toute de paix et de béatitude. Sentez ensuite toutes vos actions et pensées, toutes vos impulsions et sentiments, comme les expressions de la Mère Divine ~ *Shakti* Elle-même.

Désormais vous saurez que l'égo n'existe plus en vous et que toutes vos actions partent uniquement du grand centre universel ~ *Shakti*. Ceci est le sommet de la réalisation que vous avez à atteindre. Allez de l'avant jusqu'à ce que vous parveniez à ce but suprême. Que le Seigneur vous accorde le courage et la force et vous conduise à cet accomplissement grandiose de la vie.

LE LÂCHER-PRISE

Le chemin de la *Bhakti* pure et simple est l'un des plus faciles pour atteindre les pieds tout-puissants du Seigneur. L'abandon est le but. Le chemin est fait d'aspiration pure et de méditation constante. Tout le reste est secondaire.

* * *

Prenez refuge dans le Dieu tout-puissant qui réside dans votre cœur. Soumettez-vous entièrement à Lui et vous gagnerez une force inépuisable pour surmonter les passions, *Kama* et *Krodha* qui vous assaillent. Sentez à tout moment que vous êtes entre Ses mains et donc toujours hors de danger. À l'aide du souvenir de Dieu en vous, vous pouvez demeurer en plein cœur de la tentation et ne pas en être affecté. Par une pratique constante, gardez toujours votre mental accordé à la Vérité infinie.

* * *

Abandon signifie vie vécue en accord avec votre nature spirituelle exaltée. Demeurez dans le Divin et agissez inspiré par Lui, n'ayant ni doute ni peur. Aucun mouvement en vous ~ se révélant en action ~ n'est en lui-même mauvais ou erroné. La vraie vie dépend du point de vue à partir duquel elle est vécue. L'abandon est un état d'être dans lequel toutes vos actions se réalisent avec une complète consécration à la Réalité intérieure. Alors la question du bien et du mal ne se pose pas. La vie est alors réglée automatiquement, toujours tempérée avec modération et contrôle de soi. Le doute et l'hésitation n'ont plus de place ici. Soyez un enfant entre les mains de la Mère Divine. Sachez qu'à la base de votre vie se tient l'esprit immuable et non-affecté de Dieu et que votre nature éternelle est la nature même de la Mère qui n'est que l'aspect manifesté du Seigneur suprême. Dépendre de Lui et se soumettre à Lui dans tous les domaines, contribue à la réalisation de la paix éternelle.

* * *

Soyez assuré que la lutte spirituelle d'un aspirant cesse au moment où il se remet entièrement entre les mains de Dieu. Ceci est le sommet de toute *Sad-hana*. Abandonnez toute pensée de mollesse ou d'insuffisance liée à vos pratiques spirituelles. Reposez-vous entièrement sur le cœur de la Mère infinie. Après tout, vous êtes Son enfant qui dépend d'elle et lui

fait une confiance absolue. Tout ce dont vous avez besoin, ce sont Ses conseils et Sa protection. Elle est si bienveillante et si compatissante ! Soyez toujours conscient que vous êtes à Elle à jamais, et à Elle seulement.

* * *

Le fruit du lâcher-prise, le fait de vous en remettre totalement à Lui, c'est la réalisation de Dieu, avec pour résultat l'absence totale de souci ou d'anxiété. Tant que vous êtes impatient et agité, le but à atteindre s'éloigne de vous. Soyez calme et indépendant, et votre idéal se réalisera.

Le secret de *Tapasya* et de la soli-tude réside dans le sentiment que vous en avez. A partir du moment où vous réalisez que toutes vos activités et toutes vos tâches appartiennent au Seigneur Suprême de votre cœur et de l'univers, vous devenez conscient que vous êtes seul au milieu de la foule et que vous avez atteint la fin de tout *Tapasya*. Sachez que toutes les choses que vous faites sont conduites par une puissance impérieuse, toute amour et bienfaisance. N'aspirez pas à un état de renonciation au monde ; cherchez plutôt la victoire de la paix et l'abandon, au cœur des activités mêmes du monde. Ceci est possible quand vous êtes enraciné dans la vérité que vous n'êtes qu'un instrument soumis et de bonne volonté.

Garder toujours le nom de Dieu sur les lèvres ou à l'esprit ne suffit pas à se souvenir de Dieu. La constante répétition du Nom vous mène finalement à la conscience de Dieu, en un point où le souvenir de Lui, en tant que tel, cesse. A partir de là vous maintenez la conscience stable de la Réalité intérieure. Le lâcher-prise indique cet état suprême.

* * *

Le Lâcher-prise total est la fin de toute *Sadhana* ; c'est laisser le Seigneur suprême contrôler et orienter votre vie individuelle afin de rester pour toujours dans un état de parfaite unité avec Lui. C'est Lui seul, en vous et sans vous, qui vous fait jouer tous les rôles dans ce jeu du monde. Réalisez cela et libérez-vous de tout esclavage, et profitez de l'extase et de la paix de l'immortalité.

* * *

La complète soumission à Dieu, c'est la divinisation de la vie. Dans cette vie, il n'y a ni acceptation ni rejet. La vie doit s'écouler spontanément comme une rivière. Quel que soit l'acte que vous ferez dans ces conditions, il sera divin. N'ayez aucune crainte, aucun doute.

Allez-y jus-qu'à ce que la grande Vérité en vous se révèle dans toute Sa gloire à travers tout votre être. Ceci est la réalisation et le but.

* * *

La perfection dans la réalisation spirituelle repose, pour finir, sur la totale consécration et l'abandon de vous-même au suprême Bien-aimé omniprésent qui réside éternellement en vous. Cette sou-mission vous accorde la vision de votre éternel Bien-aimé dans tous les êtres, créatures et choses, et dans l'univers lui-même en tant qu'image visible de Lui. Quand vous avez fait l'expérience du délice ineffable et du ravissement dans cet état d'exaltation, vous avez atteint la fin de votre *Sadhana*. Alors vous êtes absolument entre Ses mains, et votre vie entière est remplie à tout moment de la lumière et de la puissance du Bien-aimé. L'*Asana*, *Dhya-na* et même *Smaram*, sont pratiqués alors même que cesse la *Sadhana*, parce que maintenant vous atteignez une conscience qui est à jamais débordante de béatitude divine, et que toutes vos actions sont faites en état de *Samadhi*, qui est appelé '*Sahaja Samadhi*'. Accomplissez cette perfection et soyez à jamais libre, enjoué, heureux et actif. Voyez le Seigneur en tous, aimez-Le en tous et servez-Le en tous. Soyez un tel Mahatma qui, d'après ce que dit la Gita, est très rare à trouver.

* * *

Identifiez-vous au *Purusha* im-mortel ~ le témoin, au-delà des *Gunas* et *Dwandwas* ~ et, d'autre part, soumettez toutes vos actions à la divine *Shakti* ~ dont la manifestation est l'univers du nom, de la forme et du mouvement.

Pour finir, réalisez que le *Purusha* inactif, le témoin, et la *Shakti* ou *Prakriti* active, ce qui est perçu, sont les éternels aspects coexistant dans l'ultime Divinité, le *Purushottama*, qui est à la fois *Purusha* et *Prakriti* et au-delà des deux.

Les deux étapes précédentes éra-diquent efficacement le sens de l'ego, vous mènent à l'Impersonnel, puis vous amènent plus haut encore, à l'Être Impersonnel ~ le *Nirguna-Saguna*. Ceci est l'entière Vérité. Cette glorieuse réalisation vous fait naturellement aimer tout le monde de manière indifférenciée et vous fait goûter à la félicité de l'amour universel. Vous vous aimez vous-même, en tous, et en tant que tous.

* * *

Se soumettre à la volonté de Dieu, c'est affirmer votre plus haute volonté d'être Un avec Sa volonté. Dieu demeure en vous. Quand votre volonté individuelle cesse d'exister, la Volonté divine commence à agir en

vous ; vous devenez conscient d'une divine possession, puis dans toutes vos actions, grandes ou petites, vous êtes guidé par votre propre volonté omnipotente. Ici, il n'y a pas de conflit, mais une transmutation de la volonté humaine en la Volonté divine.

* * *

GÉNÉRALITÉS

Vous pouvez vaincre les effets de *Prarabdha*, en vous absorbant dans l'Esprit tout-puissant à travers une méditation constante. En fait, par cette pratique, vous transcendez la notion du corps et demeurez non affecté par les souffrances présentes

* * *

L'homme, au début, recherche Dieu en se rendant dans différents *Tirthas* et endroits sacrés, mais à la fin il réalise sa quête suprême dans le sanctuaire de son propre cœur. Même dans de tels lieux, quand il fait l'expérience d'*Anand*, c'est grâce au débordement de la source immortelle en lui. La vérité est en vous. Maintenez toujours cette conscience par un souvenir constant. Beaucoup ont atteint la réalisation divine sans avoir à rester dans des grottes ou dans des forêts. Ne pensez pas qu'il faut vivre dans une grotte pour atteindre le salut. Mais recourir à la solitude pour la méditation est bien sûr nécessaire. Et cela, vous pouvez le trouver quel que soit le lieu où Dieu a choisi de vous placer. Le voyage vous permet d'expérimenter ce que vous ne pourriez pas avoir en restant au même endroit. N'oubliez pas ceci : où que vous alliez, vous pouvez garder avec vous la pensée que Dieu habite toujours dans votre cœur.

* * *

En vérité quand des centaines de personnes se rassemblent à un endroit au nom de Dieu, vous réalisez alors l'esprit véritable de fraternité et d'amour univer-sels. Dans une telle atmosphère, vous prenez goût à cette suprême joie qui est au-delà du plan des distinctions et diversités de toutes sortes. Bref, c'est là que la Réalité immortelle de votre existence est révélée, et vous êtes absorbé en son ineffable félicité. La principale raison de la vie humaine est de connaître Dieu. Connaître Dieu c'est Se connaître Soi-même. Dieu et l'univers, Dieu et l'âme, ne sont pas différents. Il est la seule grande vérité qui est, et est devenue, tout.

* * *

Le mot "désir" dans le langage courant est utilisé pour les désirs irrépressibles des sens. Ce désir doit être maîtrisé et remplacé par une aspiration brûlante pour Dieu. Si le mot désir pouvait être utilisé à la fois dans les domaines humain et spirituel, on devrait remplacer le désir des

choses du monde par le désir de l'Éternel. Au dernier stade, quand le Divin est atteint, il n'y a plus aucun désir : ni envie pour les objets des sens, ni nostalgie pour le Divin.

* * *

Le désir sexuel, l'avidité et la colère sont les vrais ennemis sur le chemin de l'aspirant spirituel. Détruire ces passions, dans la mesure où elles sont liées aux ressentis sensuels destinés à satisfaire l'ego, ne veut pas dire se transformer en bûche de bois inerte. Établis dans la vérité et la droiture, les sages libérés utilisent ou adoptent la colère ou d'autres humeurs, pour corriger les âmes dans l'erreur, de manière impersonnelle. On peut admettre qu'une "sainte" colère peut servir une bonne cause. Elle a sa place, même dans la vie d'une âme qui a réalisé Dieu.

* * *

Par la *Bhakti yoga*, la *kundalini* est éveillée et monte. Vous n'avez pas besoin de suivre sa progression. A vous d'intensifier votre dévotion pour Dieu et d'organiser votre vie pour Le garder constamment dans votre pensée. Abandonnez-vous à la Mère Divine ~ *Shakti*. Mettez-vous entre Ses mains et permettez-Lui de transformer votre vie, de l'humain au divin.

* * *

Jivatman est le soi inférieur ou individuel, et le *Paramatman* est le Soi supérieur ou universel.

La création de Dieu est là devant vous, tout comme la lumière du soleil ; en d'autres termes, c'est dans la vraie nature de Dieu de Se révéler en tant que cosmos tout entier. Ici la question du pourquoi et du comment ne se pose pas. Si vous re-gardez le monde depuis sa source qui est Dieu, vous ne pouvez que voir toutes les activités des créatures et des choses dans la nature comme étant la *Lila* du Seigneur.

* * *

L'incarnation de Dieu est une descente spéciale du Divin endossant un corps humain, imprégné de tous les pouvoirs et qualités de Dieu, avec pour mission de diriger la vision humaine vers le Divin.

* * *

La Vérité a, bien sûr, besoin d'abord d'être acceptée intellectuellement, mais pour finir, elle doit être réalisée. Une brûlante aspiration est nécessaire pour faire l'expérience de la béatitude de la Vérité. Ayez cette aspiration, et vous arriverez à cette joie et liberté

suprêmes qui sont au-delà des plaisirs du simple intellect. Soyez toujours courageux, libre et enjoué.

* * *

Servir les pauvres, c'est adorer Dieu. Ceci est le vrai *Yagna* par lequel vous élargissez votre vision de la vie et atteignez la vraie liberté et le bonheur. Quand toutes les actions de votre vie deviennent un mouvement spontané et joyeux, vous vivez votre état inhérent d'immortalité et de béatitude.

Om Sri Ram Jai Ram Jai Jai Ram

GLOSSAIRE

Abyas : Pratique

Anand : Extase Divine

Asana : Un siège, une posture de yoga

Bhakta : Dévot

Bakhti Yoga : Union avec Dieu à travers la dévotion, ou voie de la dévotion.

Brahmacharya : Chasteté

Brahman : L'être Suprême

Darshan : Visite, ou Vision

Dhyan : Méditation

Dwandwas : Paires d'opposés

Gunas : Les trois qualités de la nature :

Sattva ~ harmonie

Rajas ~ passion

Tamas ~ torpeur

Guru : Guide spirituel

Japa : Répétition du Nom Divin ou mantra

Jivatman : L'âme individuelle

Kama : Désir sexuel

Kripa : La Grâce

Krodha : La colère

Kundalini : L'énergie cosmique endormie et enroulée dans le corps.

Lila : Le jeu divin

Mahatma : Grande âme

Mantra : Incantation

Maya : Illusion

Nirguna : Dieu impersonnel

Nirguna swarup : Aspect impersonnel de Dieu

Paramatman : L'esprit suprême

Prakriti : Nature à la fois grossière et subtile.

Prarabdha : Actions accumulées du passé à l'œuvre dans le présent

Prem : Amour Divin
Purusha : L'aspect de Dieu comme témoin inaffecté.
Purushottama : Dieu personnel et impersonnel
Raga, Dwesha : Attraction, répulsion
Rajasique : Qui a les qualités de l'action
Rama Darshan : La vision de Rama en tant que Dieu
Ram Mantra : Incantation du nom de Ram
Sadhana : Pratiques spirituelles ou ascèse.
Saguna : Dieu Personnel
Saguna Swarup : Aspect personnel de Dieu
Sahaja Samadhi : La conscience de Dieu maintenue en toutes circonstances
Samadarshan : La vision égale
Samadhi : L'état de paix éternelle acquis à travers la méditation
Sankalpa : La faculté de faire des plans
Satsang : Société des Saints
Shakti : Le pouvoir Divin
Shiva : Un des dieux de la trinité hindoue
Shiva mantra : Une incantation du nom de Shiva
Smaran : Le souvenir de Dieu
Swarup : L'être réel
Tamasique : Ce qui a trait à la torpeur, ou aux qualités de désespoir et d'obscurité
Tapasya : Austérités
Tirthas : Lieux de pèlerinage
Vasudevah Sarvamithi : Tout est Vasudeva (père de Krishna)
Védas : Les quatre textes sacrés hindous originaux
Vikalpa : Agitation du mental due au désir
Yagna : Sacrifice
Yogi : Une âme réalisée.