

## La nature réelle de l'homme est la confiance et l'amour

**Q: Nous sommes comme des animaux qui courent de ci de là en vaines poursuites sans que nous puissions en entrevoir la fin. Existe-t-il une issue ?**

M: Bien des chemins vous seront offerts qui ne feront que vous tournent vers vous et qui vous ramèneront à votre point de départ.

Commencez par réaliser que votre problème n'existe que dans votre état de veille, qu'aussi pénible qu'il soit, vous êtes en mesure de l'oublier totalement quand vous vous endormez. Quand vous êtes éveillé, vous êtes conscient, quand vous dormez, vous n'êtes que vivant. Conscience et Vie, toutes les deux vous pouvez les appeler Dieu ; mais Vous êtes au-delà des deux, au-delà de Dieu, au-delà de l'être et du non-être.

Ce qui vous empêche de vous connaître comme Le Tout, et comme dépassant Le Tout, c'est le mental fondé sur la mémoire.

Il n'a de pouvoir sur vous qu'aussi longtemps que vous lui faites confiance; ne luttez pas avec lui, contentez-vous de le négliger.

**Privé d'attention, il se ralentira et il vous révélera le mécanisme de son fonctionnement.**

Quand vous connaîtrez sa nature et ses intentions, vous ne lui permettrez plus de créer des problèmes imaginaires.

**Q: Les problèmes ne sont certainement pas tous imaginaires. Il y en a de réels.**

M: Quel problème peut exister que le mental n'a pas créé ?

La vie et la mort n'en créent pas, les peines et les plaisirs vont et viennent, nous les ressentons, puis nous les oublions.

C'est la mémoire et l'anticipation qui créent les problèmes d'atteindre ou d'éviter, qui porte l'empreinte de nos sympathies et de nos antipathies.

La nature réelle de l'homme est la confiance et l'amour dont le cœur et le mental sont les moyens d'expression.

**Q: Comment parvenir à contrôler le mental, et le cœur qui ne sait pas ce qu'il désire ?**

M: Ils ne peuvent pas agir dans l'obscurité.

Pour fonctionner correctement, ils ont besoin de la lumière de la Pure Conscience.

Tout effort visant à les contrôler ne fera que les soumettre aux décrets de la mémoire.

Celle-ci est un bon serviteur mais un mauvais maître.

En fait, elle empêche toute découverte.

Dans La Réalité, il n'y a pas de place pour l'effort.

C'est l'égoïsme, dû à l'identification avec le corps, qui est le principal problème et la cause de tous les autres.

Et on ne peut pas supprimer l'égoïsme par l'effort mais uniquement par une pénétration lucide de ses causes et de ses effets.

L'effort est le signe d'un conflit entre des désirs incompatibles.

**Il faut les voir tels qu'ils sont, alors seulement, ils se dissoudront.**

**Q: Et que reste-t-il ?**

M: Ce qui ne peut pas changer.

La grande paix, le profond silence, la beauté cachée de La Réalité demeurent.  
Alors qu'on ne peut pas la communiquer avec des mots, Elle attend que vous l'éprouviez vous-même.

**Q: Ne faut-il pas être prêt et en être digne ? Notre nature est foncièrement animale, à moins que nous ne la dominions comment peut-on espérer voir se lever la réalité ?**

M: Laissez l'animal de côté.

Qu'il soit.

Simplement, souvenez-vous de Ce Que Vous Êtes.

Utilisez tous les événements de la journée pour vous remémorer que sans Vous comme Témoin, il n'y aurait ni animal ni Dieu.

Comprenez que vous êtes à la fois L'essence Et La Substance De Tout Ce Qui Existe et restez fermement établi dans Votre Compréhension.

**Q: La compréhension est-elle suffisante ?**

N'ai-je pas besoin de preuves plus tangibles ?

M: C'est Votre Compréhension qui décidera de la valeur des preuves.

Mais quelle preuve plus tangible voulez-vous que Votre Propre Existence.

Où que Vous alliez, Vous Vous y trouvez.

Aussi loin que Vous alliez dans le temps, Vous êtes là.

**Q: Il est évident que je ne suis ni omniprésent ni éternel. Je ne suis qu'ici et maintenant.**

M: Très juste.

Le « Ici » est partout et Le Maintenant - toujours.

Allez au-delà de l'idée je-suis-le-corps et vous découvrirez que l'espace et le temps sont en Vous et que ce n'est pas Vous qui êtes dans l'espace et le temps.

Une fois que vous avez compris cela, le principal obstacle à La Réalisation est levé.

**Q: Quelle est cette réalisation qui transcende la compréhension ?**

M: *Imaginez une jungle profonde et pleine de tigres, et vous, vous êtes dans une forte cage d'acier.*

*Sachant que vous êtes bien protégé, vous regardez les tigres sans crainte.*

*La fois suivante, les tigres sont dans la cage et vous parcourez librement la jungle.*

*En dernier lieu - la cage disparaît et vous chevauchez les tigres !*

**Q: J'ai participé à un groupe de méditation qui s'est tenu récemment à Bombay et j'ai été le témoin de la frénésie et de l'oubli de soi des participants. Pourquoi les gens se laissent-ils aller à ce genre de choses ?**

M: Ce sont les inventions d'un esprit agité qui dorlote les gens à la recherche de sensations.

Certaines d'entre elles aident l'inconscient à dégorger ses souvenirs et ses désirs refoulés, et dans cette mesure, elles offrent un soulagement.

Mais, en définitive, elles laissent le participant là où il en était ou dans un état pire.

**Q: Récemment, j'ai lu le livre d'un yogi sur ses expériences de méditation. Le livre est plein de visions et de bruits, de couleurs et de mélodies c'est un spectacle merveilleux et un**

divertissement grandiose ? A la fin, tout s'est évanoui et il n'est plus resté qu'une absence de peur. Cela n'a rien d'étonnant - un homme qui a traversé toutes ces expériences et en est sorti indemne n'a plus besoin d'avoir peur de quoique ce soit. Néanmoins, je me demande à quoi peut m'être utile un tel livre.

M: Probablement à rien puisqu'il ne vous attire pas.

D'autres peuvent en être impressionnés.

Les gens sont différents.

Mais tous sont confrontés au fait de leur propre existence.

« Je suis » est le fait ultime ; « Qui suis-je » est la question ultime à laquelle chacun doit trouver une réponse.

### Q: La même réponse ?

M: En essence, la même, mais diverse dans ses expressions.

Chaque chercheur adopte ou invente une méthode qui lui convient, il l'applique à lui-même avec plus ou moins de sérieux et d'efforts, il obtient des résultats qui sont fonction de son tempérament et de ses espérances, il les coule dans un moule verbal et les érige en système, il fonde une tradition et commence à admettre les autres dans son « école de yoga ».

Tout cela est fondé sur la mémoire et l'imagination.

Aucune de ces écoles n'est sans valeur, aucune n'est indispensable ; dans toutes, on progresse jusqu'au point où il faut renoncer à tout désir de progrès pour rendre de nouveaux progrès possibles.

A ce moment on abandonne toutes les écoles, tout effort cesse.

Dans la solitude et l'obscurité, le dernier pas se fait et en finit à jamais avec l'ignorance et la peur.

Le Vrai Maître n'emprisonnera pas son disciple dans un cadre rigide d'opinions, de sentiments et d'actions; au contraire, il lui montrera patiemment, et à fond, la nécessité de se libérer de toutes les opinions et de tous les modèles de comportement, la nécessité d'être vigilant et sérieux, de marcher de concert avec la vie partout où elle le portera, la nécessité du détachement à l'égard de la jouissance et de la souffrance et de comprendre et d'apprendre.

Avec un bon Maître, le disciple apprend à apprendre, et non à se rappeler et à obéir.

Satsang, la compagnie des sages ne forme pas, elle libère.

Méfiez-vous de tout ce qui vous rend dépendant.

La plupart de ces prétendus « abandons au Maître » se terminent dans le désappointement, sinon dans la tragédie.

Heureusement, le chercheur sérieux se dégage à temps, rendu plus sage par son expérience.

### Q: L'abandon de soi a certainement quelque valeur ?

M: L'abandon de soi est le renoncement à tout égoïsme.

Cela ne peut pas être fait, cela arrive au moment où vous réalisez votre nature authentique. L'abandon de soi verbal, même accompagné de sentiment, à peu de valeur et il se brise sous les tensions.

Au mieux il indique une aspiration, pas Un Fait Réel.

Q: Le Rigveda parle du adhi yoga, le Yoga Primordial qui consiste dans le « mariage de Pragna avec Prana » qui, tel que je le comprends, signifie l'union De La Sagesse et De La Vie. Diriez-vous qu'il signifie également l'union du Dharma et du Karma, c'est à dire la rectitude dans l'action ?

M: Oui, à condition que par rectitude vous entendiez L'Harmonie avec Sa Nature

Propre et Vraie, et par l'action les seuls actes désintéressés et dont le désir est absent.

Dans le adhi yoga, La Vie Même est le Maître et le mental, le disciple.

Le mental sert la vie, il ne la gouverne pas.

La Vie coule naturellement et sans efforts et le mental enlève les obstacles à sa course égale.

**Q: La vie n'est-elle pas naturellement répétitive ? Couler avec la vie ne conduit-il pas à la stagnation ?**

M: La Vie est en soi immensément créatrice.

Avec le temps, une graine devient une forêt.

Le mental est comme le garde forestier - il protège et régularise l'énorme instinct vital de l'existence.

**Q: Vu comme le service que le mental rend à la vie, le adhi yoga est une démocratie parfaite. Chacun est occupé à mener sa vie au mieux de ses capacités et de son savoir, tous sont les disciples d'un même Maître.**

M: Vous pouvez l'exprimer de cette manière.

Il peut en être ainsi potentiellement, mais à moins qu'on aime La Vie et que l'on ait confiance en Elle, à moins qu'Elle ne soit vécue avec sérieux et élan, il est fantaisiste de parler de yoga qui est un mouvement dans la conscience, la Conscience (awareness) en acte.

**Q: Il m'est arrivé, une fois, de contempler un torrent qui dévalait la montagne entre des rochers. A chaque rocher, le choc était différent, selon la taille et la forme du rocher. Chaque personne n'est-elle pas qu'un simple choc sur un corps, alors que la vie est une et éternelle ?**

M: Les chocs et l'eau ne sont pas séparés.

Ce sont les perturbations qui vous font prendre conscience de l'eau.

La conscience est toujours conscience du mouvement, du changement.

Une conscience qui serait immuable n'existe pas.

L'immuabilité efface immédiatement la conscience.

Un homme privé de sensations internes ou externes devient vide et il passe au-delà de la conscience et de l'inconscience dans l'état où ne sont ni la naissance ni la mort.

La conscience ne naît que lorsque l'esprit et la matière s'unissent.

Q: Sont-ils un ou deux ?

M: Cela dépend des mots que vous employez ; ils sont un ou deux ou trois.

A l'examen les trois deviennent deux et les deux ne font qu'un.

Prenez l'exemple suivant le visage, le miroir et l'image.

Chaque couple présuppose le troisième terme qui unit les deux autres.

Dans la sadhana, vous voyez les trois comme deux jusqu'à ce que vous réalisiez que les deux ne sont qu'un.

Tant que Vous êtes absorbé dans le monde, Vous êtes dans l'impossibilité de Vous connaître; pour ce faire, détournez Votre Attention du monde et tournez-La vers Vous, En Vous.

**Q: Je ne peux pas détruire le monde.**

M: Ce n'est pas nécessaire.

Comprenez que ce que vous voyez n'est pas ce qui est.

A l'examen, les apparences se dissoudront et La Réalité sous-jacente viendra à la surface.

Vous n'avez pas besoin de brûler la maison pour en sortir.

Ce n'est que lorsque vous ne pouvez pas aller et venir librement que la maison devient une prison.

Je rentre et je sors facilement de la conscience, c'est pourquoi le monde m'est un foyer et non une prison.

**Q: Mais en fin de compte, existe-t-il un monde on n'en existe-t-il pas ?**

M: Ce que vous voyez n'est rien d'autre que vous-même. Appelez cela comme vous voulez, cela ne change rien au fait.

Au travers du film de votre destinée, votre propre lumière peint des images sur l'écran. Vous êtes le spectateur, la lumière, l'image et l'écran.

Même le film de votre destinée (prarabdha) est choisi par vous-même et vous vous l'imposez. L'esprit est joueur et il se plaît à surmonter les obstacles.

Plus dure sera la tâche, plus profonde et plus ample sera son auto-réalisation.

*Claire Fontange*