

## L'aventure Intérieure comme mode de vie.

**Q:** Je suis américain de naissance et j'ai passé cette dernière année dans un ashram du Madhya Pradesh, étudiant le yoga sous ses divers aspects. Nous avons un maître dont le Maître vit à Monghyr, c'est un disciple du grand Sivananda Saraswati. J'ai également fait un séjour à Ramanashram. A Bombay j'ai suivi des séances de méditation birmane intensive qui étaient dirigées par un certain Goenka. Mais je n'ai pas trouvé la paix. Je suis parvenu à améliorer ma maîtrise personnelle et ma discipline de vie, mais c'est tout. Je ne sais pas très bien quels en ont été les effets. J'ai visité beaucoup de lieux saints. Je ne peux pas dire comment chacun a agi sur moi.

M: De bons résultats viendront tôt ou tard.

Avez-vous reçu des instructions à Sri Ramanashram

**Q:** Oui, j'ai reçu l'enseignement de quelques anglais et d'un indien adepte du gnana yoga qui réside en permanence à l'ashram et qui m'a donné des leçons.

M: Quels sont vos projets ?

**Q:** Je dois rentrer aux États-Unis à cause d'un problème de visa. J'ai l'intention de terminer une licence de science, d'étudier la Cure Naturelle et d'en faire ma profession.

M: Une excellente profession, sans aucun doute.

**Q:** Est-ce qu'il y a un danger à suivre la voie du yoga à tout prix ?

M: Quand la maison est en feu, une allumette est-elle dangereuse ?

La quête de la réalité est la plus dangereuse de toutes les entreprises parce qu'elle détruira le monde dans lequel vous vivez.

Mais si vos motivations sont l'amour de la vérité et de la vie, vous n'avez aucune raison d'en être effrayé.

**Q:** J'ai peur de mon propre mental. Il est tellement instable.

M: Dans le miroir de votre mental, les images apparaissent puis s'effacent.

Le miroir reste.

Apprenez à distinguer l'immuable de ce qui se meut, ce qui ne change pas de ce qui change jusqu'à ce que vous réalisiez que toutes les différences ne sont qu'apparentes et que L'unité Est Un Fait.

Cette identité fondamentale, Vous pouvez la nommer Dieu ou Brahman ou la Matrice (Prakriti), le mot n'a pas d'importance ; ce qui en a, c'est La Réalisation que Tout Est Un.

Dès l'instant où Vous pouvez dire avec une assurance née de l'expérience directe : « Je Suis le monde, le monde est Moi-Même », Vous Êtes, d'une part, délivré du désir et de la peur et, d'autre part, Vous devenez entièrement responsable du monde.

La misère dénuée de sens de l'humanité devient l'objet de votre unique sollicitude.

**Q:** Ainsi donc, même un Sage Réalisé a ses problèmes !

M: Oui, mais Il ne les crée plus lui-même.

Sa souffrance n'est pas empoisonnée par un sentiment de culpabilité.

Il n'y a rien de mal à souffrir pour les péchés des autres.

C'est la base de votre christianisme.

**Q: Toute souffrance n'est-elle pas créée par soi ?**

M: Oui, tant qu'il y a un moi séparé pour la créer.

Mais, à la fin, vous savez qu'il n'y a pas de péchés, pas de culpabilité, pas de jugement, seulement la vie dans ses transformations infinies.

Avec la dissolution du « je » personnel, la souffrance personnelle disparaît.  
Ce qui reste, c'est la grande tristesse de la compassion, l'horreur de la peine inutile.

**Q: Existe-t-il des choses inutiles dans le projet de la vie ?**

M: Rien n'est nécessaire, rien n'est inévitable.

L'habitude (attribut inertie) et la passion (attribut énergie) aveuglent et égarent.

La Conscience, remplie de compassion, soigne et rachète. (L'Harmonie)

Nous ne pouvons rien faire si ce n'est de laisser les choses arriver selon leur nature.

**Q: Préconisez-vous la passivité complète ?**

M: La lucidité et la charité sont des actes.

L'amour n'est pas paresseux et la lucidité dirige.

Vous n'avez pas besoin de vous soucier de l'action, surveillez votre mental et votre cœur.

Les seuls maux sont la stupidité et l'égoïsme.

**Q: Quel est le mieux - la répétition du nom de Dieu ou la méditation ?**

M: La répétition stabilisera votre souffle.

Avec une respiration profonde et calme, votre vitalité s'améliorera, ce qui aura une influence sur votre cerveau et aidera votre mental à se purifier et à devenir apte et stable pour la méditation.

Peu de choses peuvent être accomplies sans vitalité, d'où l'importance qu'il y a à la préserver et à la développer.

Les postures et la respiration font partie du yoga parce que nous avons besoin d'un corps sain et bien sous contrôle, mais trop se concentrer sur le corps va à l'encontre du but visé car ce qui est primordial, c'est, et dès le début, le mental.

Quand le mental a été mis au repos et qu'il n'est plus un élément perturbateur de L'Espace

Intérieur (chidakash, l'espace de la conscience), le corps acquiert une nouvelle signification et sa transformation devient nécessaire et possible.

**Q: J'ai parcouru toute l'Inde, j'ai rencontré de nombreux Maîtres et j'ai appris des bribes de plusieurs yogas. Est-ce une bonne chose que de goûter à tout ?**

M: Non, mais c'est un commencement.

Vous rencontrerez un homme qui vous aidera à trouver votre propre voie.

**Q: J'ai le sentiment que le Maître de mon choix ne peut pas être mon vrai Maître. Pour être réel, il doit venir inattendu et il faut qu'il soit irrésistible.**

M: Il est préférable de ne pas anticiper.

C'est votre façon de répondre qui est déterminante.

**Q: En suis-je maître ?**

M: La pratique, aujourd'hui, de la discrimination et du détachement portera ses fruits en son temps.

Si les racines sont saines et bien arrosées, les fruits seront sûrement doux.

Soyez pur, alerte, tenez-vous prêt.

**Q: L'ascétisme et les pénitences sont-ils de quelque utilité ?**

M: Faire face à toutes les vicissitudes de la vie est déjà une pénitence suffisante !

Pourquoi vous inventer des tourments supplémentaires ?

Accueillir la vie de bon cœur est tout l'ascétisme dont vous avez besoin.

**Q: Et les sacrifices ?**

M: Partagez avec bonne volonté et joie tout ce que vous avez avec tous ceux qui en ont besoin - ne vous infligez pas des cruautés de votre invention.

**Q: Qu'entend-on par l'abandon de soi ?**

M: Accepter ce qui se présente.

**Q: Je sens que je suis trop faible pour supporter cela tout seul. J'ai besoin de la sainte compagnie d'un Maître et de gens bienveillants. La tranquillité me dépasse. Accepter ce qui se présente comme cela vient, m'effraie. Je pense avec horreur à mon retour aux États-Unis.**

M: Retournez et faites le meilleur usage de vos chances.

Commencez par obtenir votre licence.

Vous pourrez toujours revenir en Inde pour suivre vos cours de Cure Naturelle.

**Q: Je suis parfaitement conscient des possibilités qu'offrent les États-Unis. C'est la solitude qui me terrorise.**

M: Vous avez toujours la compagnie de Votre Propre Soi - pourquoi vous sentir seul Éloigné de Lui, même en Inde Vous Vous sentiriez seul.

Tout bonheur vient en contentant Le Soi.

Quand vous serez de retour aux USA, contentez-Le, ne faites rien qui serait indigne de La Glorieuse Réalité Qui Est Dans Votre Cœur Et Vous serez heureux et le resterez.

Mais il faut que vous cherchiez Le Soi et, L'ayant trouvé, restez avec Lui.

**Q: Est-ce qu'une solitude complète me serait profitable ?**

M: Cela dépend de votre tempérament.

Vous pouvez travailler avec les autres et pour les autres, vigilant et amical, et vous développer plus harmonieusement que dans une solitude qui vous déprimerait et vous laisserait à la merci du bavardage incessant de votre mental.

Ne vous imaginez pas pouvoir vous transformer par l'effort.

La violence, même retournée contre vous-même, comme dans l'ascétisme ou la pénitence, restera infructueuse.

**Q: N'y a-t-il pas un moyen de savoir qui s'est réalisé et qui ne l'a pas fait ?**

M: La seule preuve est en Vous-Même.

Si vous sentez que vous vous transmuez en or, ce sera le signe que vous avez touché la pierre philosophale.

Restez avec la personne et observez ce qui vous arrive.

Ne demandez pas aux autres.

Leur Maître peut ne pas être Le Vôtre.

En essence, le Maître est peut-être Universel, mais Il ne L'est pas dans ses expressions.

Il peut sembler coléreux, avare ou plein d'anxiété au sujet de sa famille ou de son ashram et les apparences peuvent vous égarer alors que d'autres ne seront pas comme cela.

**Q: Ne sais-je pas en droit d'attendre une perfection totale, aussi bien intérieure qu'extérieure ?**

M: La perfection intérieure oui.

Mais la perfection extérieure dépend des circonstances, de l'état du corps, personnel ou social, et d'autres facteurs innombrables.

**Q: On m'a conseillé de trouver un Sage Réalisé pour que j'apprenne de lui l'art d'atteindre**

Gnana (La Connaissance Parfaite), et maintenant on me dit que cette démarche est entièrement fausse, qu'il n'est pas possible de reconnaître un Sage Réalisé, et qu'il est impossible de conquérir gnana (La Connaissance Parfaite) par des moyens appropriés.

Je me retrouve dans une confusion totale.

M: Cela tient à ce que vous ne comprenez pas du tout La Réalité.

Votre mental est imprégné par l'habitude d'évaluer et d'acquérir et ne peut pas admettre que ce qui ne peut être comparé et que l'on ne peut obtenir attend, hors du temps, dans votre cœur, que vous le reconnaissiez.

Tout ce que vous avez à faire, c'est d'abandonner tous les souvenirs et toutes les attentes. Contentez-vous de vous tenir prêt dans une nudité et un rien extrêmes.

**Q: Qui renoncera ?**

M: Dieu le fera.

Voyez seulement la nécessité d'être abandonné.

Ne résistez pas, ne vous accrochez pas à la personne que vous pensez être.

Parce que vous imaginez être une personne, vous prenez également le Sage Réalisé pour une personne, seulement un peu différente, mieux informée et plus puissante.

Vous pouvez dire qu'il est éternellement conscient et heureux, mais c'est loin d'exprimer l'entière vérité.

Méfiez-vous des définitions et des descriptions - elles vous égarent grossièrement.

**Q: A moins qu'on ne me dise que faire et comment le faire, je me sens perdu.**

M: Parfait, sentez-vous perdu !

Tant que vous vous sentez compétent et en confiance, La Réalité reste hors de votre portée.

A moins que vous n'acceptiez l'aventure intérieure comme mode de vie, la découverte ne viendra pas à vous.

**Q: La découverte de quoi ?**

M: Du centre de Votre Être qui est libre de toute direction, de tout moyen et de toute fin.

Q: Être tout, tout connaître, tout avoir ?

M: N'être rien, ne rien connaître, ne rien avoir.

C'est la seule vie digne d'être vécue, c'est le seul bonheur qu'il soit bon de posséder.

**Q: Je dois avouer que le but dépasse ma compréhension. Au moins montrez-moi le chemin.**

M: Vous devez trouver Votre Propre Voie.

Si vous ne la trouvez pas Vous-Même, ce ne sera pas Votre Voie et elle ne Vous conduira nulle part.

Vivez avec sérieux Votre Vérité telle que vous l'avez trouvée - agissez en fonction du peu que vous avez compris.

C'est l'application sérieuse qui vous fera faire la traversée et non l'habileté, la vôtre ou celle d'un autre.

**Q: J'ai peur de commettre des erreurs. J'ai essayé tant de choses dont rien n'est sorti.**

M: Vous y avez donné trop peu de vous-même, vous n'étiez que curieux, vous n'étiez pas sérieux.

**Q: Je n'en sais pas plus pour cela.**

M: Cela, au moins, vous le savez.

Sachant qu'elles sont superficielles, n'attachez aucune valeur à vos expériences oubliez-les dès qu'elles sont passées.

Ayez une vie propre, sans égoïsme, c'est tout.

**Q: La moralité est-elle si importante ?**

M: Ne pas tricher, ne pas blesser - n'est-ce pas important ?

Ce dont vous avez besoin par dessus tout, c'est de paix intérieure - qui exige l'harmonie entre l'intérieur et l'extérieur.

Faites ce en quoi vous croyez et croyez en ce que vous faites.

Tout le reste n'est que perte de temps et d'énergie.