

Au-delà du mental l'expérience directe d'être de savoir et d'aimer. Être c'est connaître.

**Q:** J'ai rencontré de nombreuses personnes réalisées, mais je n'ai jamais rencontré de personne libérée. Avez-vous approché un homme libéré ou est-ce que la libération implique, entre autres choses, l'abandon du corps ?

**M:** Qu'entendez-vous par réalisation et par libération ?

**Q:** Je veux dire une expérience merveilleuse de paix, de bonté et de beauté. Je sais ce dont je parle puisque j'ai eu de telles expériences. Quand le monde a un sens et que règne une unité de la substance et de l'essence. Bien qu'une telle expérience ne dure pas, il est impossible de l'oublier. Elle brille dans l'esprit comme un souvenir et comme un désir brûlant.

**M:** C'est parce que vous les désirez que vous ne pouvez pas les retrouver.

Le désir barre la route à toute expérience plus profonde.

Rien de valable ne peut arriver à un esprit qui sait exactement ce qu'il veut.

Car rien de ce que le mental peut imaginer ou désirer n'a beaucoup de valeur.

**Q:** Mais alors, qu'est-ce qui mérite d'être désiré ?

**M:** Désirez le meilleur.

Le plus grand bonheur, la plus grande liberté.

L'absence de désir est la plus grande des joies.

**Q:** D'être libéré du désir n'est pas la liberté que je veux. Je veux la liberté de réaliser mes désirs.

**M:** Vous êtes libre de réaliser vos désirs.

En fait, vous ne faites rien d'autre.

**Q:** J'essaie, mais je me heurte à des obstacles qui me laissent frustré.

**M:** Surmontez-les.

**Q:** Je ne peux pas, je suis trop faible.

**M:** Qu'est-ce qui vous rend affaibli ?

Qu'est-ce que la faiblesse ?

D'autres réalisent leurs désirs, pourquoi pas vous ?

**Q:** Je dois manquer d'énergie.

**M:** Qu'est-il arrivé à votre Énergie ?

Où est-elle passée ?

Ne l'avez-vous pas dispersée dans vos démarches et vos désirs si nombreux et contradictoires ? Vos ressources ne sont pas infinies.

**Q:** Pourquoi pas ?

**M:** Vos buts sont petits et bas.

Ils n'ont pas besoin de plus.

Seule l'énergie de Dieu est infinie parce qu'Il ne désire rien pour Lui-même.

Soyez comme Lui et tous vos désirs se réaliseront.

Plus hauts seront vos buts et plus vastes vos désirs, plus vous aurez d'énergie pour les réaliser. Désirez le bien de tous et L'Univers travaillera avec vous.

Mais si vous désirez votre propre plaisir il vous faudra le gagner durement.

Avant de désirer, méritez.

**Q: je me suis engagé dans des études sur la philosophie, la sociologie et l'éducation. Je pense avoir besoin d'un plus grand développement mental avant de pouvoir rêver de réalisation. Suis-je sur le bon chemin ?**

M: Pour gagner sa vie il faut quelques connaissances spécialisées.

Sans doute, les connaissances générales développent-elles l'esprit.

Mais si vous devez passer votre vie à accumuler des connaissances vous construirez un mur autour de vous.

Il n'est pas nécessaire, pour aller au-delà du mental, de l'avoir bien rempli.

**Q: Mais alors, qu'est-ce qui est nécessaire ?**

M: Ne faites pas confiance à votre mental et allez au-delà.

**Q: Que trouverai-je au-delà du mental ?**

M: L'expérience directe d'être, de savoir, d'aimer.

**Q: Comment va-t-on au-delà du mental ?**

M: Il y a plusieurs points de départ, tous conduisent au même but.

Vous pouvez commencer par un travail désintéressé en abandonnant les fruits de votre action vous pouvez alors cesser de penser et finir en renonçant à tous les désirs.

Dans ce cas, le renoncement (tyaga) est le facteur opérationnel.

Vous pouvez également ne pas vous tracasser de ce que vous désirez ou pensez, et simplement rester immobile dans la pensée et le sentiment « je suis ».

Gardez fermement à l'esprit « je suis ».

Toutes sortes d'expériences peuvent vous arriver, restez fixé dans la connaissance que tout ce qui est perceptible est transitoire et que seul « je suis » dure.

**Q: Je ne peux pas consacrer toute ma vie à de telles pratiques. Je dois aussi m'acquitter de mes obligations.**

M: Bien sûr, vous devez vous acquitter de vos obligations.

Un acte dans lequel vous n'êtes pas émotionnellement engagé, qui est bénéfique et n'est pas cause de souffrance, ne vous liera pas.

Vous pouvez être engagé dans plusieurs directions à des tâches variées avec plein d'allant et cependant rester intérieurement libre et tranquille, avec un mental semblable au miroir qui reflète tout sans en être affecté.

**Q: Un tel état est-il réalisable ?**

M: Je n'en parlerais pas s'il ne l'était pas.  
Pourquoi vous engagerais-je à poursuivre des chimères ?

**Q: Tout le monde cite les écritures.**

M: Ceux qui ne connaissent que les écritures ne connaissent rien.  
Connaître, c'est être.  
Ce dont JE vous parle, JE ne le connais pas par la lecture ou par oui-dire.

**Q: Le Soi Réel est-il le témoin-conscience ?**

M: IL est la réflexion du Réel dans l'intellect (buddhi).  
Le Réel est au-delà.  
Le Témoin est la porte par laquelle vous passez au-delà.

**Q: Quel est le but de la méditation ?**

M: Voir le faux comme faux, c'est la méditation.  
Ceci doit être de tous les instants.

Q: On nous dit de méditer régulièrement.

M: L'exercice délibéré et quotidien de la discrimination du vrai et du faux et de la renonciation au faux, c'est la méditation.

Pour commencer, il y a bien des sortes de méditation, mais finalement, elles se fondent toutes en une.

**Q: Dites-moi, s'il vous plaît, quel est le plus court chemin vers la réalisation de soi.**

M: Il n'y a pas de voies courtes ou longues, mais certaines personnes sont sérieuses, d'autres moins.  
JE peux vous parler de Moi.

J'étais un homme simple mais JE faisais confiance à Mon Maître.

Ce qu'IL Me disait de faire, JE le faisais.

IL M'a dit de Me concentrer sur « je suis », JE l'ai fait.

IL M'a dit que J'étais au-delà de tout ce qui est perceptible ou concevable, Je l'ai cru.

JE lui ai donné Mon cœur et Mon âme, toute Mon attention et tout Mon temps libre. (Je devais travailler pour faire vivre ma famille.)

En définitive, grâce à Ma foi et au sérieux de Mon application JE Me suis Réalisé (Swarupa) en l'espace de trois ans.

Vous pouvez choisir n'importe quelle voie votre sérieux déterminera le rythme de votre progression.

**Q: Pouvez-vous me donner un conseil ?**

M: Tenez-vous fermement dans la présence du « je suis ».  
C'est le commencement et aussi la fin de toute entreprise.

**Q: J'étudie le Sanscrit avec un professeur, mais en réalité je ne fais que lire les écritures. Je suis à la recherche de la réalisation et je suis venu en quête de directives utiles. Ayez l'amabilité de me dire ce que je dois faire.**

M: Puisque vous avez lu les écritures, pourquoi poser des questions ?

**Q: Les écritures donnent des directives générales, mais l'individu a besoin d'instructions personnalisées.**

M: Votre Soi est Votre Ultime Maître.

Votre maître extérieur (Maître) n'est qu'un poteau indicateur.

Il n'y a que Le Maître Intérieur qui fera avec Vous le chemin jusqu'au but car il est le but.

**Q: On n'atteint pas facilement le maître intérieur.**

M: Puisqu'il est en vous et avec vous, la difficulté ne devrait pas être sérieuse.

Regardez vers l'intérieur et vous le trouverez.

**Q: Quand je regarde vers l'intérieur je trouve des sensations et des perceptions, des pensées et des sentiments, des désirs et des craintes, des souvenirs et des espérances. Je suis plongé dans ce nuage et je ne vois rien.**

M: Celui qui voit tout cela, et aussi le rien, c'est Le Maître Intérieur. Lui seul EST, tout le reste ne fait qu'apparaître.

IL est Votre Soi (Swarupa), votre espérance et votre certitude de liberté, trouvez-Le, attachez-vous à Lui et vous serez sauvé et en sécurité.

**Q: Je vous crois, mais quand il s'agit de vraiment le trouver, ce soi intérieur m'échappe.**

M: Cette idée : « Il m'échappe » où se manifeste-t-elle ?

**Q: Dans le mental.**

M: Et qui connaît le mental ?

**Q: Le témoin du mental connaît le mental.**

M: Quelqu'un est-il venu vous dire « Je suis le témoin de votre mental » ?

**Q: Bien sûr que non. Il n'aurait été qu'une autre idée dans le mental.**

M: Alors qui est le témoin ?

Q: Moi.

M: Vous connaissez donc le témoin puisque Vous L'êtes.

Vous n'avez pas besoin de voir le témoin en face de vous.

Ici encore, être c'est connaître.

Au-delà du Mental, l'expérience directe d'être, de savoir et d'aimer.

**Q: Oui, je vois que je suis le témoin, cette présence même. Mais en quoi ceci m'est-il profitable ?**

M: Quelle question !

Quel genre de profit attendez-vous ?

N'est-ce pas suffisant de savoir ce que vous êtes ?

**Q: Quelle est l'utilité de la connaissance de soi ?**

M: Elle vous aide à comprendre ce que vous n'êtes pas et elle vous protège des idées fausses, des désirs et des actes.

**Q: Si je ne suis que le témoin, qu'importe le bien et le mal ?**

M: Ce qui vous aide à vous connaître est bien, ce qui vous en empêche est mal. Connaître Son Soi Réel, c'est La Joie ; l'oublier, c'est le chagrin. Fin de l'entretien

*Claire Fontange*