

Il est de La Nature du Soi de ne connaître que Lui-Même

Q: Je viens d'un pays lointain. J'ai fait mes propres expériences intérieures et j'aimerais que nous échangions nos impressions.

M: Tout à fait d'accord. Vous connaissez vous vous-même ?

Q: Je sais que je ne suis pas le corps. Pas plus que je ne suis le mental.

M: Qu'est-ce qui vous autorise à parler ainsi ?

Q: Je sens que je ne suis pas dans le corps. Il me semble occuper l'espace, être partout. Et en ce qui concerne le mental, je peux, pour ainsi dire, le brancher et le débrancher à volonté. Ceci me fait ressentir que je ne suis pas le mental.

M: Quand vous sentez que vous occupez tous les endroits du monde, restez-vous séparé du monde ? Ou bien, êtes-vous le monde ?

Q: Les deux. Il m'arrive de sentir que je ne suis ni le corps ni le mental mais un regard unique percevant tout. Quand je plonge plus profondément dans cette sensation, je suis tout ce que je vois, et le monde et moi ne faisons qu'un.

M: Très bien.

Et les désirs, en avez-vous quelques-uns ?

Q: Oui, ils se manifestent, rapides, superficiels.

M: Comment les traitez-vous ?

Q: Que puis-je faire ? Ils vont, ils viennent. Je les regarde. Il m'arrive de voir mon corps et mon esprit occupés à les satisfaire.

M: A qui appartiennent ces désirs à satisfaire ?

Q: Ils sont une partie du monde dans lequel je vis. Ils sont simplement là, comme sont là les arbres et les nuages.

M: Ne sont-ils pas la marque d'une certaine imperfection ?

Q: Pourquoi le seraient-ils ? Ils sont ce qu'ils sont et je suis ce que je suis. Comment l'apparition et la disparition des désirs peuvent-elles m'affecter ? Bien sur, ils influent sur la forme et le contenu du mental.

M: Bien, quelle est votre profession ?

Q: Je suis délégué à la liberté surveillée.

M: Qu'est-ce que cela veut dire ?

Q: Les délinquants mineurs sont laissés en liberté surveillée et des employés spécialisés sont chargés de surveiller leur comportement, de les aider dans leur apprentissage et de leur trouver du travail.

M: Vous faut-il travailler ?

Q: Qui travaille ? Le travail se fait.

M: Avez-vous besoin de travailler ?

Q: J'en ai besoin, à cause de l'argent. J'aime ce travail parce qu'il me met en contact avec des êtres vivants.

M: Pourquoi avez-vous besoin d'eux ?

Q: Ils peuvent avoir besoin de moi et c'est en pensant à leur sort que j'ai choisi cette profession. Après tout, il n'y a que vie indivisible.

M: Comment êtes-vous parvenu à votre état présent ?

Q: L'enseignement de Sri Ramana Maharishi m'a mis sur la voie. Puis j'ai rencontré Un certain Douglas Harding qui m'a montré comment me penché assidûment sur « qui suis-je ».

M: Est-ce que cela fut soudain ou progressif ?

Q: Réellement soudain. Comme quelque chose de totalement oublié qui resurgit dans le mental. Ou comme un éclair de compréhension. « Que c'est simple, ai-je dit, que c'est simple ; je ne suis pas ce que je pensais être ! Je ne suis ni le perçu ni celui qui perçoit : je ne suis que l'acte de percevoir ».

M: Pas même l'acte de percevoir, mais ce qui rend tout cela possible...

Q: Qu'est-ce que l'amour ?

M: Où la sensation de distinction et de séparation est absente, là est l'amour.

Q: Pourquoi porte-t-on tant d'importance à l'amour entre un homme et une femme ?

M: Parce que dans cet amour, l'élément bonheur est le plus important.

Q: N'en est-il pas ainsi de tout amour ?

M: Pas nécessairement.

L'amour peut occasionner de la souffrance.

Dans cas on l'appelle compassion.

Q: Qu'appelle-t-on bonheur ?

M: Le bonheur, c'est l'harmonie entre l'interne et l'externe.

Par contre, la souffrance, c'est l'auto-identification avec les causes externes.

Q: Comment se produit l'auto-identification ?

M: Il est de La Nature du Soi de ne connaître que Lui-Même.

Cependant, par ignorance, IL prend tout ce qu'IL perçoit pour Lui-Même.

Meurtri, IL apprend la discrimination et le détachement (viveka et vairagya).

Quand la conduite juste (uparati) devient l'attitude normale, une puissante et juste force intérieure (mukmukshutva) le pousse à chercher sa source.

La chandelle du corps s'allume et tout devient clair et brillant (atmaprakash).

Q: Quelle est la cause profonde de la souffrance ?

M: L'identification de soi au limité (vyaktitva).

La sensation en tant que telle, si forte soit-elle, ne cause pas de souffrance.

C'est le mental égaré par les idées fausses et intoxiqué par la pensée : «Je suis ceci, je suis cela », qui craint la perte, court après le gain, puis souffre quand il est frustré.

Q: Un de mes amis avait, nuit après nuit, des rêves horribles. Il était terrorisé à l'idée

de se mettre au lit. Rien ne pouvait l'aider.

M: La compagnie de gens vraiment bons (satsang) l'aiderait.

Q: La vie-même est un cauchemar.

M: La noble amitié (satsang) est le souverain remède contre tous les maux, physiques ou mentaux.

Q: Il arrive qu'on ne puisse pas trouver une telle amitié.

M: Cherchez en vous-même.

Votre Soi est votre meilleur ami.

Q: Pourquoi la vie est-elle si pleine de contradictions ?

M: Cela sert à briser l'orgueil du mental.

Il faut que nous réalisons combien nous sommes pauvres et sans force.

Tant que nous nous illusionnons avec ce que nous nous imaginons être, savoir, posséder et faire, nous sommes dans de sales draps.

C'est seulement dans l'auto-négation que nous pouvons trouver la chance de découvrir Notre Être Réel.

Q: Pourquoi tant d'insistance sur l'auto-négation ?

M: Autant que sur la réalisation de soi. Il faut abandonner le faux soi avant que le vrai ne puisse être découvert.

Q: Ce soi que vous choisissez d'appeler faux me paraît fâcheusement réel. C'est le seul que je connaisse. Ce que vous appelez le soi réel n'est qu'un simple concept, une façon de parler, une création de l'esprit, un fantôme attrayant. J'avoue que mon soi quotidien n'est pas une beauté, mais c'est le mien et le seul que j'ai. Vous me dites que je suis ou que j'ai, un autre soi. Le voyez-vous, est-il pour vous une réalité ou voulez-vous me faire croire ce que vous-même ne voyez pas ?

M: Ne sautez pas à des conclusions téméraires.

Le concret n'est pas nécessairement le réel, ce qui est conçu n'est pas obligatoirement faux.

Les perceptions fondées sur les sensations et mises en forme par la mémoire, impliquent Un Sujet Percevant dont vous n'avez jamais pris la peine d'étudier La Véritable Nature.

Accordez-lui toute votre attention, examinez-le avec un soin amoureux, et vous découvrirez des hauteurs et des profondeurs d'être dont vous n'avez jamais rêvé, englué que vous êtes dans la chétive image que vous avez de vous.

Q: Il faudrait que je sois dans de bonnes dispositions pour m'examiner fructueusement.

M: Vous devez être sérieux, déterminé, réellement intéressé. Vous devez être rempli de bonne volonté envers vous-même.

Q: Il me semble être déjà passablement égoïste.

M: Vous ne l'êtes pas. Vous passez votre temps à détruire et vous-même, et ce qui est vôtre, en servant des dieux étrangers, défavorables et faux.

Soyez donc égoïste, de la bonne façon.

Souhaitez-vous du bien, travaillez à ce qui est bon pour vous.

Détruisez tout ce qui s'interpose entre vous et le bonheur.

Soyez tout, aimez tout, soyez heureux, rendez heureux.

Il n'y a pas de plus grand bonheur.

Q: Pourquoi y a-t-il tant de souffrance dans l'amour ?

M: Toute souffrance naît du désir.

L'Amour Vrai n'est jamais frustré.

Comment une sensation d'unité pourrait-elle être frustrée.

Ce qui peut-être frustré, c'est la soif d'expression qui est un désir du mental.

Et comme avec tout ce qui vient du mental, la frustration est inévitable.

Q: Quelle est la place du sexe dans l'amour ?

M: L'amour est un état de l'être.

Le sexe est énergie.

Une fois qu'on a compris la vraie nature de l'amour et du sexe, il n'y a plus de conflit.

Q: Il y a beaucoup de sexe sans amour.

M: Sans l'amour tout est mal.

La vie-même, sans amour, c'est le mal.

Q: Qu'est-ce qui pourrait me faire aimer ?

M: Vous êtes l'amour-même, quand vous n'avez pas peur.