

Rien ni Personne



QUI SUIS-JE?

1. *Qui suis-je?*

Je ne suis pas ce corps physique, constitué des sept éléments subtils, ni les cinq organes de perception sensoriels, c'est-à-dire l'oreille, l'œil, la langue, le nez et la peau, et leurs fonctions correspondantes: l'ouïe, la vue, le goût, l'odorat et le toucher. Je ne suis pas les cinq organes d'activité, c'est-à-dire les organes vocaux, les mains et les pieds, l'organe de procréation et l'anus, et leurs fonctions respectives: le langage, les mouvements du corps physique, la jouissance, l'excrétion. Je ne suis pas les cinq forces vitales, le prâna, vyâna, samâna, apâna, udâna, etc, qui permettent d'accomplir leurs fonctions correspondantes. Même l'esprit pensant, je ne le suis pas; et pas non plus cet état d'ignorance dans lequel ne se trouvent que les impressions des objets et non les objets eux-mêmes et leurs fonctions.

2. *Si je ne suis rien de cela, qui suis-je, alors?*

Après avoir rejeté tout ce qui a été mentionné ci-dessus comme n'étant «ni ceci, ni cela», cette pure Conscience qui seule demeure- Cela Je Suis. (*pur point de conscience d'Être*).

3. *Quelle est la nature de la pure conscience?*

La nature de la pure Conscience est Être-Conscience-Félicité (*satchit-ânanda*).

4. *Le Soi, quand sera-t-il réalisé?*

Lorsque le monde, ou ce qui est vu, aura disparu, le Soi, ou celui qui voit, sera réalisé.

5. *Peut-on réaliser le Soi tout en prenant le monde pour réel?*

Non, ce n'est pas possible.

6. *Pourquoi?*

Celui qui voit et ce qui est vu sont comme la corde et le serpent (*Un homme voit une corde au crépuscule, la prend pour un serpent et s'effraie. Le serpent lui paraît parfaitement réel, mais son existence est illusoire, elle n'est fondée sur aucune réalité. Quand l'homme réalise son erreur, il ne se trompera plus jamais.*) De même que la réalité de la corde, qui est le substrat, ne peut être perçue sans que ne s'évanouisse la perception illusoire du serpent, ainsi la réalisation du Soi, le substrat, ne peut être obtenue tant que perdure la croyance dans la réalité du monde.

7. *Quand est-ce que le monde en tant qu'objet visible disparaîtra?*

Le monde disparaîtra lorsque le mental, cause de toutes les perceptions et actions sera en repos.

8. *Quelle est la nature du mental?*

Ce qui est appelé «mental» est une merveilleuse force inhérente au Soi par laquelle toutes les pensées s'éveillent. En dehors des pensées le mental n'existe pas. Aussi la pensée constitue-elle la nature du mental. En dehors des pensées, il n'y a pas d'entité indépendante appelée «monde». Dans le sommeil profond, il n'y a ni pensée, ni monde. Dans les états de veille et de rêve les pensées sont présentes, ainsi que le monde. Tout comme l'araignée tire d'elle-même le fil de la toile et le résorbe en elle-même, le mental projette le monde en dehors de lui-même et le résorbe en lui-même. Quand le mental émerge du Soi, le monde se manifeste. Ainsi, lorsque le monde apparaît comme réel, le Soi n'apparaît pas; et lorsque le Soi apparaît ou resplendit, le monde n'apparaît pas. Si l'on s'interroge assidûment sur la nature du mental, celui-ci finira par disparaître, laissant seul le Soi resplendissant. Ce qui est désigné comme le Soi est l'*âtman*. Le mental ne peut exister

indépendamment du monde grossier; il ne peut subsister par lui-même. C'est le mental qu'on appelle corps subtil ou âme (jīva).

9. *En quoi consiste la voie de l'investigation sur la nature du mental?*

Ce qui s'élève dans ce corps en tant que «je» est le mental. Si l'on s'interroge d'où émerge en premier lieu la pensée «je» dans le corps, on découvrira que c'est du Cœur. (*pas le cœur physique, mais la région à droite du cœur, que l'on montre de la main quand on se désigne*). C'est là la source du mental. Même en pensant continuellement «je, je», on sera conduit à ce endroit. La pensée «je» est la première de toutes les pensées qui apparaissent dans le mental. Ce n'est qu'après sa naissance que les autres pensées s'élèvent. En d'autres termes, ce n'est qu'après l'apparition du premier pronom personnel que le deuxième et le troisième pronom apparaissent; en l'absence du premier, le deuxième et le troisième ne peuvent exister.

10. *Comment le mental peut-il devenir tranquille?*

Par l'investigation «Qui suis-je?». La pensée «Qui suis-je?» détruira toutes les autres pensées, et semblable au bâton qu'on utilise pour remuer le bûcher, elle sera, elle aussi, finalement détruite. C'est alors que surviendra la réalisation du Soi.

11. *Par quel moyen peut-on toujours se maintenir dans la pensée «Qui suis-je?»*

Lorsque des pensées surgissent, au lieu de les suivre, on doit plutôt se demander: «A qui sont-elles venues?». Peu importe le nombre de pensées qui s'élèvent ainsi. Si vous vous demandez à chaque fois: «A qui cette pensée est-elle venue?» la réponse sera: «A moi». Si vous poursuivez dans l'interrogation «Qui suis-je?», le mental retournera à sa source et la pensée qui venait de surgir s'évanouira. En persévérant ainsi dans cette pratique, le mental développera peu à peu la capacité de demeurer dans sa source. Lorsque le mental subtil émerge en passant par le cerveau et les organes sensoriels, des noms et des formes du monde

grossier sont perçus; quand il s'établit dans le Cœur, les noms et les formes disparaissent. Ne pas laisser le mental s'extérioriser, mais le maintenir dans le Cœur est ce qu'on appelle «intérieurisation» (*antar-mûka*). Si le mental quitte le Cœur, on appelle cela «extériorisation» (*bahir-mûka*).

Ainsi, quand le mental demeure dans le cœur, le «je», origine de toutes les pensées, s'évanouit, et le Soi toujours présent resplendit. Quoi que l'on fasse, on doit le faire sans le «je» de l'ego. Si l'on agit de telle manière, on s'apercevra que tout est de la nature de *Shiva* (Dieu).

12. *N'existe-t-il pas d'autres moyens pour apaiser le mental?*

Il n'y a que l'investigation intérieure comme moyen adéquat. Si l'on s'efforce de maîtriser le mental par d'autres moyens, il ne sera maîtrisé qu'en apparence, car il s'élèvera à nouveau. Le mental peut aussi être apaisé par le contrôle de la respiration, mais cela ne dure que le temps du contrôle de celle-ci; quand elle reprend, le mental commence à s'agiter et à errer par la force des ses impressions latentes. Le mental et la respiration ont la même source. Le mental est constitué de pensées. La pensée «je» est la première pensée du mental; c'est l'ego. L'ego a son origine à l'endroit même où s'élève la respiration. Ainsi, quand le mental devient tranquille, la respiration est contrôlée; et inversement, quand la respiration est contrôlée, le mental devient tranquille. Mais dans le sommeil profond, bien que le mental s'efface, la respiration ne cesse pas pour autant. Ceci est dû à la volonté divine et a pour but de protéger le corps et d'éviter qu'il ne soit pris pour mort. Dans l'état de veille et dans le *samâdhi*, (*absorption totale dans la contemplation*), lorsque le mental est tranquille, la respiration est tranquille aussi. Le souffle est la forme grossière du mental. Jusqu'au moment de la mort, le mental garde le souffle dans le corps; et quand le corps meurt, le mental emmène le souffle avec lui. Par conséquent, la pratique du contrôle de la respiration n'est qu'une aide pour dompter le mental (*manonigraha*); elle n'apporte pas l'extinction du mental (*manonâsha*).

Tout comme la pratique du contrôle de la respiration, la méditation sur une forme de Dieu, la répétition de mantras, le régime alimentaire etc..ne sont que des aides pour apaiser le mental.

Par la méditation sur des images de Dieu et par la répétition de mantras, le mental acquiert la concentration; car la nature du mental est précisément d'errer.

Tout comme la trompe d'un éléphant cesse de s'agiter lorsqu'il tient une chaîne, ne cherchant plus alors à saisir autre chose, de même le mental, quand il est occupé à méditer sur des noms et des formes, ne s'intéresse à rien d'autre. Quand le mental se déploie sous forme d'innombrables pensées, chacune d'elles finit par s'affaiblir. Quand, au contraire, les pensées s'évanouissent, le mental se fixe sur un seul but et devient fort. Pour un tel mental, la recherche du Soi devient facile.

De toutes les règles de conduite, celle d'un régime restreint à la nourriture sattvique (pure), en quantité modérée, est la meilleure. En observant cette règle, la qualité sattvique du mental se développe et cela favorise la pratique de la recherche du Soi.

13. Les impressions résiduelles (les pensées) relatives aux objets apparaissent, interminablement, telles les vagues de l'océan. Quand seront-elles toutes détruites?

Par la méditation de plus en plus intense, les pensées seront finalement détruites.

14. Est-il possible pour ces impressions, formées depuis des temps immémoriaux, de se résorber, afin que l'on demeure le Soi?

Il est indispensable de toujours persévérer dans la méditation sur le Soi, sans laisser place au doute: «Est-ce possible, ou non?». Aussi pêcheur qu'on puisse être, il ne sert à rien de se tourmenter et de pleurer: «Oh, je suis un pêcheur, comment puis-je être sauvé?». Si l'on renonce à la pensée «Je suis un pêcheur» et si l'on reste profondément centré dans la méditation sur le Soi, le succès est assuré. Il n'y a pas deux mentaux, un qui serait bon et un qui serait mauvais; il n'y a qu'un seul mental. Ce ne sont que les impressions résiduelles qui sont de deux sortes: favorable et défavorable. Quand le mental est sous l'influence des impressions favorables, on le considère comme bon, sous des impressions défavorables, il est dit mauvais.

On ne devrait pas se tourner vers les choses du monde et se mêler des affaires des autres. Aussi mauvais que certains êtres puissent paraître, il ne faudrait pas les haïr pour autant. Le désir doit être évité au même titre que la haine. Tout ce que l'on donne à autrui, on se le donne à soi-même. Sachant que telle est la vérité, comment peut-on encore refuser quoi que ce soit à son prochain? Si l'ego se manifeste, tout se manifeste; si l'ego s'apaise, tout s'apaise. A mesure que nous nous conduisons avec humilité, le bien s'établit. Une fois le mental apaisé, peu importe le lieu où l'on vit.

15. *Combien de temps doit-on pratiquer l'investigation?*

Aussi longtemps que des impressions d'objets (*prédispositions latentes du mental formées dans le passé et déterminant nos pensées et actions*) demeurent dans le mental, il est nécessaire de poursuivre l'investigation «Qui suis-je?». Dès que les pensées se manifestent, elles doivent être détruites à l'endroit même de leur origine par l'investigation. Se livrer sans interruption à la contemplation du Soi, jusqu'à ce qu'il soit réalisé, cela seul suffirait. Mais tant que la forteresse est occupée par les ennemis, ceux-ci tenteront de se lancer au dehors; si, au moment où ils s'élancent, ils sont anéantis, la forteresse tombera dans nos mains.

16. *Quelle est la nature du Soi?*

En vérité, seul le Soi existe. Le monde, l'âme individuelle et Dieu ne sont que des apparences dans le Soi, comparable à l'argent dans la nacre. Ils apparaissent et disparaissent simultanément. Le Soi est là où il n'y a pas la moindre pensée «je». Cela est appelé «Silence». Le Soi lui-même est le monde; le Soi est «je»; le Soi est Dieu; tout est Shiva, le Soi.

17. *Tout n'est-il pas l'œuvre de Dieu?*

Le soleil se lève sans désir, sans intention ni effort; et par sa simple présence, la pierre émet de la chaleur, le lotus fleurit, l'eau s'évapore et

les hommes accomplissent leurs tâches diverses et variées, puis se reposent. De même qu'en présence de l'aimant, l'aiguille se met à bouger, ainsi, par le pouvoir de la présence de Dieu, les âmes, gouvernées par les trois fonctions (*cosmiques: création, conservation, destruction.*) ou la quintuple activité divine, accomplissent leurs actions, puis se reposent, conformément à leur karma. Dieu n'a pas d'intention et aucun karma n'adhère à lui; tout comme le soleil qui reste insensible aux activités du monde, ou l'éther qui se répand partout sans être influencé par les aspects positifs ou négatifs des quatre autres éléments.

18. *Qui parmi les adorateurs est le plus grand?*

Celui qui s'abandonne au Soi, ou Dieu, est l'adorateur le plus parfait. S'abandonner à Dieu signifie demeurer fermement dans le Soi, sans laisser la place à une autre pensée que celle du Soi.

Tout fardeau que nous remettons à Dieu, il le portera. Puisque le pouvoir suprême de Dieu anime tout, pourquoi ne pas nous y soumettre, plutôt que de nous tracasser pour ce qui doit être accompli et comment il le sera. Sachant que le train transporte toute lourde charge, pourquoi devrions-nous continuer à porter nos bagages sur les genoux, pour notre plus grand inconfort, au lieu de les poser à terre dans le train et d'être à l'aise?

19. *Qu'est-ce que le non-attachement?*

Le non-attachement signifie la destruction des pensées à l'endroit même où elles naissent et ce, sans laisser aucune trace. Tout comme le pêcheur de perles attache des pierres à sa taille et plonge au fond de la mer pour s'emparer des perles, de même chacun de nous devrait se munir de non-attachement, plonger en lui-même et obtenir la perle du Soi.

20. *Est-il possible pour Dieu et le Guru de provoquer la libération de l'âme?*

Dieu et le Guru ne font que montrer le chemin vers la libération; ils ne conduisent pas d'eux-mêmes l'âme à l'état de libération.

En vérité, Dieu et le Guru ne sont pas distincts. De même que la proie tombée entre les mâchoires du tigre ne pourra s'échapper, ceux qui sont tombés sous le regard de grâce du Guru seront sauvés par lui et ne se perdront plus; cependant, chacun doit par son propre effort poursuivre la voie que Dieu ou le Guru lui a indiqué pour obtenir la libération. Se connaître soi-même n'est possible que par son propre œil de connaissance et non avec celui d'autrui. Un homme du nom de Rama a-t-il besoin d'un miroir pour savoir qu'il est Rama?

21. *Est-il nécessaire pour celui qui aspire à la libération d'explorer la nature des différents tattva (principes fondamentaux de la manifestation.)*

De même que l'on n'éprouve pas le besoin d'examiner une par une les ordures avant de les jeter, il n'est pas nécessaire pour celui qui désire connaître le Soi de compter le nombre de *tattva* ou de s'intéresser à leurs caractéristiques; il lui faut plutôt rejeter tous les *tattva* qui lui cachent le Soi. Le monde doit être considéré comme un rêve.

22. *N'y a-t-il pas de différence entre l'état de veille et l'état de rêve?*

L'état de veille est long, l'état de rêve est court; il n'y a pas d'autre différence. Les événements du rêve paraissent tout aussi réels quand on rêve que ceux de l'état de veille paraissent réels quand on est éveillé. Dans le rêve, le mental revêt un autre corps. Les pensées, les noms et les formes apparaissent simultanément aussi bien dans l'état de veille que dans l'état de rêve.

23. *Les études livresques sont-elles de quelque utilité pour ceux qui aspirent à la libération?*

Toutes les Écritures s'accordent sur le fait que, pour obtenir la libération, le mental doit être tranquille; une fois que l'on a compris que

l'essence de leur enseignement est de rendre le mental tranquille, il devient futile de faire des études interminables. Pour arriver à une telle tranquillité, il suffit de chercher en soi-même ce qu'est la nature du Soi. Cette recherche, comment peut-on la mener dans les livres? On ne peut connaître le Soi que grâce à son propre œil de Sagesse. Le Soi se trouve à l'intérieur des cinq enveloppes, (*la Taittirîya-upanisahd* décrit cinq enveloppes ou *kosha* recouvrant le Soi: *annamaya-kosha* -enveloppe faite de nourriture.) mais les livres se trouvent en dehors d'elles. Puisque le Soi doit être scruté en rejetant les cinq enveloppes, il serait futile de le chercher dans les livres. Arrivera le moment où il faudra oublier tout ce que l'on a appris.

24. Qu'est-ce que le bonheur?

Le bonheur est la nature même du Soi; le Soi et le bonheur ne sont pas distincts. Le bonheur ne se trouve dans aucun objet du monde. Du fait de notre ignorance nous croyons que les objets nous procurent le bonheur. Quand le mental s'extériorise, il éprouve de la souffrance. En vérité, ses désirs une fois satisfaits, il retourne à sa source et jouit du bonheur qui n'est autre que le Soi. De la même manière, dans les états de sommeil, de *samâdhi* et d'évanouissement, et quand l'objet désiré est obtenu ou l'objet indésirable éliminé, le mental se tourne vers l'intérieur et jouit du pur bonheur du Soi. Ainsi le mental erre sans cesse, tantôt il abandonne le Soi, tantôt il y retourne. Il est agréable d'être à l'ombre d'un arbre; dehors, la chaleur du soleil est brûlante. Quand on s'est promené sous le soleil, on apprécie la fraîcheur de l'ombre. Celui qui n'arrête pas de passer de l'ombre au soleil et du soleil à l'ombre est un insensé. L'homme avisé reste toujours à l'ombre. De même, le mental de celui qui connaît la vérité ne quitte jamais le *brahman* (*le Soi, l'Être suprême, l'Absolu*). Le mental de l'ignorant, au contraire, se mêle aux choses du monde et, se sentant misérable, il retourne vers *brahman* un court instant afin de goûter le bonheur. En fait, ce qui est appelé monde n'est autre que pensées. Quand le monde disparaît, c'est-à-dire quand il n'y a pas de pensées, le mental fait l'expérience du bonheur inversement, quand le monde apparaît il éprouve douleur et souffrance.

25. *Qu'est que la vision de la Sagesse (jnâna-drishti)?*

Rester tranquille est ce qu'on appelle la vision de la Sagesse. Rester tranquille, c'est laisser le mental se résorber dans le Soi. Télépathie, clairvoyance et connaissance du passé, du présent et de l'avenir n'ont rien à voir avec la vision de la Sagesse.

26. *Quelle est la relation entre l'état sans désir et Sagesse?*

L'état sans désir est Sagesse. Tous deux ne sont pas distincts; ils sont un et le même. L'absence de désir veut dire que le mental n'est plus tourné vers les objets. La Sagesse signifie qu'aucun objet n'apparaît dans la conscience. En d'autres termes, ne pas chercher autre chose que le Soi signifie détachement ou absence de désir; ne pas quitter le Soi est Sagesse .

27. *Quelle est la différence entre investigation et méditation?*

L'investigation, c'est maintenir le mental dans le Soi. La méditation consiste à penser «Je suis *Brahman*, Être-Conscience-Félicité».

28. *Qu'est-ce que la libération?*

Scruter la nature de son soi limité et réaliser sa véritable nature, cela est la libération.

Ramana Maharshi recommandait l'essentiel de son enseignement à ses disciples, par cette question éternelle: Qui suis-je?

TOUT est UN

Texte Tamoul anonyme du XIXème siècle



Extrait du «Ellâm Onru» (Tout est Dieu) que Ramana conseillait en lecture à ses visiteurs.

PRÉFACE DE L' AUTEUR

Comme tous les êtres vivants, les hommes cherchent à atteindre le bonheur et à échapper à la souffrance .Cela vaut pour la plupart des êtres humains, mais il en est, d'une toute autre dimension, qui gardent l'attitude juste, et s'accommodent patiemment du bien comme du mal qui leur arrive. La compagnie de tels êtres est autrement profitable que celle des gens ordinaires. Le bien ne peut advenir au monde que grâce à ces hommes de dimension supérieure.

La question se pose alors: qu'est-ce que le vrai bien? Malgré l'importance de cette question, une réponse claire n'a pu être trouvée, car le «bien» est déterminé en fonction des circonstances. Une œuvre de recherche sur le sujet, aussi complète fût-elle, oubliera d'envisager telle ou telle circonstance déterminante. Par conséquent il s'avère nécessaire pour tous de réaliser l'état qui rend apte à évaluer les situations et à déterminer ce qu'est le vrai bien.

Cet état est unique. Aucun autre ne lui est comparable. Bien qu'étant l'Unique, il est étonnant que pour le «sens commun», il soit jugé «excessivement rare». Quoi de plus extraordinaire? ... Cet état unique est très clairement décrit dans les *Upanishads*.

Dans ce livre, j'expose la même vérité, selon ma compréhension. Je ne prétends pas à une quelconque originalité. Ce n'est que mon devoir.

Les chapitres de ce livre sont intimement liés, au point que tel aspect attendu ici sera traité là... De plus, certains aspects ne paraissant pas clairs après une lecture superficielle, s'éclaireront par une étude plus approfondie. Mais il y a peut-être plus à apprendre auprès d'œuvres ou de Sages Majeurs...

Mère Universelle, Maître Véritable,
Venez-nous en aide!

I. UNITÉ

1. - Tout, incluant le monde que tu vois, ainsi que toi-même, le témoin du monde, tout est Un.

2. - Tout ce que tu considères comme étant moi, toi, lui, elle , et cela, tout est Un.

3. - Les êtres sensibles, ainsi que l'inerte et l'insensible (la terre, l'air, le feu et l'eau), tout cela est Un.

4. - Le bien-être qui résulte de la conscience que «tout est Un», ne peut être obtenu par une conscience fragmentaire, séparant les choses et les êtres: tout est Un.

6.- Celui qui voit «je suis séparé», «tu es séparé», «il est séparé», etc...agit d'une certaine façon envers lui-même, et d'une tout autre façon envers les autres. Il ne peut s'en empêcher. La pensée «chaque être est séparé des autres», est la graine d'où s'élève l'arbre de la discrimination arbitraire des actes (en fonction de la diversité des personnes). Comment pourrait-il y avoir un défaut de vertu chez celui qui sait qu'il y a unité entre lui et les autres? Aussi longtemps que le germe de la différenciation est présent, l'arbre correspondant est à même de fleurir, que l'on s'y attende ou pas. Il faut donc renoncer à cette faculté de différenciation. Tout est Un.

7. - Question: dans le monde, les choses paraissent différentes; comment alors considérer le tout comme étant Un? Y a-t-il un moyen d'atteindre à cette connaissance? La réponse est celle-ci: dans un même arbre nous voyons des feuilles, des fleurs, des fruits et des branches, différents les uns des autres, et qui pourtant ne font qu'un, étant tous compris dans le mot «arbre».

Leur racine est la même, leur sève est la même. Ainsi, toutes les choses, tous les corps, tous les organismes, proviennent d'une même source et sont activés par un seul et même principe vital: tout est Un.

8. - Ô, homme de bien! L'affirmation *tout est Un* est-elle bonne ou mauvaise? Réfléchis. De même que la personne qui se voit elle-même

comme elle voit les autres et les autres comme elle-même ne peut qu'être honnête et juste, de même comment le mal pourrait-il s'attacher à celui qui sait qu'il fait un avec les autres? Dis-moi s'il existe une meilleure voie vers le Souverain Bien que la connaissance de l'Unité? Il n'y en a certainement pas. Comment quelqu'un pourrait-il aimer les autres mieux qu'en sachant qu'ils sont lui-même? Il les connaît en tant qu'Unité, il les aime en tant qu'Unité, puisqu'en vérité, ils sont Un.

9. - Qui peut partager la paix mentale et le calme du connaisseur de l'Unité? Il n'a pas de soucis. Le bien-être de tous est son propre bien-être. Une mère considère le bien-être de ses enfants comme le sien propre. Cependant son amour n'est pas parfait, parce qu'elle se croit individuellement séparée de ses enfants. L'amour d'un Sage ayant réalisé l'Unité de toutes choses dépasse, et de très loin, même l'amour d'une mère. Il n'y a pas d'autre moyen pour réaliser un tel amour que la connaissance de l'Unité: tout est Un.

10.- Sache que le monde dans son ensemble constitue ton corps impérissable, et que tu es toi-même la vie perpétuelle du monde entier. Y-a-t-il du mal à faire ainsi? Qui a peur de suivre la voie sans blâme? Sois téméraire. Les Védas enseignent cette vérité. Il n'y a rien d'autre que toi. Le Souverain Bien t'appartient. Oui, tu es ce Souverain Bien toi-même. Tout ce que les autres pourront tirer de toi sera du Bien, uniquement. Qui donc s'emploierait à agir contre ses propres corps et âme? S'il y a un abcès dans le corps, un remède lui est appliqué; même s'il s'avère douloureux, son but est de faire du bien, uniquement. Il en ira de même pour certaines de tes actions, dont le but sera le bien du monde. C'est pourquoi tu ne dois pas t'empêtrer dans la différenciation. En résumé: le connaisseur de l'Unité agit de la meilleure des façons. C'est la connaissance de l'Unité qui le fait agir. Il ne peut se tromper. Dans le monde, il est Dieu devenu visible. Tout est Un.

II. TOI

1. - Qui es-tu? Ce corps, est-ce toi? S'il en est ainsi, pourquoi n'as-tu pas conscience du serpent qui glisse sur lui lorsque tu es en sommeil profond? Certainement, tu es autre que ce corps.

2.- Parfois, dans ton sommeil, tu as un rêve, alors, tu t'identifies à un personnage; ce personnage, est-ce toi? Non. Ou alors, que devient-il à ton réveil? Tu ne peux être lui. Plus encore, tu as presque honte de t'être identifié à lui. Il est clair que tu n'es pas ce personnage; tu es celui qui se tient à l'écart.

3.- Souviens-toi à présent de l'état de sommeil sans rêves. Est-ce celui de ta nature véritable? Tu ne le crois sans doute pas, car tu n'es pas insensé au point de t'identifier à ces épaisses ténèbres qui t'empêchent de connaître l'état où tu te trouves. Grâce à l'intellect, tu es capable de te distinguer des objets environnants: comment pourrais-tu admettre que tu es la même chose que l'ignorance ou le vide? Comment cela pourrait-il être ta véritable nature? Ce n'est pas possible. Tu es le Connaisseur qui sait que cet état est un voile obscur et dense recouvrant ta véritable nature. L'ayant condamnée après en avoir fait l'expérience, tu sais que tu n'es pas cette sombre ignorance du sommeil profond. Tu es celui qui se tient à l'écart de cela aussi.

4. - Si tu admets que même ce corps grossier n'est pas toi, peux-tu imaginer être quelque autre chose de plus éloigné? Non. De même que tu n'es pas ce corps grossier, tu n'es pas non plus quelque chose d'autre qui s'en trouverait plus éloigné, ni le personnage du rêve, ni l'ignorance du sommeil profond. Tu es différent de ces trois états et de ce monde.

5.- Ces trois états peuvent se résumer en deux conditions: l'une où prédomine la conscience sujet-objet (qui comprend les états de veille et de sommeil avec rêves), et l'autre qui est celle de l'inconscience du sujet lui-même (comprenant l'état de sommeil profond). Toutes les expériences possibles sont comprises dans l'une ou l'autre de ces deux conditions. Et elles sont toutes deux étrangères à ta vraie nature, qui est toute autre.

6.- Si tu te demandes ce qu'elle est, son nom est *Turiya*, qui signifie «le Quatrième» (état). Ce nom est approprié, car il semble dire: «les trois états de ton expérience»-veille, rêve et sommeil profond – te sont étrangers; ton véritable état est le le Quatrième, qui est différent de ces trois-là. En supposant que ces trois états (veille, rêve et sommeil profond) formant ensemble un long rêve, le quatrième représente le réveil mettant fin à ce rêve. Ainsi, il est plus profond que le sommeil profond, et en même temps plus «éveillé» que l'état de veille. Ton véritable état est donc ce «Quatrième», se distinguant de tes états de veille, sommeil avec rêves, et sommeil profond. Tu es cela uniquement.

7.- Comment est ce quatrième état? Il est la Connaissance qui ne particularise pas; il est pleine Conscience de soi-même. Cela signifie que le quatrième état est pure Connaissance sans conscience du particulier, mais en pleine conscience de Soi. Seul celui qui réalise cet état, même pour un seul instant, réalise la Vérité. Tu es cela, uniquement. Qu'y a-t-il de plus pour celui qui a réalisé le «Quatrième»?

En pratique, il n'est pas possible pour quiconque, de demeurer à jamais dans cet état qui est l'état sans connaissance du particulier. Celui qui a réalisé le quatrième état, tôt ou tard revient à ce monde, mais pour lui le monde n'est plus comme avant car il voit ce qu'il a réalisé comme étant le quatrième état, rayonner en toutes choses, il ne voit plus ce monde comme différent de cette Pure Connaissance. Ainsi, ce qu'il a vu à l'intérieur, il le voit maintenant d'une manière différente, aussi à l'extérieur. Ayant quitté le stade de la différenciation, il est à présent établi dans l'état de non-différenciation, où qu'il se trouve. Désormais, il est Tout. Il n'y a rien qui soit différent de lui. Que ses yeux soient fermés ou ouverts, quels que soient les changements pouvant survenir, son état demeure inchangé. Cela est l'état de *Brahmari*, Cela est l'état naturel éternel. Tu es cet état, éternellement Vrai.

8.- Il n'y a rien au-delà de cet état. Les mots «intérieur» et «extérieur» perdent leur sens. Tout est Un. Le corps, la parole et le mental ne peuvent plus fonctionner égoïstement: la Grâce les anime, pour le bien de tous. Le moi fragmentaire est perdu à jamais, l'ego ne peut plus revivre. Il est dit alors qu'il est libéré ici et maintenant. Il ne vit pas parce que son corps vit, ni ne meurt parce que son corps meurt. Il est éternel. Il n'y a rien d'autre que lui. Tu es celui-là.

9. - Qui est Dieu? Il est Grâce. Qu'est-ce que la Grâce? La Conscience, sans l'ego fragmentaire. Comment peut-on être sûr qu'un tel état existe? Seulement en le réalisant. Les Védas louent celui qui réalise Cela, comme étant celui qui a réalisé Dieu, devenant Un avec Lui. C'est pourquoi, ce que le monde peut nous apporter de meilleur, et ce que nous pouvons lui rendre de meilleur, c'est la réalisation de cet état. En fait, il n'y a pas d'autre état que celui-là; les autres n'apparaissent que dans l'ignorance. Pour celui qui sait, il y a un état, uniquement: Tu es Cela.

III. DIEU

1.- Qui est Dieu? Dieu est Celui qui transcende tout ce que nous percevons. S'Il est transcendant au monde, comment peut-il y avoir une relation entre Lui et le monde? Il n'y a, en fait, pas une particule ici qui ne Lui soit reliée. Alors que signifie qu'Il «transcende le monde»? Le monde, cela veut dire nous-mêmes et ce que nous percevons. En d'autres mots, les êtres animés et inanimés ensemble forment le monde. Parmi ces catégories, nous estimons que les êtres conscients sont supérieurs. Que dire de Celui qui créa tous les êtres? La seule chose que nous pouvons comprendre c'est qu'Il est au-delà des catégories d'êtres que nous connaissons. Notre raison ne peut aller aussi loin. Notre Créateur nous est donc supérieur, et ne peut être appréhendé par la raison. Son nom, *Kadawul* («Être Transcendant»), signifie qu'Il surpasse notre raison.

2.- Dieu ne peut-il alors être connu de nous? Il n'en est pas tout à fait ainsi car dans un sens, Il se laisse connaître par nous, et ce don de Sa Grâce doit nous suffire. Nous n'avons pas besoin de toute sa Grandeur. Il en a fait connaître assez pour que notre souffrance soit supprimée. Il n'y a pas de raison pour Lui de révéler un iota de plus de son pouvoir, qu'il n'en faut pour remédier à nos défauts dans l'état présent. C'est ainsi qu'Il se fait connaître selon nos besoins. Il est donc bien là, en quelque sorte à portée de notre connaissance.

3.- Qu'est-ce donc, qui nous permet de L'avoir à portée de notre connaissance? Le fait qu'Il est connu en tant qu'Être – Conscience – Béatitude.

L'Être (*Sat*) désigne l'impérissable, ce qui Est, pour l'éternité. S'il venait à cesser d'être, ne fût-ce qu'un moment, qui serait son destructeur? Qui L'a créé? La nature périssable de toutes choses nous enseigne que Tout est dirigé par l'Un impérissable. Ce Seigneur des Seigneurs, immortel, est Dieu. Sa nature impérissable est Être (*Sat*).

Par Conscience (*Cit*), il faut entendre Connaissance. Connaissance absolue, opposée à la connaissance ordinaire, sujette à l'erreur. Ni l'irrégularité ni l'erreur ne peuvent l'entacher. C'est La Connaissance, pure et simple. Celui qui est à l'origine de la Création, si parfaite et ordonnée, même parmi les êtres inanimés, nous enseigne fréquemment ainsi: «ta connaissance est irrégulière et erronée».

Une histoire célèbre raconte l'étonnement d'un incroyant devant l'un des prodiges de la nature: «pourquoi a-t-il fait si petite la graine de l'arbre *banyan* qui est si grand?». Un système où même les objets inanimés sont en ordre et ont une fonction utile, est forcément dirigé par un pouvoir conscient. Est-ce qu'un simple objet inanimé peut faire quelque chose relevant de la connaissance infallible? Et notre mode de connaissance imparfaite, le peut-il? Non, ce n'est pas possible. C'est pourquoi il est dit que Dieu est Conscience (*Cit*).

La Béatitude, ou Félicité (*Ananda*), est l'état libre de désir. C'est la plénitude de paix. S'il Lui restait encore le moindre désir, comment pourrait-Il être meilleur que nous-mêmes? Comment pourrions-nous obtenir de Lui la félicité? Lui-même aurait alors besoin d'un autre être pour satisfaire ses désirs.

Mais qui peut concevoir Dieu ainsi?

L'état de satisfaction intérieure caractérise la Félicité. C'est pourquoi Il est Félicité, ou Béatitude. Être, conscience et Béatitude sont inséparables. Individuellement, ils sont sans valeur. C'est pourquoi Il est connu, Lui, en tant qu'Être - Conscience – Béatitude.

4.- Celui qui a réalisé le quatrième état et voit tout en tant qu'Un, celui-là connaît vraiment Dieu en tant qu'Être – Conscience – Béatitude. Les mots ne peuvent exprimer, ni les oreilles entendre, à quel point un tel Être est uni à Dieu; c'est une question de réalisation; et il existe des

voies et des moyens pour une telle réalisation. Ils peuvent être énoncés, appris et mis en pratique. Celui qui peut réaliser ainsi est Dieu.

5.- Il n'a pas de nom; nous Lui donnons un nom. Il n'a pas de forme; nous Lui donnons une forme. Est-ce condamnable? Quel nom n'est pas le sien? Quelle forme n'est pas la sienne? Quel est le son, la forme où Il ne se trouve pas? C'est pourquoi, en l'absence de la vraie connaissance de ce qu'Il est, tu peux Le nommer comme tu préfères, ou L'imaginer sous la forme qui te convient le mieux pour garder Son souvenir. Tout espoir d'obtenir Sa Grâce sans aucun effort est complètement vain. S'il était possible d'obtenir Sa Grâce de cette façon, tout serait pareil, il n'y aurait aucune raison pour qu'il existe des différences. Il nous a montré les voies et les moyens. Efforce-toi, atteins le but; sois heureux; ta paresse et ton égoïsme te font espérer Sa Grâce sans aucun effort, or la règle est valable pour toi comme pour tous. Ne relâche pas tes efforts. Dieu ne peut être réalisé que par ton effort.

6. - Il est un effort qui surpasse tous les autres. Il peut paraître moins efficace que la dévotion à Dieu avec nom et forme. Pourtant, c'est bien celui-ci le plus efficace: c'est tout simplement l'amour que tu portes à tous les êtres, pour le meilleur et pour le pire. En l'absence d'un tel amour pour tous, ta dévotion envers Dieu n'es que parodie. Quel sens cela a-t-il pour Dieu, si tu recherches auprès de Lui la satisfaction de tes désirs, sans faire ton devoir envers les malheureux? Il n'y a là que pur égoïsme. Il n'y a pas de place auprès de Dieu pour des personnes aussi égoïstes, seuls les actes désintéressés y ayant droit de cité. Par conséquent, sachant bien qu'Il est au centre de toute chose, dévoue-toi à Lui. Dieu est Celui qui suscite la plus haute dévotion.

7. - A mesure que tu attribues des noms et des formes à Dieu, tout en faisant preuve d'amour pour tous les noms et formes, ayant compris qu'ils sont tous Siens, ton mental va mûrir progressivement. De même que le goût d'un fruit s'améliore à mesure de sa maturation, de même en va-t-il, en toi, de la croissance du bien et du déclin du mal. A un certain stade de la maturation de ton mental, le moment viendra où il te faudra rencontrer ton maître. Ceci ne signifie pas que tu dois aller à sa

recherche, ou lui à la tienne. Au moment voulu, la rencontre aura lieu, chacun s'y étant dirigé à sa manière. C'est votre complémentarité qui vous amènera à vous rencontrer, qui établira ta confiance en lui, adaptera son enseignement pour toi, et te rendra apte à le suivre. Celle-là est la voie directe pour aller à Dieu qui est de réaliser le quatrième état. Tu suivras la voie et atteindras ton but, qui est Être – Conscience – Félicité, qui est Dieu.

8. - La voie enseignée par le maître est définitive, directe; dirigée vers l'Unité, elle est naturelle et sans artifices, éprouvée depuis longtemps, non douloureuse. Lorsque tu es sur cette voie, il ne peut plus y avoir ni doute, ni peur. La peur et le doute, ne sont-ce pas les caractéristique des voies des ténèbres? Comment pourraient-elles te rencontrer dans la voie de la Vérité qu'enseigne le Maître?

Ainsi, la voie te parlera d'elle-même, t'indiquant le bon chemin. Alors, il ne te restera plus qu'à rencontrer ton maître et à apprendre de lui; Cette voie vous est commune, à tous les deux, par la Volonté de Dieu. Avant toi, ton maître l'a parcourue. Il te montrera le chemin et tu le suivras. A combien d'autres enseigneras-tu ce même chemin? Et combien d'autres suivront-ils après? D'évidence, la peur et le doute n'ont pas de place dans la voie de la Vérité. Une fois que tu auras fait un pas en avant, tu ne reculeras plus. L'aide du maître est effective pour ce premier pas uniquement. Tu n'as besoin de rien faire pour que la voie te soit enseignée par ton maître. Sache qu'il est le messager de Dieu, envoyé pour révéler la voie à ceux qui sont prêts, qui ont mûri par leurs propres efforts, accomplis dans l'une ou l'autre des deux directions dont nous allons parler. C'est Dieu qui envoie ce messager divin dès que le degré de maturité suffisant est atteint.

9.- La pratique avec foi, mais sans Connaissance est nommée *Bhakti*; la même avec Connaissance est nommée *jnâna*.

Il y a deux sortes de *Bhakti*: l'une est la dévotion à Dieu avec nom et forme, l'autre est l'amour pour tous les êtres (*Karrna*); *jnâna* aussi est divisée en deux – la pratique de la voie juste enseignée par le maître, nommée yoga, et l'état qui en résulte, qui est pure *jnâna*.

Il est naturel de croire à quelque chose que l'on ne voit pas pour finalement le trouver. Ceux qui ne croient pas ne trouvent jamais, les croyants, tôt ou tard, réussiront, les non-croyants, jamais.

Tu peux croire même pour la seule raison que la Foi en dieu ne fait pas de mal. Tu en recevras ta part d'effets bénéfiques. Ce monde existe uniquement pour susciter la Foi en toi. Voilà le but de la création. Aie la Foi et tu pourras atteindre Dieu.

10.- Même si tu ne crois pas tout ce qui est dit de Dieu, crois au moins qu'il y a Dieu. Cette graine révèle une grande puissance lors de sa croissance, au point qu'elle peut tout nier, et tout remplir par elle-même. Sa toute-puissance est telle que tu ne verras rien d'autre que Dieu, même pas toi-même. En vérité, Dieu est Tout.

IV. PAIX

1.- Qu'est-ce que la Paix? Lorsqu'un homme est en sommeil profond, bien que le monde subsiste, en a-t-il le moindre souci? Son mental est tranquille et reposé. S'il peut conserver ce degré de calme et de repos mental même lorsqu'il se trouve en activité au sein du monde, alors la Paix est réalisée.

2. - Le mental peut-il demeurer ainsi, même lorsque nous sommes confrontés au monde? Cela dépend de notre façon d'appréhender le monde. Le mental est plus agité si c'est sa propriété qui est pillée, que s'il s'agit de celle d'un autre. La perte d'un bien propre cause plus de souci que celle du bien d'autrui. Pourquoi? Parce-que notre manière d'évaluer les choses est ce qui détermine le degré de plaisir ou d'anxiété qu'elles nous procurent. Par conséquent, si l'on apprenait à voir tout d'un œil égal, le mental demeurerait en paix. Le mental qui sait que les affaires de l'Univers dépassent ses compétences, se tranquillise nécessairement. De même, si l'on a conscience de n'avoir plus aucune prétention envers quoi que ce soit, ou que toutes choses sont périssables, le mental demeure calme. Ainsi la Paix s'installe durablement si l'on porte sur toutes choses un regard équanime.

La paix dépend de la façon dont le mental appréhende les choses.

3.- Illustration de ce qui précède: un homme se réveille après avoir fait un rêve. Son mental était heureux, ou ennuyé, selon ses opinions à propos des choses vues dans le rêve; mais au réveil, son mental demeure inaffecté par toutes les péripéties du rêve; il demeure équanime. Pourquoi? Parce-que ce n'est qu'à ce moment (au réveil) que son mental se permet d'évaluer tous les éléments du rêve de manière égale. Il ne regrette pas que le rêve ait cessé. Pourquoi? Il sait que le rêve n'est pas éternel, mais doit s'achever au réveil. De même, si un homme sait que tôt ou tard il ne pourra que s'éveiller du long rêve de la vie en ce monde, son mental deviendra immuable. C'est l'état de calme pur. C'est l'état de Paix.

4. - Cet état ne signifie pas pour lui la fin de sa relation au monde. Seuls la paix et le calme du mental lui appartiennent. Ses actes ne pourront que s'adapter aux circonstances. Le seul changement qui soit intervenu avec ce gain de la paix mentale est le suivant: son mental a connu la Vérité et réalisé le détachement, par conséquent, il repose, paisible; ses actes, bien que pouvant varier, demeurent impartiaux; mais les actes des autres sont changeants, sans pouvoir garder l'impartialité. C'est ainsi que le calme du mental apporte un bien énorme, non seulement à lui-même, mais aussi au monde en général. La Paix indique la voie de la conduite juste.

5.- Un homme marche, une lampe allumée à la main. Peut-il être question d'hostilité entre la lumière et les accidents du parcours? Sûrement pas. Cependant, la lumière et l'obscurité ne peuvent coexister. La lumière chasse l'obscurité, révèle les accidents du parcours, et permet à l'homme de marcher prudemment, en montant, en descendant, sur les côtés, etc...La lumière de la lampe supprime la cause de jurons ou de plaintes futiles telles que: «mon pied a heurté un obstacle», ou bien: «ce creux m'a fait trébucher». Une fois la Paix réalisée, l'homme ne ressent ni haine ni antagonisme envers le monde. La Paix dissipe les ténèbres qui nous empêchent de voir la vraie nature du monde et ses embûches. En l'absence de la lumière de la Paix qui permet de s'adapter aux multiples circonstances, on condamne le monde, lui reprochant ses souffrances, comme on se plaint des obstacles sur un chemin. C'est pourquoi un homme ayant réalisé la Paix Suprême après avoir connu le monde comme un rêve compliqué, ne doit pas être considéré comme étant hors du monde, non concerné par ses activités.

En fait, il est le seul à être en harmonie effective avec le monde; il est le seul vraiment compétent pour être un homme d'action. Ainsi, la Paix est le régulateur de tes activités.

6. - L'homme en Paix peut avoir un souci de rectification pour ce qui se passe dans le monde. S'il en éprouvait de la crainte, de quelle aide pourrait-il être envers ceux qui considèrent ce monde possessivement et avec avidité? Ils sont sous l'emprise de l'égoïsme et dépourvus de toute notion d'impartialité. Pour guider l'aveugle sur un chemin, ou traiter la cécité de l'œil malade, on a besoin d'y voir clair. De même, celui qui peut réformer le monde est celui qui a découvert sa propre nature immuable par rapport à la nature changeante du monde, et demeure paisible. De tels hommes ne peuvent s'empêcher d'aider le monde. Pourquoi? Est-ce que quelqu'un peut manquer de cœur ou point de ne pas relever un enfant qui glisse et tombe? Même question pour les Sages, capables de comprendre les difficultés du monde, et qui peuvent aider les gens. Parce-qu'il s'est détaché du mental et du corps, le Sage n'est pas éprouvé par l'effort que demande le service du monde, tout comme le principe vital ayant quitté un corps ne souffre pas, même si de lourds attelages passent sur ce corps en l'écrasant. Le Sage ne se dérobera donc pas devant le travail ou les soucis. Seule la Paix réalisée effectivement peut produire un tel courage, et un tel calme.

7.- En apparence, la Paix peut donner une impression de fadeur et de manque de vigueur. En fait, elle peut tout vaincre. Elle surpasse tout en ténacité et en courage, et c'est de ces qualités que dépend la réussite. Même si le mont Mérou (l'axe du monde selon la tradition) devait basculer, l'incident (!) provoquerait tout au plus un léger sourire chez l'homme en paix, s'il ne le laisse pas complètement impassible... Cet état est précieux pour les questions regardant aussi bien le monde que l'esprit. Le véritable bonheur dans le monde est le sien aussi, et ce bonheur jaillit après la fin d'un esclavage. La Paix apporte du bien à chacun, de toutes façons.

8.- Les adversaires de la Paix sont nombreux. Ils sont là pour éprouver l'homme. Lorsque nous y sommes confrontés, nous devons rester vigilants, et veiller à ce que la fleur fragile du mental soit épargnée par leurs ombres. Si la fleur du mental est abîmée, elle perdra son parfum, sa

fraîcheur et sa couleur. Elle deviendra alors inutile, imprésentable aux autres, et à Dieu. Sache que ton mental est plus fragile encore qu'une fleur. C'est à l'aide de cette fleur que tes devoirs envers toi-même, les autres et Dieu s'accomplissent. Elle doit donc préserver sa fraîcheur toujours et en tous lieux. Toute bénédiction du mental est l'œuvre de la Paix.

9. - N'aie de cesse d'adorer le Dieu de ton Soi avec la fleur de ton mental. Laisse les aspects capricieux de ton mental témoigner de cette adoration. Progressivement, ils apprendront à quitter leurs jeux infantiles et voudront connaître le même enchantement que toi. A force d'observer la Paix qui est en toi, ils abandonneront leurs caprices. Toi, tu n'as qu'à continuer patiemment l'adoration. Ne te laisse donc pas détourner par ces caprices du mental; au contraire, ce sont eux qui seront finalement pacifiés par la Paix qui est en toi. Tout doit être en Paix.

10. - Un dernier mot: l'essence des Védas est la Paix.

V. ACTION

1. - Toute action appartient à Dieu. Son Œuvre a inscrit chaque chose dans ses fonctions individuelles. C'est par Lui que les êtres, animés ou inanimés, jouent leur rôle. Toutes les actions Lui appartiennent.

2. - Chaque être fait ce qui lui correspond. Qu'est-ce que Dieu a à voir avec cela? Nous nous intéresserons aux objets inanimés un peu plus tard. Nous sommes des êtres sensibles; voyons d'abord qui est l'auteur de nos actions. Tout le monde souhaite améliorer son état, et y travaille. Mais les résultats diffèrent, bien que le but et le travail soient identiques. Pourquoi cette différence dans les résultats? Ici Dieu nous fait comprendre qu'Il est l'auteur de l'action. Autrement, tous les résultats

devraient être identiques. Les différences de condition n'expliquent rien: peut-il exister quelqu'un ne souhaitant pas améliorer sa situation? Quelle que soit son intention envers les autres, chaque individu est certainement honnête dans son intention envers lui-même (ex: pour améliorer sa situation). Cela n'empêche pas qu'il y ait des différences de condition de l'un à l'autre; Toutes les actions sont l'œuvre de Dieu.

3.- Tous les êtres ont la même intention; cependant, leurs efforts varient de l'un à l'autre, ainsi que leurs états. Ayant dit cela, une question se pose: Qu'est-ce que l'effort? N'est-ce pas simplement un concept mental? Tous ces concepts ont la même origine, à savoir cette intention commune à tous (d'améliorer sa situation), alors pourquoi ce concept mental de l'effort à accomplir diffère-t-il d'un individu à l'autre? Ici aussi, Dieu nous enseigne que toutes les actions Lui appartiennent.

4.- S'il est établi que malgré l'intention commune, l'effort varie selon les capacités individuelles, la question se pose de savoir qu'est-ce qui conditionne ces capacités? La source est dans le corps et le mental. L'environnement peut aussi influencer. Avant de faire un effort, l'on doit tenir compte de tous les facteurs. Cependant, nous n'avons pas un contrôle suffisant de ces facteurs, pouvant faire coïncider exactement l'effort avec la tâche à accomplir: toutes les actions appartiennent à Dieu.

6.- Cela est-il bon ou mauvais que les gens n'atteignent pas leurs buts? C'est certainement une bonne chose. Pourquoi? La plupart des gens sont égoïstes; à toi de juger si leur succès est bon pour le monde ou non. Peut-être te demandes-tu alors pourquoi les efforts des personnes non-égoïstes ne sont pas tous couronnés de succès? Le plus souvent, bien qu'en apparence ils semblent ne pas être égoïstes, ils ne sont pas sans défaut. Cela dépend de l'ego; Si le non-égoïsme supposé engendre une sensation de supériorité sur nos semblables, Dieu se charge de freiner nos ardeurs, et de nous rappeler que «vous aussi, vous êtes comme les autres, et c'est Moi qui vous gouverne». Le véritable représentant de Dieu est dépourvu d'égoïsme et d'ego. C'est parce que Dieu brille à jamais en lui, en d'autres termes, que le nuage de l'ego n'est plus là pour lui cacher Dieu, que toutes ses intentions de concrétisent. C'est donc un homme de «bonne volonté» (*Satya Sankalpa*, littéralement: vraie volonté). Dieu rayonne directement à travers lui, en qui il n'y a pas de

ténèbres. Il est le seul à connaître l'intention divine telle qu'Elle est. Dieu accomplit à travers lui le but de Sa création. Toutes les actions sont l'œuvre de Dieu.

7.- A la question: n'existe-t-il pas au moins une de ces personnes de bonne volonté (ou de vraie volonté)? Pourquoi le monde n'en reçoit-il pas le plein de bénédictions? Il y a un secret dans tout ceci: les Sages qui savent que toutes les actions sont l'œuvre de Dieu se vouent à le faire savoir aux autres; il n'y a pas de bien plus précieux que cette Connaissance; les actions sont l'œuvre de Dieu, non la nôtre. Cette connaissance contient en elle toutes les bénédictions. C'est pourquoi le propos des Sages est d'éclairer les autres à l'aide de leurs Connaissance de Dieu et Ses actions. Ils ne disent pas: «connais Dieu tout de suite!», mais enseignent les voies et les moyens de la connaissance, et encouragent les gens à suivre le droit chemin, c'est tout. Ils ne disent pas: «sois délivré à l'instant»! Puisque le commun des mortels en est incapable. Les Sages n'enjoignent pas Dieu de «libérer les gens immédiatement», puisqu'ils sont dépourvus d'ego et savent: «Dieu sait ce qu'Il a à faire, et Il le fait; que pourrais-je Lui demander de plus?». Ainsi, ils souhaitent seulement faire leur devoir, sans en récolter les fruits. Ils ont compris que seul Dieu distribue les fruits des actions. Ils observent simplement le déroulement des choses dans le monde, jouent leur rôle, et ne songent jamais à recréer un monde à eux, ce qui ne serait qu'une forme d'égoïsme. La Création est exactement comme elle doit être. Tout est en ordre. Toutes les actions sont l'œuvre de Dieu.

8.- Sachant que leurs actes sont subordonnés au Pouvoir Divin, comment pourraient-ils envisager d'agir à contre-cœur? Non, ils ne peuvent pas même y penser. Ils feront leur travail comme un devoir. Les écritures disent: «fais le travail mais ne pense pas à ses fruits». De même que la colère échappe inconsciemment au contrôle d'un homme même s'il est déterminé à ne pas se mettre en colère et à rester calme, de même les Sages à l'intention vraie (*Satya Sankalpa*) peuvent être choqués par les injustices apparentes du monde, et penser sans s'en apercevoir: «Dieu, faites que survienne le bien»! Alors, cela se produira certainement, et c'est ce qui explique les événements extraordinaires dans le monde. Les grands bouleversements sont le résultat d'un vœu dérobé dans le mental d'un Sage. C'est la loi de la nature. Qui peut la changer? Toutes les

actions sont l'œuvre de Dieu.

9.- Quoi qu'il arrive, c'est dans l'ordre naturel des choses. Donc, c'est juste. Tout ce qui arrive, arrive par Son action. En ce sens, il n'est pas faux de penser que «c'est Lui qui fait voler le voleur», puisqu'à l'heure du châtement, c'est aussi Lui qui fait souffrir le voleur de son méfait. Il plus, ni moins. Il ne devrait pas y avoir d'hostilité envers le voleur. Tel est le fruit de la Connaissance que toutes les actions sont l'œuvre de Dieu. Mais même s'il n'y a pas d'hostilité envers le voleur, notre rejet pour l'acte de voler demeure. Cela aussi est le résultat de notre Connaissance que toutes les actions sont l'œuvre de Dieu. Comment? Parce-que le voleur lui-même n'aime pas le vol: resterait-il tranquille si ses biens lui étaient volés par un autre? Non, certainement. Il n'y a personne pour ignorer que le bien est bon et que le mal est mauvais. C'est pourquoi la connaissance que toutes les actions sont l'œuvre de Dieu est ce qui peut susciter une conduite droite dans le monde. Notre connaissance s'étend au-delà. Nous ne pouvons répéter que ce que nous connaissons, et ne pas nous soucier de ce qui dépasse notre connaissance. Cela aussi est l'œuvre de Dieu.

10.-. Parmi les fruits de la connaissance que Dieu nous accorde, il y a celui qui nous apprend que toutes les actions sont Son œuvre. Notre impuissance nous pousse à demander «Dieu, pourquoi agis-tu ainsi»? Toutes les religions admettent ce même état d'impuissance. C'est parce que les fruits de nos actes ne correspondent pas à nos désirs, en d'autres mots, parce que nos pouvoirs sont limités, que nous ne pouvons que nous incliner, et constater que toutes les actions sont l'œuvre de Dieu. Cette loi qui nous gouverne, s'applique aux objets inanimés aussi. Nous ne sommes pas mieux lotis qu'eux. Tout est Un. Ceux qui n'admettent pas que toutes les actions sont l'œuvre de Dieu, ne peuvent que reconnaître leurs propres limites. Cela même est l'œuvre de Dieu.

VI. EGO

1. - Ô, ego! Tous les maux du monde prennent leur source en toi. Dans le but de t'éliminer, les rois font des lois et les Sages donnent des enseignements. Malgré leurs efforts depuis la nuit des temps, hélas! Tu es toujours vivant; tu te caches seulement, et réapparaîs encore et encore. N'as-tu donc pas de fin? Oh si, et, sûrement, elle approche. Un autre Ego a commencé à t'éliminer. C'est l'Ego Universel, dont le nom est Je-Suis Brahman (*Aham Brahmasmi*).

2.- Eh! Ego, détrompe-toi, ton ennemi n'est pas de ton espèce: tu es périssable, alors qu'Il ne l'est pas; tu te prends pour «je», parce-que tu différencies toujours «je», «tu», «il», etc., mais Lui est libre de ces concepts: Il harmonise les différences et résorbe tout en Lui-même. Ton hostilité à Son égard naît de ce que tu le vois s'élever pour t'anéantir. Mais Lui n'a aucun mauvais sentiment pour toi, puisque tu ne peux te trouver là en Sa présence. Il te voit comme une partie de Lui-même. C'est ta propre imposture qui cause ta perte en Sa présence. Il ne songe même pas à te tuer car tu ne comptes pas à ses yeux. C'est pourquoi, ego, tu te considères comme son ennemi, mais Lui ne se prend pas pour le tien.

En un mot, tu es ton propre ennemi: par orgueil, tu t'es vanté devant Lui, comme tu le fais en tous lieux. Dés lors, tu es perdu. C'est ainsi que le Soi Universel t'efface, t'ayant absorbé, brillant en tant que Lumière Absolue.

3.- Eh! Ego, les ravages de ton action sont sans limite: tu n'es satisfait que si tu es glorifié devant les autres, et si les autres sont abaissés devant toi; tes désirs ne cessent de te harceler: «à quel titre serai-je honoré? Comment puis-je paraître plus élégant? Les autres, s'inclinent-ils devant moi? M'obéissent-ils en silence? Proclament-ils que nul ne me surpasse»? Hélas! Que ta vie est courte! Et pourtant, que d'ambitions! Combien de mal tu peux causer! Tu t'es trompé, croyant trouver le bonheur dans cette vaine quête de gloire et de pouvoir, et en voulant te distinguer parmi les autres, tout cela ne peut t'être profitable. Pourquoi? Les autres ne sont-ils pas motivés eux aussi par ces mêmes illusions?

Quelles chances de succès peux-tu avoir face à des multitudes de gens nourrissant les mêmes ambitions? Dans une telle situation, tu dois mettre un terme à ta vaine volonté de tout dominer. Par tant de vanité, tu suscites le mal, autant pour toi que pour les autres. Écoute mon conseil amical. Pour dire la vérité, Celui-là que tu crois être ton ennemi mortel, est en fait ton ami. Il sait comment te rendre digne de la vraie Grandeur et des vraies Bénédiction. Abandonne-toi à Lui. Cet Ego Universel ne te traite pas en ennemi: Il est ton véritable Bienfaiteur

4.- Tu ne peux, à ce moment précis, avoir une idée de ce qu'Il fera de toi si seulement tu t'abandonnes à Lui. Quoi que je puisse t'en dire, tu ne peux comprendre. Nul doute qu'Il t'élèvera à Sa Grandeur, rien de moins. Par conséquent, ne crains pas pour ton avenir; abandonne-toi directement. Tu pourras toujours t'en retourner, si la joie ne te submerge pas dès le premier instant d'abandon. De même que, en buvant du lait, cela commence par le goût agréable et se termine par l'apaisement de la faim et de la soif, de même l'abandon de soi commence par le ravissement et s'achève dans la Parfaite Béatitude qui est au-delà du plaisir et de la souffrance. Par conséquent, ton but est, nul doute, cet Ego Universel (Je Suis Brahman).

5.- Quel est ton nouveau nom, après l'abandon? Il n'y a pas d'autre nom que le Tien. Les Védas Te louent, le monde Te glorifie. L'essence des enseignements religieux, c'est Toi-même. Quelle est alors Ta forme? Toutes les formes sont Tiennes. Il n'y a pas une forme qui ne soit la Tienne. Tu es Cela qui est adoré dans les temples; Tu es Cela qui est décrit dans les Védas; les festivités, les cérémonies, sont toutes pour Toi. Mais quel est donc Ton pouvoir? En Ta présence, le monde est actif; chaque être est ce qu'il est à cause de Toi. En bref, toutes choses Te glorifient, et témoignent de Ton Être. Elles y sont contraintes par devoir. Tu n'aurais même jamais rêvé que ceci pût être ton état. Mets-toi donc à l'œuvre. Abandonne ta suffisance, car l'Ego Universel t'attend.

6.- Souhaites-tu sortir de ton rêve, ou bien est-ce que tu préfères y rester encore? Combien de temps les images du rêve vont-elles durer? Ne sois pas paresseux, sors de ta torpeur, réveille-toi! Tu ne vois que tes propres images mentales, et tu continues d'en imaginer encore et encore. Tout cela est vain. Trouve simplement Qui est ce Toi, ce spectateur de tes images mentales. Ne te méprends pas, en t'identifiant à elles, qui

s'élèvent et retombent; réveille-toi! Dès l'instant où tu t'éveilleras, tu comprendras que l'éveil vaut mieux que ce rêve. Debout! L'Ego Universel attend pour se réjouir de te voir éveillé.

7.- Ne crains pas la cessation du rêve actuel. Tu vas être autrement comblé. N'étant plus dans l'illusion, tu vas assister en spectateur à cette imagerie mentale, sans en éprouver de trouble, mais avec un sourire. Cela te semblera être une plaisanterie, non plus un fardeau. En rêve, ton imagerie mentale semble avoir des formes réelles. Au réveil, tu sais que le rêve est seulement un rêve. Ne prends pas l'état de rêve pour celui de veille. Connais le rêve en tant que tel. Faisant ainsi, tu dois atteindre l'état de «Je Suis Brahman». (l'Ego Universel).

8.- Je m'adresse à toi pour ton bien, non pour mon intérêt. Que faire si la foi te manque, si tu ne suis pas les enseignements, ou si tu quittes le chemin, faute de récompense immédiate...Comment puis-je t'aider si tout l'enseignement des Saints s'avère vain pour toi? Il n'y a pas d'état plus élevé que celui-ci. Il est pour ton bien, et, à travers toi, pour les autres aussi. Quitte ta suffisance, dès maintenant. Commence tout de suite. L'Ego Universel est le tien.

9. - Ô ego, vois comme tu es l'esclave de tout, et combien tu en souffres! Combien ton état est pitoyable! Tout n'est qu'hostilité autour de toi! Lorsque tu dis «à moi, à moi»!, tous les autres rivalisent: «à moi, à moi!» Lorsque tu dis «je suis grand», ils protestent: «comment? c'est moi qui suis grand», tu es le seul à ne pas t'être hostile. A cause de tous ces soucis, tes productions mentales se multiplient, indéfiniment. N'est-ce pas le moment d'en profiter pour lâcher prise? Si tu dis «tout est à vous», chacun deviendra ton ami. Il en est Un qui peut te rendre aussi magnanime, et c'est «Je Suis Brahman» (l'Ego Universel).

10.- Il me reste un mot à dire. Ce n'est pas le produit de mon égoïsme, mais simplement mon devoir. Je ne dis ce mot spécialement ni pour toi ni pour mon bien. C'est pour le bien de tous.

La Vérité est «Je Suis Brahman»

(l'Ego Universel).

Lumière de Grâce Divine,

Amour Tout-Puissant,

Bénissez-moi.

Paix! Paix! Paix! .

LA VOIE DE L'AMOUR



L'histoire de Sylvain:

1- A l'hôpital

Au bout de deux semaines, le Dr. Schmith passa pour sa visite matinale habituelle, et après avoir examiné son patient, prit une chaise et s'assit.

«Je vous libère aujourd'hui. Votre situation est stable, et il n'y a aucune raison de vous garder plus longtemps. Cependant, cela ne signifie pas que vous allez bien. Loin de là. Vous avez besoin d'une période indéfinie de convalescence, avec des check-up à intervalles réguliers».

«Mais vous n'avez plus besoin de rester à l'hôpital plus longtemps. Vous pouvez continuer de vous reposer dans votre lit et de prendre des médicaments chez vous».

Le médecin lui expliqua dans les grandes lignes le programme de repos et de médication.

Ses visites, son régime, ses activités sociales (aucune). Même sa vie sexuelle (aucune également). Lester fut surpris mais déterminé à suivre les recommandations du médecin.

«Combien de temps cela durera-t-il, docteur ?» demanda-t-il.

«J'ai conscience que vous ne pouvez pas me dire exactement, mais pouvez-vous me donner une idée ?»

Il regarda le médecin attentivement en attendant sa réponse.

Il lui sembla qu'il se passait un long moment avant que le Dr Schmith ne parle.

«Quel âge avez-vous, mon enfant ?»

Ce n'était pas ce à quoi il s'attendait. Il se demandait ce qui allait suivre. Il y avait quelque chose dans les manières du médecin qui ne lui disait rien de bon.

Il répondit : «quarante deux ans» et attendit.

Le Dr Schmith regardait au dehors, par la fenêtre, le visage impassible, quand il s'assit, comme perdu dans ses pensées.

Après un long moment, pendant lequel personne ne bougeait, le médecin hocha la tête une fois, d'un mouvement brusque et décidé qui effraya Sylvain, et, finalement, lui dit abruptement :

«Un temps indéterminé, désormais, j'en ai peur».

«Que voulez-vous dire par un temps indéterminé désormais ?»

Un sentiment de malaise partit de ses intestins et lui souleva l'estomac.

«Je veux dire que vous ne pouvez plus vous attendre à vivre une vie normale, désormais.»

Il se détourna rapidement.

Quand il vit le regard choqué de Sylvain. «Vous venez d'avoir un très grave problème cardiaque. Vous avez de la chance d'être encore en vie. Vue la gravité de cette attaque, n'importe qui d'autre serait mort, à votre place».

Le médecin fit une pause, puis s'éclaircit la gorge. «je me rends compte combien il est difficile pour vous d'entendre cela, mais je peux vous assurer que ce n'est pas agréable pour moi non plus».

Il se leva brusquement et marcha vers la fenêtre, tournant le dos à Sylvain.

«J'aimerais pouvoir vous dire autre chose. J'aimerais pouvoir vous dire que dans quelques mois, vous retournerez à une vie normale, que vous pourrez reprendre votre vie comme vous l'aviez laissée.» Il fit une pause, fit face à Sylvain, calmement.

«Mais je ne peux pas. En toute conscience, je ne peux pas vous dire cela, je suis désolé.»

Sylvain était furieux, maintenant.

«Vous êtes désolé ?!! Et bien moi aussi !! Vous m'avez sauvé la vie...Pourquoi, alors? »

«Pour que je sois un invalide pour le restant de ma vie ? Quelle sorte de vie infernale me donnez-vous ?»

Cette fois, il était lancé, et ne pouvait s'arrêter.

Il déversa toute sa frustration, sa rage et sa colère, jusqu'à ce que la sensation de malaise au creux de l'estomac lui monta à la gorge, et il se mit à tousser et à étouffer.

Le médecin lui tendit un bassin pendant qu'il avait des hauts de cœur. En retombant enfin sur les oreillers, épuisé, sa main tremblait quand il s'essuya la bouche.

Le médecin était secoué aussi, alors qu'il portait le bassin souillé dans la salle de bains.

Il posa le bassin par terre, puis s'appuyant des deux mains sur le lavabo, il toucha de son front le miroir froid de l'armoire à pharmacie. En dépit de toutes ses années de pratique, ces situations l'affectaient encore. Il songea à son foyer, et désira y être maintenant, sa journée terminée, se relaxant avant le dîner, avec un verre ou deux.

Avec un profond soupir, il s'obligea à se relever et à retourner dans la chambre.

«Je signerai les papiers de décharge aujourd'hui, mais vous pouvez rester encore si vous le désirez», dit-il tranquillement. «Si vous avez besoin de plus de temps pour prendre vos dispositions, je dirai à l'infirmière que c'est d'accord». Il ne savait pas quoi dire d'autre.

Sylvain répondit: « Non, c'est bien, je partirai aujourd'hui, cet après midi. Il n'y a aucune raison de rester».

«Très bien, ce que vous décidez est très bien. Mais n'oubliez pas que vous pouvez changer d'avis et prolonger votre séjour si vous le désirez».

Il resta silencieux un moment, en examinant le visage livide de Lester.

«S'il vous plaît, allez-y doucement, quand vous serez chez vous. C'est très important. Vous ne devez pas monter du tout les escaliers. Et vous devez porter des chaussures sans lacet. Connaissez-vous les «flâneurs? »
«les flâneurs ? Non, pourquoi ?»

«Vous devriez demander à quelqu'un de vous en acheter une paire. Il vaut mieux ne pas vous pencher pour lacer vos chaussures. Cela mettrait une pression supplémentaire sur votre cœur, dans cette position.»

L'idée parut ridicule à Sylvain, mais il dit : «D'accord, comme vous voudrez.»

Il avait toujours détesté les «flâneurs» mais cela n'avait plus d'importance, maintenant.

Puis, comme le médecin se dirigeait vers la porte, une question le traversa : «Dites, Docteur, je ne vais pas mourir, n'est-ce pas? Je veux dire, je devrai prendre toutes sortes de précautions, mais je ne vais pas mourir»?

Le Dr Schmith s'arrêta. «Je ne sais pas», répondit-il, puis il se tourna vers Sylvain. «Je voudrais bien vous donner une réponse positive, mais je ne peux pas. La vérité, c'est que je ne sais tout simplement pas. Vous avez eu un grave infarctus, et vous pourriez vivre un an ou deux de plus, ou vous pouvez partir demain. Je ne sais pas».

«Merci d'être honnête avec moi, docteur. Je vous reverrai».



2-Sylvain rentre à la maison

Cet après midi là, il rentra dans son appartement comme dans une tombe. «C'est un tombeau», pensa-t-il. «Et je suis un homme mort. Il faut que je m'y fasse».

Ses sœurs voulurent l'aider et lui offrirent de rester chez lui à tour de rôle pour le soigner, mais il les renvoya.

Il voulait juste rester avec lui-même.

Il alla se coucher, et dormit pendant trois jours, se réveillant seulement pour manger ou prendre ses médicaments, ou se laver. Il se traînait alors comme un animal blessé, pour rentrer dans sa tanière.

Le quatrième jour, quelque chose changea.

Après son déjeuner, il s'assit dans un fauteuil, regardant la tour Eiffel par la fenêtre. Il neigeait; Les arbres étaient étincelants. Le champs de Mars semblait féérique. Il songea combien c'était beau et réalisa alors qu'il n'arrivait pas à s'en réjouir du tout. Il ne pouvait réagir, même à la beauté. Il était virtuellement invalide, sans espoir d'amélioration. Au mieux pouvait-il espérer rester assis dans cet appartement pendant des années, soignant un frêle cadavre. Cela n'avait aucun sens et il désira s'allonger et en finir plus vite. Ces pensées le rendirent si furieux qu'il se leva de son fauteuil avec une énergie comme il n'en avait plus eu depuis son attaque, il alla droit à l'armoire à pharmacie dans la salle de bains et compta ses pilules. Il trouva un bon approvisionnement de nouveaux médicaments. Des sédatifs et des pilules pour le cœur. Il y avait aussi des tablettes de morphine que le médecin avait prescrites il y avait des années, pour des problèmes de calculs rénaux. Il en restait sans aucun doute assez pour le décollage de cette planète, s'il choisissait de partir. Il en restait suffisamment dans la bouteille pour partir en flottant sur un nuage chaud et douillet, tout rose. Cela valait certainement mieux que d'attendre une prochaine attaque cardiaque.

D'accord, maintenant il avait un choix.

Pour la première fois depuis sa maladie, il sentit qu'il avait un certain contrôle sur ce qui lui arrivait. Il réfléchit sur ce qu'il devait faire. Devait-il prendre les pilules maintenant et en finir tout de suite ? Non, il ne se déciderait pas maintenant. Il pourrait toujours les prendre quand les choses empireraient. Il retourna à sa chaise et commença à évaluer la situation, se parlant à haute voix. «Tu respire encore. Peu importe le pronostic des médecins ou quelqu'un d'autre, c'est ce qui compte. Peut-être y a-t-il un peu d'espoir après tout».

«D'accord, par où je commence»? Cette question le ramena à ce sentiment de dégoûlinate à nouveau, et il supposa qu'il prendrait peut-être les devants en avalant les pilules une bonne fois. Au moins, il sortirait alors de cette misère et pourrait cesser de se battre. De toutes façons, il s'était battu toute sa vie. Il y avait eu juste un petit peu de bonheur, et c'était tout. Et en avait-il jamais eu, de toutes façons. A peine plus de quelques minutes ou quelques heures à la fois. Momentanément. «C'est ce que fut ta vie...momentanée...impermanente...toujours changeante. Je n'avais pas plutôt pensé que c'était fait, que cela se mettait en place et que je pouvais me détendre, que la chose suivante arrivait et qu'il fallait tout recommencer. Se cramponner, se cramponner, se cramponner pour quelque chose que tu ne tenais jamais en supposant que tu l'aies jamais eue. La vie était un enfer de toutes façons. Qu'est-ce que c'était ? Qu'est-ce qu'il faisait là sur cette planète ? Cela n'avait aucun sens pour lui, qu'il y soit né. Traverser tout ce qu'il avait traversé dans sa vie. Ne jamais réellement obtenir quoique que ce soit d'important. Et finir avec rien, absolument rien si ce n'est un corps mourant et qui de toute façon retournera en poussière. Tout cela et ses réalisations semblaient sans signification et vide. Comme de la poussière», pensa-t-il. Cendres et poussières. «*Si la guerre ne peut vous atteindre, les impôts le pourront*»... Il avait ri de la vérité de cette comptine idiote. La vie lui semblait si stupide.

Mais alors qu'il pensait à prendre ses pilules, il réalisa qu'il ne pouvait pas abandonner encore. Il y avait quelque chose qui le titillait, au fond de sa pensée...Une pensée insaisissable qu'il y avait peut-être une réponse si seulement il savait où chercher. Bon, il n'avait rien sauf le

temps, pensa-t-il, et même si son corps était à moitié mort, il avait encore son esprit. Il pouvait encore penser.

«Est-ce que je devrais essayer»? se demanda-t-il à haute voix. Pendant un moment, il hésita, puis se décida avec un haussement d'épaules: « Oh, quel enfer...Je n'ai rien à perdre. Si cela ne donne rien, je peux toujours prendre les pilules». Et il savait qu'il y viendrait. Il n'y avait aucun doute dans son esprit.

Ceci étant décidé, il n'y repensa plus.

Il se sentait l'esprit plus clair que depuis un long moment, et pour la première fois depuis sa maladie, il eut vraiment faim. Il alla à la cuisine et se prépara lui-même un vrai repas. Encore très faible, il prit son temps et n'essaya pas de se dépêcher. Pendant qu'il mangeait, son esprit s'occupait à explorer de nouvelles idées, des questions.

Des idées pour trouver la réponse à ses questions. Le nouveau projet était enthousiasmant et il se sentait revivre.

Réconforté et délassé par le repas, il retourna à son fauteuil devant la fenêtre.

«Par où commencer»? se demanda-t-il. «Bon, d'abord, quelles sont les questions»?

«Qu'est-ce que la vie? Qu'est-ce que tout cela signifie? Y a-t-il une raison à ma présence dans ce monde? Si oui, quelle est-elle»?

«Qu'est-ce que la vie ? Qu'est-ce que je cherche »?

«Juste un peu de bonheur, c'est tout» se répondit-il.

«D'accord, alors, qu'est-ce que le bonheur? Comment l'obtenir? Où le trouver?

Qu'est-ce que la vie? Que signifie ce monde et mon rapport avec lui?

Comment me suis-je mis dans ce pétrin dans lequel je suis?

Y a-t-il un moyen d'en sortir»?

Il connaissait déjà la réponse à cette question.

En dehors de mourir, il n'y avait aucun autre moyen, mais il pensait que s'il pouvait seulement trouver les réponses, au moins il aurait trouvé une raison à sa vie. Il pourrait donner un sens à tout cela, et ce serait déjà ça. Il devait le faire.

D'abord, il chercha dans le dictionnaire les définitions de bonheur et vie. Il ne lui disait rien qu'il ne sache déjà. Ensuite, il alla à sa bibliothèque de livres collectionnés au fil des ans. Il y avait Freud ; pouvait-il y avoir quelque chose d'utile là-dedans? Non, il avait essayé l'analyse freudienne pendant des années, et cela ne l'avait pas aidé. Il avait aussi lu tous les livres que Freud avait écrits et qui avaient été traduits en anglais, et n'avait pas trouvé de réponse. Non, Freud n'avait aucune réponse pour lui. Il chercha ailleurs. Le Behaviorisme de Watson, Jung et Adler. Rien non plus pour lui dans ceux-là. Puis, il y eut les philosophes. Il commença à prendre les livres des étagères, les mettant en pile. Il les avait lus d'un bout à l'autre plus d'une fois. Mais peut-être avait-il manqué quelque chose.

«Après tout,» pensa-t-il, «je n'avais alors aucun questionnement spécifique.»

Installé dans son fauteuil devant la fenêtre, il commença à lire. Il les parcourut l'un après l'autre, s'arrêtant pour lire des paragraphes ou des pages ici et là.

Sa tête commençait à être saturée d'informations, et ses pensées se bousculaient. De plus en plus impatient, il retourna aux étagères prendre d'autres livres, des livres de médecine, des livres de physique, de mécanique.

Il y avait des livres sur tous les sujets, et il les parcourut pendant les deux jours suivants. La pièce était en désordre, des livres empilés partout, d'autres gisant ouverts sur le plancher là où il les avait jetés dans sa frustration. Les seuls qui restaient sur les étagères étaient un livre de blagues, et quelques biographies qui lui avaient été offerts.

Où chercher le prochain ?

«Tu étais toujours un homme astucieux», se dit-il.«N'as-tu pas obtenu une bourse d'études pour l'école des Mines en passant des concours, alors qu'il n'y en avait que trois à gagner? Même si tu étais un juif, ils ne pouvaient te la refuser. Tu l'avais gagnée!»

«Et à l'école, tu étais toujours au tableau d'honneur? Et n'as-tu pas fait des tas d'études sur l'homme, sur la mécanique et les sciences physiques jusqu'à la psychiatrie et la philosophie et la médecine »?

«Bon, si tu es si intelligent, gros bonnet, qu'as-tu obtenu avec toutes ces études et cette connaissance et ces études? Des migraines, des calculs rénaux et l'appendicite, du chagrin, de la misère et du malheur, et pour finir un infarctus qui aurait dû t'achever, et ne l'a pas fait. Que te faut-il de plus pour revenir au bon sens? Pour un garçon intelligent, Sylvain, tu es stupide, stupide, stupide !»

«Toute cette connaissance ne t'a servi à rien. Et maintenant tu cherches plus, voulant plus dans des livres écrits par des personnes qui n'ont pas trouvé de réponse non plus. C'est ça»! se dit-il.

«Je suis fini avec toute cette merde». Par cette décision, il sentit le poids de l'accablement s'alléger de ses épaules.

Soudain, il sentit une lumière, presque vertigineuse. Il réalisa qu'il cherchait actuellement les mêmes réponses qu'il avait cherchées durant toute la vie. Mais maintenant, il savait, sans l'ombre d'un doute, que s'il devait trouver quelque chose dans les lieux habituels, il l'aurait déjà trouvé. Il devait chercher ailleurs.

Et il se dit qu'il savait où. Il mettrait toute cette connaissance inutile de côté, sans tenir compte de tout ce qu'il avait appris au labo et repartir de zéro.

Le problème était en lui, raisonna-t-il. Il y avait son corps, son esprit, ses émotions.

Les réponses devaient se trouver en lui, donc. Il était son propre labo et c'est là qu'il devait chercher. Il se sentit bien. Il alla à son fauteuil et démarra.



3-Les réponses commencent à émerger.

Pendant un mois, il resta assis, se questionnant sans relâche et testant.

Au début, il essaya d'obéir aux ordres du médecin et passa la majeure partie de ses journées au lit, mais il ne pouvait pas le supporter.

Son esprit était trop actif, et cette nouvelle recherche était la chose la plus passionnante qu'il ait jamais faite. Il y travaillait aussi intensément qu'il avait travaillé sur d'autres projets, par tâtonnements. Il avait maintenant deux façons de dialoguer avec lui-même, d'abord en posant une question puis en explorant chaque réponse possible jusqu'à ce qu'il puisse soit la valider soit l'éliminer.

De cette façon, il fit ses premières découvertes; obtint sa première véritable réponse.

C'était environ un mois après qu'il ait commencé sa première auto-investigation, et il cherchait sur le sujet du bonheur. Il avait déjà éliminé des réponses et une fois de plus se demanda: «Qu'est-ce que le bonheur»?

La réponse qui lui vint sur le moment fut: «le bonheur, c'est quand tu es aimé». Cela semblait assez simple. Il continua. «d'accord, dirais-tu que tu es heureux maintenant ? Te sens-tu heureux ?» La réponse fut: «non». D'accord, c'était la conclusion. «Alors cela signifie que tu n'es pas aimé»!

«Bon, ce n'est pas exactement la vérité» lui vint comme réfutation.

«Ta famille t'aime». Cela le fit s'arrêter et réfléchir. Il revit leurs visages inquiets quand il avait été si malade à l'hôpital, et se rappela le plaisir dans leurs yeux quand il rentra chez lui. Après chaque séjour prolongé ailleurs, il entendait la douce voix de sa sœur Doris au téléphone : «Comment vas-tu , chéri»? Oh, oui, il était aimé. Il n' y avait pas d'erreur là-dessus. Et il y avait des femmes, aussi. A cette minute, il pensa particulièrement à celles qui auraient voulu l'épouser. Il savait que c'était parce qu'elles le lui avaient demandé, qu'il avait rompu.

Il y avait des hommes, aussi, qui l'aimaient, comme un ami. Ces hommes, il les avait connus toute sa vie, de vrais amis qui l'avaient

soutenu à travers toutes sortes de difficultés, qui l'appelaient encore régulièrement juste pour dire bonjour et voir comment il allait, qui se réjouissaient de passer du temps avec lui. Ils l'aimaient.

Ce fut un choc de voir qu'en dépit de cet amour, il n'était toujours pas heureux.

Il devint évident que le fait d'être aimé n'était pas la réponse pour être heureux.

Il l'élimina et essaya une nouvelle approche.

«Peut-être que le bonheur réside dans les réalisations», pensa-t-il.

Il se remémora le moment où il avait obtenu le diplôme de l'école des Mines, quand Sanofi avait augmenté son salaire, quand il avait obtenu la bourse scolaire, quand il a eu son premier appartement, quand il a ouvert le premier commerce, quand il a fait le coup d'éclat du bois d'œuvre français. Fier de lui, oui. Mais heureux ? Non, cela ne pouvait pas s'appeler être heureux.

«Bon, alors,» se demanda-t-il, «ai-je jamais été heureux, et si je l'ai jamais été, quand?»

La première partie était facile, naturellement, il avait été heureux quelquefois.

Mais quand, précisément?

Il commença à chercher... C'était en été, il y avait des années de cela, quand il était allé camper avec des copains, des boursiers. Il avait été heureux, alors. Oh, pas à chaque minute, bien sûr. Aussi, quels étaient ces moments spéciaux?

La première chose qui lui traversa l'esprit fut une image de lui, aidant son ami, Georges, à monter sa tente, un été. Georges était arrivé en retard dans l'après midi et l'une de ses cordes de tente s'était cassée. Sylvain l'avait aidé. Tous les deux riaient, heureux de leur amitié, se sentant bien dans leur peau. Il gloussa à ce souvenir. Il se sentait bien, même maintenant, en y repensant. «Y a-t-il eu d'autres moments?» se demanda-t-il, et la chose suivante dont il se souvint fut comment il se sentait quand son ami Jean-Paul s'était enfui du collège. Personne n'était censé rien savoir à ce sujet, mais Jean-Paul l'avait dit à son meilleur ami, Sylvain. Il avait été très heureux, alors. Parce qu'il se sentit spécial, que

Jean-Paul lui ait confié un secret? Après réflexion, il vit que ce n'était pas cela. Non, c'était l'expression sur le visage de Jean-Paul, quand il parla de sa ravissante nouvelle épouse et combien il l'aimait. Il ne voulait pas attendre après le collègue. Sylvain ressentit une pointe d'envie pendant un instant, mais il regarda attentivement le visage rayonnant d'amour de son ami et il sut qu'il était définitivement heureux pour Jean-Paul. Il sentit le bonheur monter en lui, même maintenant, après toutes ces années.

Il s'assit, les yeux fermés, revivant la scène dans son esprit. Oui, il avait été heureux, ensuite.

Comme il continuait de passer en revue le passé, les moments heureux lui revinrent de plus en plus vite. Il se souvint de Anne, alors qu'il conduisait pour aller la chercher, son cœur chantant d'amour, impatient de la voir. Il avait été heureux, alors.

Et puis il y avait eu Sophie. Oh, mon dieu, il n'y avait plus pensé depuis si longtemps.

Il le désirait vraiment, maintenant, il y avait tant de chagrin qui était attaché à ce souvenir, il avait fui ce chagrin toute sa vie, semblait-il, et il était fatigué, fatigué de courir.

C'était le bout du rouleau, et il ne pouvait simplement plus courir. Alors, il se força à regarder en face le problème.

Oh, oui, il avait été heureux avec Sophie. Les souvenirs lui traversèrent l'esprit, des bribes de souvenirs, des instants où il l'avait tenue dans ses bras si tendrement, en désirant la garder en lui. Des instants dans les soirées, quand il captait son regard à l'improviste à travers une pièce inondée d'amour. Il se souvint de son sourire, du soleil jouant sur ses cheveux, le regard grave de son visage quand ils étudiaient ensemble, son léger parfum fleuri, le son de son rire, sa voix douce dans la nuit : « Je t'aime, Sylvain ».

Il se rassit et laissa les images l'inonder, le submerger, il laissa tout couler, et un flot de chagrin le saisit. Son cœur se serrait jusqu'à ce que le barrage de protection qu'il avait érigé se casse pour la première fois, il pleura son amour perdu, sa Sophie, sa chérie. Sa rancœur semblait surgir

de quelque gouffre sans fond de chagrin et de solitude. Cela dura ce qui lui sembla des heures. Et quand il refit surface, il se sentit vidé et faible. Quand il le put il s'extirpa de sa chaise vers son lit et dormit comme un homme mort.



4-Qu'est-ce que le bonheur ?

Le matin, il s'éveilla très tôt, frais et dispos.

Sa première pensée fut : «Bon, alors, c'est quoi le bonheur?»

Comme il sortait du lit et rentrait dans la douche, il rit de sa ténacité.

Pendant qu'il préparait son petit déjeuner, ses pensées continuaient d'explorer la question.

Cela dominait son esprit.

«Bon, alors, c'est quoi le bonheur? Quel est le dénominateur commun dans tous ces moments?»

Ces moments? Il y avait eu Georges, il y avait eu Jean-Paul, il y avait eu Anne et sa Sophie. Quel était le dénominateur commun à tous ces moments?»

D'une manière ou de l'autre, il savait que c'était relié à l'amour, mais il n'arrivait pas à voir comment.

Quand finalement il lui vint une réponse, si simple, si pure, et si complète qu'il se demanda pourquoi il ne l'avait jamais vue auparavant.

«Le bonheur, c'est quand je suis amoureux»!

Il réalisa qu'à chaque exemple où un sentiment d'amour pour l'autre personne avait été intense, il y avait eu du bonheur qui en avait découlé.

En partant de sa propre sensation d'amour.

Cela lui semblait si clair, maintenant, qu'être aimé n'était pas la réponse.

Il pouvait voir que même si les gens l'aimaient, sans ce sentiment d'amour en retour, il n'était pas heureux.

Leur amour devait les rendre heureux, mais cela ne pouvait pas le rendre heureux, lui.

Ce nouveau concept confondait l'imagination, et même s'il savait instinctivement que c'était vrai, sa vieille formation scientifique ne lui permettait pas d'accepter cela sans vérifier.

Aussi, chercha-t-il dans ses souvenirs, ces moments de la vie où il avait été amoureux et heureux, et il dut reconnaître que pendant ces périodes, l'autre personne ne l'avait pas nécessairement aimé.

Il chercha dans l'autre sens aussi, les moments malheureux et maintenant qu'il savait quoi chercher, il fut absolument évident qu'il n'avait pas été amoureux.

Oh, à l'époque, il avait pensé les aimer, comme avec Sophie et Anne. Il les aimait, il avait besoin d'elles, il les voulait.

«Mais était-ce de l'amour»? se demandait-il maintenant. Non, c'était plein de chagrin... Il faisait l'expérience de la douleur de n'être pas aimé. Et même s'il appelait cela de l'amour, en réalité, il voulait les posséder complètement, pensant qu'il avait besoin de leur amour pour être heureux.

Voilà la clé !

Il faisait l'expérience qu'un désir ou un manque d'amour, dans l'attente que l'autre personne demande de l'amour, dans l'attente que l'autre personne le rende heureux.

Il se mit à rire. Cela lui semblait si ridicule de penser que quelqu'un d'autre pouvait le rendre heureux, cela lui sembla la chose la plus drôle du monde. Il savait, mieux que personne, que personne ne pourrait jamais faire cela.

Il avait toujours été très fier et têtu, se suffisant à lui-même, certain qu'il n'avait jamais eu besoin de rien ni de personne. Quelle blague ! Pensa-t-il.

La vérité est que pendant tout ce temps il mourait à l'intérieur de vouloir de l'amour, pensant qu'il l'obtiendrait de quelqu'un.

Les larmes roulèrent sur ses joues comme il riait de réaliser que ce qu'il avait cherché toute sa vie était à l'intérieur de lui.

Il avait été comme un professeur distrait cherchant ses lunettes partout alors qu'elles étaient sur sa tête.

«Quel dommage», pensa-t-il, en essuyant ses larmes. «Quel dommage que je n'aie jamais vu cela avant. Tout ce temps, toutes ces années gâchées... Quel dommage».

«Mais, attends une minute!» pensa-t-il . «Si le bonheur, c'est quand je fais l'expérience de l'amour pour l'autre, alors cela veut dire que le bonheur est un sentiment à l'intérieur de moi».

«Et si je me sentais sans amour dans le passé ? Bon, je sais que je ne peux pas changer le passé, mais je peux vraisemblablement corriger le sentiment maintenant à l'intérieur de moi? Je pourrais le changer en sentiment d'amour, maintenant?»

Il décida d'essayer.

Il chercha dans ses malheurs les plus récents; par exemple, le jour où il a quitté l'hôpital.

«D'abord», se demanda-t-il, «est-ce que j'ai fait l'expérience d'un manque d'amour ce jour-là?»

«Oui», répondit-il à haute voix. «Personne ne s'est soucié de moi, ni les infirmières, ni les aide soignants, pas même le Dr Schmith. Il ne s'en souciaient pas. Si malade que j'aie été, il m'ont jeté, m'ont renvoyé chez moi pour mourir. Ainsi, il n'ont pas eu à regarder un de leurs échecs. Bon, qu'ils aillent en enfer. Ils peuvent tous aller en enfer». Il fut frappé par la véhémence du ton de sa voix.

Son corps tremblait de rage et il se sentit faible. Il haïssait vraiment le médecin. Il pouvait sentir que cela lui brûlait la poitrine. «Oh, mon vieux», pensa-t-il, «ce n'est sûrement pas de l'amour».

«Bon, puis-je changer cela?» Se demanda-t-il. «Est-il possible de transformer cela en amour pour le médecin?» «Diable, non», pensa-t-il. «Qu'a-t-il fait pour mériter de l'amour? Ce n'est pas la question», se répondit-il. «La question n'est pas s'il mérite de l'amour».

La question est : Peux-tu le faire ? Est-il possible, tout simplement de changer un sentiment de haine en un sentiment d'amour. Pas pour le bénéfice de l'autre personne, mais pour toi-même?»

Alors que cette pensée traversait son esprit, il sentit quelque chose se relâcher dans sa poitrine.

Une sensation de douceur et d'aisance, une sorte de dissolution et la sensation de brûlure s'en alla.

Au début, il ne l'accepta pas. Cela lui semblait trop facile aussi il revit les images de la scène avec le Dr Schmith à l'hôpital. Il fut surpris de trouver que cela lui donnait juste un léger sentiment de ressentiment au lieu de l'intense sentiment de haine brûlante qu'il ressentait précédemment. Il se demanda s'il pouvait le refaire. «Voyons», pensa-t-

il, «qu'est-ce que j'ai fait au juste? Ah, oui. Puis-je changer le sentiment de ressentiment en sentiment d'amour»? Il gloussa pendant qu'il sentait le ressentiment se dissoudre en un sentiment d'amour.

Puis, le ressentiment s'en alla complètement et il était heureux. Il repensa au Dr Schmith, l'imagina dans son esprit et se sentit heureux, même plein d'amour.

Il se voyait, maintenant, revivant cette dernière rencontre, combien le médecin détestait d'avoir à lui dire les choses qu'il avait à lui dire. Il pouvait ressentir la douleur du médecin d'avoir à dire à un homme jeune dans la fleur de la vie, que sa vie n'était plus. «Docteur Schmith, brigand», dit-il avec un large sourire. «Je vous aime».

«Bon, cela fonctionne sur celui-là» pensa-t-il, «Si ma théorie est sensée, alors cela devrait marcher sur autre chose». Avec enthousiasme il commença à essayer sur d'autres moments, et les résultats furent constamment les mêmes. A chaque fois qu'il se demandait s'il pouvait changer le sentiment d'hostilité, de colère ou de haine en un sentiment d'amour, le processus de dissolution se mettait en route. Parfois, il devait répéter encore et encore jusqu'à ce qu'il ressente de l'amour pour la personne. Parfois, le processus entier prenait seulement une minute ou deux; D'autres fois, cela lui prenait des heures de travail sur une personne ou un événement en particulier avant que son sentiment ne soit que de l'amour, mais il continuait avec obstination sur eux jusqu'à ce qu'il ait achevé son travail sur chaque personne ou chaque événement.

Sa vie entière fut passée en revue, bribe par bribe, morceau par morceau.

Un par un, il changeait en amour toutes les vieilles blessures et les déceptions. Il commençait à se sentir plus fort que le poids de la douleur qui diminuait. Il était plus heureux qu'il ne l'avait jamais été dans sa vie entière, et il continua, ressentant même plus de bonheur à chaque correction.

Il cessa d'aller au lit, car il avait tant d'énergie qu'il ne pouvait se coucher.

Quand il se sentait fatigué, Il s'assoupissait dans son fauteuil et se réveillait une heure plus tard pour recommencer.

Il y avait tant de choses à corriger dans sa vie, qu'il ne voulait pas s'arrêter jusqu'à ce qu'il ait regardé sous chaque pierre et dans chaque recoin.



5-Comment interpréter cela?

Une autre chose qui l'intriguait était la question du jusqu'où il pourrait aller. Chaque fois qu'il corrigeait une chose, il devenait plus heureux, il pouvait le sentir. Mais il se demandait jusqu'où il pouvait aller. Y avait-il une limite au bonheur ?

Jusque là, il n'y avait pas trouvé de limite et les possibilités étaient stupéfiantes. Il continua ainsi, sans notion de temps. Sa force revenait mais ne voulant pas être distrait, il évita de s'engager dans des activités sociales, et même parfois, laissait passer les rendez-vous du dimanche ensemble avec sa famille. Il faisait ses provisions au milieu de la nuit, aux environs de deux ou trois heures du matin. Il y avait très peu de gens debout à cette heure et il appréciait le calme de la ville. Il corrigeait sa vie, même en accomplissant les tâches ordinaires. Et il remarqua que quand quelqu'un dans un magasin ou dans la rue l'ennuyait, il était capable de transformer cette réponse avec de l'amour, soit immédiatement, soit peu de temps après.

Il aimait cela et se trouva amoureux de tous les autres avec une intensité bien au delà que tout ce qu'il aurait imaginé possible.

Comme il le décrivit, de nombreuses années plus tard : «Quand je me mêlais aux gens, et encore et encore, et quand ils faisaient des choses que je n'aimais pas et sans ressentir un sentiment de non amour, je changeais immédiatement cette attitude en une attitude d'amour envers eux, même s'ils s'opposaient à moi. Finalement, je suis arrivé à un point ou peu importe à quel point j'étais opposé à eux, je pouvais maintenir un sentiment d'amour pour eux».

Il continua de corriger sa vie avec des résultats constants pendant environ un mois, jusqu'au jour où il resta perplexe.

Il avait travaillé sur la dernière fois où il avait vu Sophie, le jour où elle choisit quelqu'un d'autre. Il avait déjà travaillé sur son esprit, encore et encore, et cela n'avait pas toujours été facile. En fait, il avait été très

difficile la première fois de travailler sur cette relation mais graduellement comme il devenait plus fort, il avait été capable de se confronter à ces émotions enfouies et se forcer à les corriger. Mais, ce jour là, peu importe combien il a essayé de les transformer en amour, il ressentait encore un sentiment de désespoir qu'il n'arrivait pas à déloger. Il voulait s'échapper et quitter ce fauteuil en courant pour aller se chercher quelque chose à manger, faire n'importe quoi pour fuir loin de cet intense sentiment. En fait, il décida de rester assis jusqu'à ce qu'il le maîtrise. Quelque chose lui dit que s'il laissait cette émotion le pousser, s'il perdait cette bataille, il perdrait la guerre.

Il resta dans son fauteuil, déterminé à la faire sortir. Il chercha : «Qu'est-ce qui cloche, là? Pourquoi est-ce qu'il ne se dissout pas? Sophie, oh, ma Sophie!» Maintenant, il se mit à pleurer, des larmes coulaient sur ses joues, toute la douleur qu'il avait renfermée le jour de son départ remontait maintenant comme un flot. «Pourquoi as-tu fait cela Sophie»? Hurla-t-il. «Pourquoi as-tu fait ça? Pourquoi m'as-tu quitté, ma chérie? Nous aurions été si heureux. Nous aurions été mariés et si heureux».

«Merde», pensa-t-il, «pourquoi les gens font-ils des choses comme ça? Ils jettent leur bonheur au loin et celui des autres aussi. Ils n'ont pas le droit de faire ça...Il devrait leur être interdit de le faire...Il devrait y avoir un moyen de les faire changer...Un moyen de changer les choses qu'il font et de l'effet qu'ils ont sur les gens».

Il sentit la vieille douleur des ulcères se réveiller dans son estomac et réalisa avec certitude que les ulcères avaient démarré ce dernier jour avec Sophie. Il avait bu de la bière et l'avait vomie. Ce fut le début. Il désirait que cela eut été différent. Plus que tout au monde, il voulait changer ce qui était arrivé. Il voulait revenir en arrière et recommencer à vivre d'une autre façon, où Sophie l'aurait choisi, où ils seraient mariés et heureux pour toujours.

«Bon, tu ne peux rien changer, idiot», s'écria-t-il «Alors arrête ça» Cela le secoua. Il vit qu'il essayait encore de changer quelque chose qui était fini depuis plus de vingt ans. «Non, cela ne peut pas être fini» pleura-t-il. «Je ne veux pas que ce soit fini». Il avait mal à la gorge, maintenant. Il avait envie de hurler et de casser quelque chose. Puis, comme une

relecture, il entendit ce qu'il avait dit : «Je ne veux pas que ce soit fini». Voilà la source de son angoisse. Il avait voulu changer toutes ces années et ainsi il avait gardé vivante en lui la douleur qui le brûlait en profondeur, érodant son bonheur.

«Bon, c'est l'enfer avec ça», se dit-il presque avec désinvolture. Soudain, avec cette décision, toute chose avait disparu. Il ne pouvait pas le croire. Il fouillait la blessure, la douleur, le désespoir. C'était parti.

Il pensa au souvenir de Sophie si jeune, si belle et il l'aimait tout simplement. Il ne restait plus rien du vieux sentiment de douleur qui l'avait quitté. Il commença maintenant à regarder dans cette nouvelle direction. Il réalisa que la cause de ses ulcères était qu'il avait voulu changer les choses, en partant de ce qu'il avait de plus proche et de plus cher et en s'étendant au reste du monde, la France incluse, les autres pays, les chefs de gouvernement, le temps, la fin des films qu'il avait vus, la façon dont les affaires étaient traitées, les impôts, l'armée, le président; il n'y avait rien dans tout cela qu'il n'ait voulu changer d'une façon ou de l'autre.

Quelle révélation !

Il se voyait lui-même soumis et victime de tout ce qu'il voulait changer! Le changement! Il commençait à dissoudre tout cela. Quand il pensa à tout ce qui lui avait causé du chagrin au sujet d'une personne ou d'une situation, il le corrigeait maintenant avec de l'amour, et dissolvait son envie de les changer;

Cela ajouta une nouvelle direction à son travail et il fit de rapides progrès.

Au moment où le second mois s'était écoulé, il avait du mal à rester dans son fauteuil, il devenait si plein d'énergie.

Et puis il y avait des fois, quand il avait travaillé sur des incidents particulièrement douloureux dans sa vie, il ne tenait plus en place et voulait sortir dans la ville et marcher. Sourires, passages en revue, corrections, dissolvant jusqu'à ce qu'il ait brûlé assez d'énergie pour retourner s'asseoir.

Parfois, il sentait comme s'il avait tenu une chaîne avec beaucoup de liens faits d'incidents qui avaient besoin d'être corrigés. Une fois, il

maintint la chaîne, il voulait poursuivre jusqu'au bout incident par incident jusqu'à ce qu'il ne reste plus rien à corriger.

L'exemple d'une telle chaîne était la jalousie.

Il avait toujours été intensément jaloux mais s'arrangeait pour le cacher la plupart du temps sous une façade d'indifférence.

«Néanmoins, ces côtés cachés finissaient par se voir si la fille avec qui j'étais regardait quelqu'un d'autre, ou même mentionnait un autre homme».

Une fois, il décida de corriger cette tendance en lui-même et la chercha, bon gré mal gré.

Il voulait sonder sa mémoire pour les exemples où sa jalousie l'avait dominé. La corriger, puis chercher plus loin. Quand il pensa que c'était mis au clair, il se testa lui-même en imaginant que la fille qu'il aimait le plus faisait l'amour avec le dernier homme qu'il aurait voulu voir avec elle.

Ce fut un bon test, car il pouvait voir immédiatement s'il y avait plus de travail à faire.

Parfois, l'intensité de son émotion le rendait fou, mais il continuait pendant des jours jusqu'à ce qu'il n'y ait plus la moindre trace de jalousie en lui.

Quand il pouvait finalement se réjouir de leur bonheur l'un l'autre, il sut qu'il en avait fini avec la jalousie.

Des signes arrivèrent avec une fréquence qui s'intensifiait. Il avait souvent une soudaine et complète compréhension des choses qui avaient toujours été un mystère pour lui. Les philosophies qu'il avait étudiées devenaient claires et il pouvait voir qu'il avait souvent débuté sur la bonne piste pour la quitter dans des distorsions, ayant été distrait par une idée incorrecte émanant des sentiments incorrects de l'auteur et qui étaient aussi les siens. Son esprit commençait à se sentir comme du cristal... Clair, aiguisé. Les couleurs semblaient plus brillantes et tout était plus nettement défini.



6-Sylvain se demande: «qu'est-ce que l'intelligence »?

«Je me sentais une plus grande liberté. Il m'était plus facile de me concentrer à cause de cela et je commençais à être plus attentif à mon esprit». «Qu'est-ce que mon esprit?» demandai-je. «Qu'est-ce que l'intelligence?»

«Soudain, une image me traversa d'un parc de loisirs avec promenade en autos tamponneuses. Chacune des petites voitures rondes avait un poteau flexible à l'arrière qui était connecté à un écran qui s'étalait d'un bout à l'autre du plafond.

L'énergie qui donnait la puissance à toutes les voitures, venait de cette source unique, le plafond, et était transmise au moyen du poteau à l'arrière de chaque voiture. La quantité d'énergie était régulée par chaque conducteur utilisant une pédale au pied.

Ce qui rendait la conduite plus intéressante. Le mécanisme de pilotage était conçu pour être hypersensible. Donc, il demandait la plus grande délicatesse dans le maniement pour garder le contrôle de la voiture parce-que le plus léger mouvement de volant l'enverrait n'importe où et les voitures se tamponneraient constamment l'une contre l'autre, sans contrôle. Et il semblait que plus un conducteur essayait de contrôler sa voiture, plus l'action devenait aléatoire. «C'est l'image de l'espèce humaine aujourd'hui».

Nous utilisons tous la même intelligence unique et son pouvoir vient d'en haut. Mais la plupart d'entre nous sommes hors de contrôle, utilisant cette énergie pour se cogner les uns contre les autres.

Cependant, je commençais à voir que je pouvais réguler la somme du pouvoir et l'intelligence pour mon propre usage et que je pouvais en avoir le contrôle. J'aimais cela, aussi je commençai à creuser par là. Je commençai par examiner mes pensées et leur relation avec ce qui arrivait.»

«Et je vis que quoiqu'il arrive, il y avait une pensée derrière, qui avait précédé».

Et la raison pour laquelle je n'avais pas fait la relation entre les deux, est qu'il y avait un élément de temps entre la pensée et l'événement. Mais je découvris que tout ce qui m'arrivait, je l'avais pensé avant que cela n'arrive et que, si je pouvais saisir ce concept et trouver un moyen de l'utiliser je pourrais déterminer à l'avance tout ce qui m'arrivait! Par dessus tout, je vis que j'étais responsable de tout ce qui m'arrivait, pensant autrefois que le monde me maltraitait! Et je vis que mon énorme effort pour faire de l'argent et puis sa perte était dus seulement à ma façon de penser; que j'avais toujours cherché le bonheur et pensé que de faire de l'argent me le donnerait. Et que si les affaires que je démarrais me rapportaient de l'argent, et que l'argent ne m'apportait pas le bonheur que je désirais, je commençais à m'en désintéresser et tout s'effondrait.

J'avais toujours rejeté le blâme sur les autres et les circonstances, sans réaliser que c'était simplement mon inconscient qui savait que ce n'était pas le bonheur et qui me faisait m'en désintéresser, et que, en retour, c'était la cause de l'échec de mes affaires».

«Ce fut un gigantesque pan de liberté de penser que je n'étais pas une victime de ce monde, que cela n'était pas dû à mon manque de pouvoir d'arranger le monde à la manière dont je voulais qu'il soit. Que plutôt que d'en être un effet, je pouvais maintenant le contrôler et l'arranger de la manière dont je voulais qu'il soit. Ce fut une prise de conscience gigantesque, un énorme sentiment de liberté. Découvrir que mon bonheur dépendait de mon amour, et que mes pensées était la cause des choses qui m'arrivaient dans la vie me donna encore et encore plus de liberté». «Liberté venant des contraintes de l'inconscient sur lequel je devais travailler: *je devais faire de l'argent, je devais avoir des petites amies*. La liberté dans ce sentiment que j'étais maintenant capable de déterminer mon destin, que j'étais maintenant capable de contrôler mon monde, allégé de mon fardeau intérieur si puissant que je sentis que je n'avais plus besoin de faire quoique ce soit, ce bonheur étant si grand».

«Ce fut une nouvelle expérience pour moi. J'expérimentais une joie que je n'aurais jamais su pouvoir exister, que je n'aurais jamais pu rêver».

«Aussi, décidai-je»: «C'est si grand, je vais continuer sans arrêt jusqu'à ce que je réussisse de la bonne manière. Je n'avais aucune idée de

jusqu'où je pouvais aller. Je n'avais aucune idée de comment pouvait être une personne joyeuse. Mais j'étais déterminé à le découvrir».



7-Comment devenir joyeux ?

Pendant le troisième mois, les choses s'accéléraient. Il y avait une profondeur dans cette émotion qui, par moments, menaçait de le chambouler. Ses genoux flageolaient parfois, mais il gardait ce sentiment jusqu'à ce que cela se corrige.

Il devenait de plus en plus heureux, cherchant encore à voir s'il y avait des limites à ce qu'il pouvait accomplir avec ce nouveau procédé. «Comment puis-je aller encore plus loin»? se demandait-il, puis il le poussait encore plus.

Ce fut aussi pendant le troisième mois qu'il tomba sur un vieil adversaire, celui qui l'avait accompagné du coin de l'œil, encore et encore tout au long de sa vie. Celui qui rôdait tout proche, toujours à la périphérie et il n'avait jamais eu le courage de lui faire front.

C'était la peur de la mort.

Maintenant, il la reconnaissait comme à la base de chaque émotion qu'il avait eue. Il commença à l'amadouer pour qu'elle se montre, voulant donner une bonne apparence à ce plus grand ennemi, qui était si proche de gagner la bataille il y a seulement peu de mois.

Il commença à attirer ces émotions au grand jour pour les dissoudre. Et il y travailla ! Il parvint au point où, avec une grande confiance, il riait et riait et se moquait de cet ennemi qui avait entretenu un feu en lui durant toute sa vie, si bien qu'il n'avait pas eu un moment de paix véritable, jamais.

Ce dernier monstre s'éteignait pour n'être, après tout, qu'une émotion.

Comme il dissolvait la peur de la mort, il réalisa un jour que son corps était sain, guéri. La détérioration physique était corrigée. Il ne pouvait pas expliquer à quelqu'un comment il le savait, il le savait juste aussi sûrement qu'il savait qui il était. Son corps était sain. A la fin du troisième mois, il avait glissé dans un merveilleux et joyeux état, qu'il pouvait seulement décrire comme une sensation d'un million d'orgasmes déferlant tous à la fois dans son corps entier.

Cela continuait encore et encore et il réalisa que ce sentiment, bien que non sexuel, était ce qu'il avait toujours cherché mais jamais trouvé dans le sexe.

Il se sentait léger, vivant pendant des semaines avec une explosion de joie en lui tout le temps. Tout le monde et toutes choses devenaient exquisément beaux pour lui. Il rechercha un peu plus de choses à corriger, mais il ne semblait plus qu'il y en ait beaucoup. Occasionnellement quelque chose se présentait à lui, mais partait aussitôt bien avant qu'il n'ait pu le définir et la joie surgissait et le traversait même encore plus fort. Après plusieurs semaines, il commença à se demander s'il n'y aurait rien de mieux, au-delà de cette joie. Il était assis dans son fauteuil dans sa position coutumière, avachi, les jambes étendues, le menton touchant sa poitrine. Il avait l'esprit au repos sans attendre une réponse, mais la réponse arriva. Qu'y avait-il au-delà de cet incroyable et joyeux état qui ne s'arrêtait pas? Il vit que c'était la paix, un état imperturbable...Et il réalisa avec certitude que s'il l'acceptait, s'il acceptait de s'installer dans cette paix, elle ne la quitterait plus jamais...Et il s'y installa...Il y glissa sans effort...Avec juste la décision de le faire...Il y était.

Tout était immobile. Il était dans une quiétude qu'il savait avoir toujours été là mais il se noyait au dehors par le bruit incessant d'un passé accumulé, non corrigé. En fait, c'était plus que la paix. C'était bien au-dessus de tout ce que l'on pouvait imaginer, là où il n'y a plus de mots pour décrire la délicieuse délectation de la tranquillité. Cela répondait aussi à sa question précédente sur le bonheur. Il n'y avait pas de limite au bonheur, mais quand vous l'avez entièrement, chaque minute, cela devient ennuyeux. Alors cette paix est juste au-delà... Et tout ce que vous avez à faire est un pas au-delà de cette ligne là.

«N'y a-t-il rien même au-delà de cela»? Se demanda-t-il. Mais comme il demandait, il eut la réponse. Cette paix était éternelle et pour toujours, elle était l'essence de chaque chose vivante.

Il y avait seulement un *non être* et tout était cela; Chaque personne était cela, mais ils étaient inconscients de ce fait, aveuglés par le passé non corrigé auquel ils tenaient. Il vit ce *non être* comme quelque chose qui

ressemblait à un peigne. Il était comme l'arête dorsale du peigne et toutes les dents étaient réparties à partir de cette arête, chacune pensant qu'elle était séparée et différente de toutes les autres dents. Et c'était vrai, mais seulement si vous cherchiez à partir du bout de la dent du peigne. Une fois que vous revenez à l'arête centrale ou *la source*, vous pouvez voir que ce n'était pas vrai. Tout était un peigne. Il n'y avait pas de réelle séparation, sauf quand vous ne considérez que le bout de la dent. Tout n'était qu'une question de point de vue.



8-La dernière gigantesque percée

Nous étions en avril 1952 quand il fit la dernière gigantesque percée dans l'état de quiétude.

«Est-il possible qu'il n'y ait que trois petits mois depuis que je suis mort»? se demanda-t-il. Il était difficile pour lui de croire que tout ce qui lui était arrivé fut dans un si court espace de temps.

Il avait l'impression d'avoir traversé un million de vies et cela lui semblait comme un instant. Son sens du temps avait radicalement changé. Quand il y pensait, il réalisait cela, d'où il était, dans la quiétude, il n'y avait pas de temps. Il y avait *un non temps*. Le temps était relatif et n'avait de signification que dans le monde des différences, de la séparation.

Où qu'il soit, tout était pareil, fait de la même substance, la même beauté inexprimable, la paix toute puissante qui était inhérente à chaque atome de l'univers.

Il était cette paix... Son corps semblait petit et distant assis dans ce fauteuil. Il pouvait le voir s'il le voulait, mais il se sentait lui-même dispersé dans l'univers entier; ce corps était seulement un point infinitésimal dans l'immensité qu'il était. Il était omniprésent. Il n'y avait pas de voyage, seulement une pensée et il y était. «Il m'était évident que je n'étais pas ce corps ni cet esprit comme j'avais pensé être. Je le voyais seulement et c'est tout. C'est simple quand vous le voyez».

Aussi je cessai de m'identifier à ce corps. Et quand je le fis, je vis que mon non être était tout non être, ce non être est comme un océan grandiose. Ce n'est pas un virage vers le haut dans des endroits appelés *gouttes de corps*. C'est un seul océan».

«Cela me fit m'identifier à toute chose, chaque personne et même chaque atome dans cet univers. Et c'est une expérience si immense, c'est indescriptible. D'abord vous voyez cet univers en vous, puis vous voyez l'univers comme étant vous. Puis vous connaissez l'unicité de l'univers.

Puis vous en avez fini pour toujours avec la séparation et toute l'inférieure méchanceté qui est causée uniquement par la séparation. Puis vous ne pouvez plus être mystifié par les limitations apparentes du monde. Vous les voyez comme un rêve, comme quelque chose qui n'est qu'apparent, parce que vous savez que votre propre non être n'a pas de limite!» «C'était un voyage très intéressant. Je n'avais jamais su que les choses que j'expérimentais existaient. Je n'avais jamais eu connaissance qu'il y avait un tel pouvoir dans l'esprit.

En découvrant chaque chose, je faisais disparaître une barrière et je lâchais ce flot infini juste comme l'eau d'une digue jaillirait si vous poussiez les barrières une par une. Et plus vous brisez les barrières, plus grand est le flot, donc tout ce que j'avais à faire était de faire disparaître les barrières et de laisser l'énergie et le pouvoir infinis jaillir.

Et il y avait des fois, quand je me rendais compte de ce que je suis, cela me donnait une telle énergie que je bondissais de mon fauteuil. J'allais alors droit vers la porte et je commençais à marcher, et marcher et marcher, parfois pendant des heures et parfois pendant plusieurs jours de suite! Je sentais seulement que mon corps ne pouvait pas contenir tant d'énergie, que je devais marcher ou courir pour en laisser s'écouler de moi. Je me souviens avoir marché dans les rues de Paris dans les petites heures du matin parfois, juste marcher d'un très bon pas, sans pouvoir faire autre chose».

Au fil du temps, il était arrivé au bout de ces expériences, il s'était prouvé à lui-même que la source de tout phénomène objectif était l'esprit; que l'esprit était sans limite sinon celles que l'on s'impose à soi-même; et que c'était vrai pour tout le monde, sans exception.

Chaque personne sans exception a la faculté d'avoir, être et faire tout ce qu'elle veut ou demande *au nom de l'Amour*. La prise de conscience de l'omniscience et de l'omnipotence de chaque esprit est ce qui finalement l'a sorti de son fauteuil. Il voulait partager avec d'autres ce qu'il avait découvert, il voulait les aider à le découvrir pour eux-mêmes. Il voulait que les autres connaissent l'incroyable beauté, l'immense être que chacun est.

