

# ANDRE PORAY

## Préface

André Poray, de mère anglaise (le père de sa mère était anglais, la mère italienne) et de père polonais, est né en Égypte le 13 juin 1907. Il est mort le 25 avril 2002.

Son père était ingénieur au canal de Suez. Épicurien, très droit, très honnête, il adorait sa femme et la protégeait de son amour. Sa mère, spiritualiste dès son plus jeune âge, fut le premier maître d'André qui aurait aimé que sa mère fût son père.

Un premier enfant est mort avant la naissance du frère aîné d'André. Toute l'attente se reporta sur ce frère aîné puis sur André qui consola sa mère en étant un petit garçon qui voulait tout apprendre, tout connaître, tout savoir qualité qu'il est cultivé toute sa vie et qu'il se promettait de continuer dans l'autre monde comme dans ses réincarnations futures. Très sensible, aimant, il était aussi têtu comme une bourrique, mais sa mère toute sage était encore plus exigeante que lui et ne lui cédait pas quand nécessaire.

Il est né avec une grosse tête qui a failli coûter la vie à sa mère. Mais cette grosse tête, il a cultivé toute sa vie. Il savait lire à quatre

ans. Toute sa vie, il fut en avance. Doué pour tous, il dessinait très bien. À cinq ans, et après un de ces entêtements, il dessina un tableau à sa mère avec pour légende : « *la bonté chasse l'entêtement* ».

Ingénieur des arts et métiers, il bâtit vite son usine où il s'ingénia à faire ce que ne savaient pas faire les autres. Puis, petit à petit et toujours plus, il libéra de son temps pour le donner à la vie spirituelle, appuyer sur ces deux piliers, « joie de la connaissance, nom de l'amitié ». Il est allé frapper à toutes les portes pour voir ce qui tenait la route et ce qui ne la tenait pas, pour aussi chercher, penser tout haut, échanger, partager dans toutes les directions que prenait la spiritualité et trouver ce qui pouvait créer l'unité et l'harmonie entre les hommes.

Infatigable, il a cherché un Maître, un vrai : multiples voyages en Inde et ailleurs.

En 1967, il rencontra Ram Chandra. Il avait soixante ans, Ram Chandra soixante-huit. La Transmission fut instantanée. André a écrit : « *son Darshan était exceptionnel. Je crois qu'il est tout le temps dans le plan du dessus, sans imposer, sans critiquer, laissant agir son rayonnement silencieux.* » Pour André, si beaucoup l'ont touché sur sa route, « *Ram Chandra recouvre le tout, pour le présent comme pour l'avenir à cause de son ouverture et de sa disponibilité* ».

Cette Transmission de Ram Chandra, il a voulu l'introduire en France et il a invité Ram Chandra en 1972.

Pour André, ne pas donner, à retransmettre ce que nous avons reçu, fait de nous un voleur.

Infatigable, André allait de conférences en conférence, d'entretien en entretien, de séminaires en séminaire donner sa quête, donner ce qu'il avait reçu partout en France, en Espagne, au Canada. C'était un éveilleur.

Souvent dans des salles où se tenait une cinquantaine de personnes, à son arrivée le public était fermé, ridé, soucieux, anxieux ou atone. Ce même public ressortait deux heures après vivant, vibrant, chaleureux, éveillé. La salle et l'assistance avaient été nettoyées.

Je l'ai connu en 1965. Mon mari ne connaissait déjà depuis quelques années. Il avait chez lui son atelier d'ingénieurs, outils de bricolage, etc. il avait aussi la pièce où il se retirait pour se ressourcer, se mettre en harmonie avec tous les plans de la vie, méditer et recevoir tout postulant à la même quête.

Il offrait son amitié, son enthousiasme, sa tonicité, son ardeur, il cherchait la porte de votre cœur pour vous entraîner sur votre chemin spirituel et vous faire abandonner « niaiseries », naïveté, sentimentalité, mais non pas les responsabilités inhérentes à notre vie sur Terre. Son testament : droiture, courage, joie, amitié, partage, inlassable curiosité à connaître et comprendre avec dans le cœur et comme point de mire Ram Chandra, son enseignement et son exemple et cela pour tout un chacun croisé sur le chemin : « *aller, debout, avance et marche sans quitter l'œil du tourbillon* », (point fixe au centre).

Merci André.

Martine Faideau

Les Lettres de Babuji à André Poray ont été publiées dans l'onglet  
lettres à ...

## Lettre du Maître à un Abhyasi

Dans tous mes écrits, j'ai toujours préféré une relation directe avec Dieu mais, en général, les gens trouvent cela difficile. C'est pourquoi ils ont recours au Maître comme intermédiaire. Presque toutes les religions ont prêché l'amour direct de Dieu. Je dis toujours qu'il faut s'abandonner à Dieu seul, ce qui ne peut se faire que par la DÉPENDANCE ET L'AMOUR. Si vous ou quelqu'un d'autre essayez de vous abandonner, le "Je" est là et "CELUI QUI FAIT" est également là. C'est ainsi que le véritable abandon se développe automatiquement.

Dans mon cas, ce fut un peu différent. J'ai commencé la pratique à l'âge de 21 ans et, ne sachant pas ce que c'était que l'abandon, je ne tentais pas de l'atteindre. Pour moi, j'avais un tel Maître qu'il était vraiment le tout dans le tout. Si, inconsciemment, il y avait de ma part un quelconque abandon, c'était à mon Maître seul. A vrai dire, l'envergure du Maître n'est pas Dieu, mais ce qui se tient derrière est la Divinité. C'est donc à cette Divinité que je me soumettais et non à l'être physique. Si vous essayez d'avoir la vision de toute la carrure du Maître, la Divinité se tiendra derrière. (C'était seulement pour moi. Je ne dis jamais aux autres de le faire). Ce n'était donc pas une soumission au Maître mais à l'Être Réel. Et maintenant ma propre expérience garantit que nos associés peuvent en bénéficier.

Nous méditons sur le cœur en supposant que s'y trouve la Lumière Divine. Lorsque nous méditons, l'idée de la Lumière Divine est donc présente. Cela veut dire que vous jouez sur votre propre cœur qui est en lui-même un sport et un travail. Vous savez que vous êtes en train de méditer, soit que vous faites quelque chose et l'endroit sur lequel commence votre travail est bien là. De plus, vous attendez inconsciemment quelque chose. Ce qui signifie que vous n'êtes pas inerte, mais si occupé que vous faites trois choses à la fois. Et ainsi la passivité se perd dans l'activité.

Oui, notre méthode est réellement la plus facile, car il faut la méthode la plus simple pour atteindre la réalisation de l'être le plus simple. L'être est là et c'est notre rôle de le devenir. Les doutes doivent faire place à la confiance.

A mon avis, la spiritualité est le seul remède à tous les problèmes temporels.

En effet, elle entraîne une attitude si aimante et englobante qu'il en résulte une manière tranquille de parer à la nature déséquilibrée du mental. Elle crée une vision juste et une morale juste, qui sont utiles dans la vie de tous les jours. C'est en mordant dans une mangue que vous pourrez avoir l'expérience de son goût.

En général, les questions spirituelles doivent être traitées sur le plan spirituel et les choses matérielles sur le plan matériel jusqu'à ce que la spiritualité se développe au point d'atteindre l'état où les aspects spirituels et matériels deviennent équilibrés.

J'ai écrit qu'avant la création, il n'y avait partout que l'espace. Vous avez écrit dans votre lettre que je me suis contredit à ce sujet en écrivant que Dieu est omnipotent.

Dieu est omnipotent dans son action en circonférence, mais tend vers le rien dans son action centripète. Les mots d'omnipotent, omniprésent et omniscient, que nous attribuons à Dieu, ne sont là que pour décorer l'abstrait de qualités qui nous permettent d'aller de la qualité à la substance. Mais l'Absolu, qui est libre de tous ces attributs, arrive au Néant qui est ce à quoi nous aspirons.

La gloire de l'homme réside dans son comportement, soit son attitude dans la vie, à laquelle il parvient grâce à la spiritualité. Si nous creusons philosophiquement cette pensée, il devient scientifiquement correct que l'homme n'est rien dans sa petite circonférence et que quoi qu'il puisse être, il ne l'est que dans son action centripète.

Lorsque nous pensons à nous élever, nous oublions notre propre base, c'est à dire l'individualité. Si nous ne nous perdons pas nous-mêmes à un point, l'autre point demeure dans l'obscurité. Si l'idée d'individualité n'est pas perdue, nous ne sommes pas tout à fait là et

nous demeurons où nous sommes. Lorsque nous pénétrons dans la profondeur de l'Être, nous perdons naturellement l'individualité et son effet naturel,

et c'est le résultat de notre démarche. Perdez et gagnez, ou encore c'est en perdant que l'on gagne. Lorsque nous accédons là où est le Néant et nous y installons, l'individualité s'évanouit à jamais. Le mental ne peut penser qu'une chose à la fois. Si vous êtes avec l'individualité, vous ne pouvez pas aller plus loin. Nous devons réellement nous dessaisir de l'individualité pour atteindre le véritable état d'Être -- le Néant.

Au moment de la dissolution totale, chaque âme atteindra la Source. Mais comme nous voulons entrer dans cet état dans cette vie même, nous devons pour gagner du temps commencer à fonctionner de façon à atteindre la Source.

Si nous voulons évoluer, il nous appartient de fixer très haut notre but de telle sorte que notre petitesse puisse se transformer en quelque chose de plus vaste. Tel est réellement le but ultime et ainsi de but en but jusqu'à celui-ci soit également perdu.

Chaque âme a sa propre identité et chaque âme continue à transmigrer jusqu'à ce qu'elle soit libérée. Le sommeil dans l'état d'éveil est le mal commun à presque tous les humains. Supposons que viennent de nouvelles âmes. Après qu'elles se soient incarnées, le penser se développe -- aussi bien le juste que le faux. Ainsi, les pensées et notions fausses avilissent les âmes qui ont alors besoin de "cleaning". C'est parce que nous nous sommes dégénérés par notre penser que le "cleaning" est essentiel.

Je tiens à vous remercier à nouveau pour les pensées que vous avez soumises à mon explication, alors que tant d'autres me congédient avant même que je puisse me mettre à leur service.

# Conférence d'André Poray

Sanary - Centre Azur - 8 octobre 1994

## Regard occidental sur le Sahaj Marg

*Retranscription d'enregistrement d'une conférence improvisée revue et illustrée par l'auteur.*

Je m'interroge sur ce que je vais vous dire.

Je voudrais essayer de reprendre dans une vue d'ensemble tout le Sahaj Marg en y ajoutant quelques visions un peu scientifiques.

Pour le général, je vais commencer par l'histoire du cosmos avec le big-bang. Vous savez que tout a explosé il y a, je crois, 12 milliards d'années et en contrepartie, un jour ou l'autre, tout va se résorber de nouveaux dans la force de gravitation. Ça, vous le savez, je suppose. En tout cas, la force de gravitation, nous la connaissons tous puisque nous arrivons à marcher sur terre et que c'est elle qui nous maintient sur le sol. Si la terre tournait 1000 fois plus vite, nous décollerions de la terre et nous partirions avec les astres à l'extérieur du système solaire.

C'est la gravitation qui est l'élément de stabilité du cosmos et nous pouvons faire une sorte de dessin schématique où, dans toute cette explosion du cosmos, nous distinguons la force de gravitation. Personne n'a pu définir comment elle fonctionne : nous ne le savons pas, nous constatons simplement cette force de gravitation qui est à la

base de tout l'univers. Donc, d'une part il y a des forces qui s'évadent, d'autres par des forces qui ramènent par la gravitation et voilà l'équilibre dans le plan de la matière.

Mais passons dans un plan au-dessus qui est le plan des sensations physiques et là nous tombons sur la sexualité. Nous pouvons dire qu'au-dessus du plan de la matière nous aboutissons à un autre plan qui a également une force d'épanouissement presque aussi forte que le big-bang. La force de la sexualité qui donne l'explosion à la vie qu'il y a sur terre, qui est sur la matière, est également prodigieuse. Vous savez très bien que nous sommes tous nés d'un acte sexuel, nous portons cette énergie en nous. Cette sexualité peut permettre soit un épanouissement formidable que l'on trouve dans le sacrifice d'une mère pour son enfant, soit inversement comme une force de destruction pour l'homme qui tue la femme en déclarant qu'il aime trop. Et nous voyons par conséquent que ce qui se passe dans le plan de la matière, dans tout ce tourbillon, nous le retrouvons autour de la sexualité, également dans un tourbillon. C'est clair !

Mais continuons et essayons de monter plus loin puisqu'il y a un cheminement. À quoi allons-nous arriver plus loin dans ses énergies qui manipulent l'humanité ? Je veux voir ici que c'est la puissance de l'argent pour l'être humain qui est la faculté de pouvoir posséder : si j'ai de l'argent, je vais pouvoir tout me payer. Autour de cette faculté de pouvoir tout se payer, c'est-à-dire de posséder, nous arrivons à énergie de possession : une explosion qui va se produire pour le pouvoir de l'argent qui va être le piège de la plupart des actions. Il y a des hommes qui ont rogné leurs amis uniquement pour des questions d'argent. L'argent fait une explosion et tout risque de se ramener à nouveau un problème d'argent.



Nous cherchons maintenant un plan au-dessus. On va le trouver, ayant dépassé tous les niveaux précédents : on y arrive si on a beaucoup d'argent, on passe dans un plan mental et c'est le plan de la puissance, c'est la soif du pouvoir. Elle va donner de nouveaux une explosion dans tous les sens avec la soif du pouvoir. Puissance, pouvoir, c'est la même chose.

Est-ce qu'on peut aller plus loin encore ? Quand il est satisfait avec la soif du pouvoir et qui cherche encore plus loin, il arrivera peut-être à un point que j'appelle l'ego de l'être humain. Un tel pouvoir se replie sur lui-même, il est satisfait, c'est l'ego.

Je veux vous donner des petits exemples dans ce domaine la gravitation c'est le premier exemple, nous la connaissons.

Je reviens à la sexualité : on pourrait citer l'exemple de Don Juan, c'est connu, qui a eu dit-on, 3000 femmes et a terminé sa vie dans un monastère parce qu'il avait épuisé totalement sa sexualité. Il est arrivé à trouver une sortie. S'il ne l'avait pas eu, il aurait été détruit.

Nous pouvons chercher un autre exemple dans le plan de l'argent. Je peux vous citer Sir Guety qui est mort il y a une dizaine d'années, qui était l'homme le plus riche du monde. Il l'avait décidé, il l'est devenu, c'était un roi du pétrole, il passait ses nuits avec des téléphones... Et au moment de sa mort, il avait 70 ans, interviewé par des journalistes : « mais vous pouvez tout vous payez ! Qu'est-ce que vous pouvez souhaiter ? » « Ah ! Si je pouvais avoir 10 ans de

moins... » C'était le seul désir qu'il ne pouvait pas se payer et j'ai trouvé son visage tellement malheureux. Il a déclaré : « effectivement, avec l'argent je n'ai plus aucun ami : tous les gens qui m'approchaient souhaitent gagner de l'argent et je me suis retrouvé seul. » Tout ce qu'il a fait avant de mourir, ce pauvre homme, c'était de faire de nombreuses fondations pour les étudiants, des musées, des oeuvres d'art, des recherches archéologiques... Il y a beaucoup de fondations dans ces domaines là, c'est tout ce qu'il a pu faire.

Je monte plus haut au sujet de la puissance. Dans la puissance je voudrais vous donner un autre exemple, un exemple indien : Mister Birla. Ceux qui sont allés en Inde, à Delhi, ont certainement visité le temple Birla, grand comme une cathédrale. J'ai connu Mister Birla. Il a construit ce temple avec son argent de poche car il possédait toute l'industrie textile de l'Inde et une grande partie de son industrie métallurgique. J'ai rencontré le fils de Mister Birla qui était devenu un spiritualiste, qui se lamentait sur l'évolution du monde et qui m'a parlé de son père qui avait construit cet édifice avec cette fortune colossale. L'homme le plus riche de l'Inde, quand il a eu 60 ans, s'est rendu compte de toute cette puissance qu'il avait et a voulu se libérer de cette prison. Avec sa femme, il a abandonné son palais et est allé vivre à Bénarès dans un petit appartement de trois pièces pendant plus de 15 ans. Tous les matins il allait faire ses prières au bord du Gange et il est mort à Bénarès dans cette purification intérieure. Il fallait qu'il revienne à la simplification totale il a su se libérer de cette emprise de la puissance.

Si je monte plus haut encore, je vais vous donner un exemple en passant de la puissance à l'ego - se sentir très important au-dessus de la mêlée - : Shri Aurobindo qui était au départ un homme qui avait eu une éducation à Oxford, un avocat qui a participé à la libération de

l'Inde. Il avait été obligé de se réfugier à Pondichéry qui était alors une enclave française. C'était un spiritualiste important qui a été encensé en temps que *guru* philosophique. Il y avait la Mère qui est venue avec lui et ils ont entrepris la construction d'Auroville, vous en avez entendu parler. Le nom d'Auroville vient d'Aurobindo. C'était la Mère qui avait une activité un peu débordante avec le goût de la puissance aussi mais qui attirait énormément d'occidentaux et qui avait créé ce centre en disant : « c'est la ville de l'avenir ! » L'Unesco avait financé en grande partie les premières constructions d'Auroville. Certains d'entre vous y sont allés, moi aussi j'y suis allé plusieurs fois. Malheureusement ça était un échec parce qu'Aurobindo et la Mère sont morts : Auroville n'est plus que ce qu'il est c'est-à-dire un refuge pour des marginaux, je crois. Mais je reviens à Aurobindo comme exemple identique à Guety et à Birla, lui qui a été, je pourrais dire, encensé en tant qu'ego, un être humain spiritualiste avec une richesse intérieure que tout le monde reconnaît. Il s'est rendu compte que cette situation faisait qu'on l'adorait trop et il a décidé de ne plus voir personne. Quand je suis allé à Auroville, on m'a dit qu'on pouvait voir facilement la Mère mais pas Shri Aurobindo. Personne ne pouvait le voir, il restait dans sa méditation intérieure, il ne s'intéressait pas du tout à la construction d'Auroville. C'est dans cette sérénité intérieure qu'il est mort, c'est-à-dire qu'il a su se dégager de ce plan de l'ego pour arriver à un plan de la libération.

Je vous donne tout ceci pour vous montrer la succession des plans dans lesquelles nous vivons : notre évolution consiste à traverser tout cela. Actuellement je pourrais dire que nous sommes dans une fusée dont la mise à feu a été faite il y a quelques années avec d'une part l'explosion scientifique et d'autres parts l'explosion démographique. Nous sommes tous dans cette fusée maintenant mais nous nous apercevons qu'il n'y a pas de pilote dans la fusée. Elle est partie après la mise à feu sans savoir dans quelle direction elle va. Je

suppose que même s'il y avait un pilote, il ne saurait pas pour le moment ce qu'il faut faire. Cette fusée va devoir traverser tous ces plans qui sont au-dessus de nous et je cherche à vous donner une vision un peu cosmique ou universelle. Nous sommes embarqués dans tout ça mais nous ne savons pas très bien s'il y a des pilotes qui nous dirigent : pour le moment nous savons qu'il n'y en a pas, peut-être qu'il en viendra. Alors chacun va essayer de trouver son équilibre mais certains n'ont plus l'énergie nécessaire. La porte du passage reste fermée. Alors c'est la mise en sommeil mais parfois aussi un retour vers l'ancienne drogue ou encore le suicide ou le désespoir. Notre but cependant est de tout traverser.

Je vais aboutir à Ram Chandra, notre gourou. Pourquoi j'ai tellement aimé Ram Chandra après tant de voyages et tant de recherches, c'est parce que son enseignement est d'une simplicité extraordinaire. Son enseignement a commencé pour moi par la suppression de tous les rituels. J'étais habitué avec les Indiens, avec les centres Rama Krishna chez qui j'allais assez souvent. Ils se prosternent récitent des mantras, avec des gestes à faire et beaucoup de rituels. Ram Chandra décidé de balayer tout cela. Ça devient tout simple de supprimer les rituels. Pourquoi ? Parce qu'il souhaitait partir de zéro. Un enseignement pour lequel on part table rase, c'est un enseignement qui peut être compris par tout le monde. Et que va-t-il nous donner ? Des choses très simples. Quels sont les points fondamentaux de son enseignement ? Le non attachement, la transmission puis la vacuité avec la méditation, le cleaning, etc. Nous allons prendre tout ça en détail afin que nous fassions ensemble une sorte de résumé de ce Sahaj Marg qui est le chemin que nous avons pris.

Ce que je peux dire du non attachement - qui exigerait une vie entière pour le réaliser véritablement - c'est qu'il faut le garder en permanence en soi. À chaque piège où on se sent un attachement véritable, il faut être capable de se détacher. Le non attachement, c'est supprimé l'idée de possession, et c'est pourquoi Ram Chandra dira : « vos enfants ne vous appartiennent pas, vous êtes là pour les aider, pour les pousser à évoluer. » De toute chose il en est de même : tout est destiné à disparaître car vous le savez, tout ce qui naît doit mourir. Dans notre civilisation, tous les objets en verre doivent mourir cassés : quand vous videz vos bouteilles dans le container, elles cassent automatiquement. Quand vous allez mettre des bouteilles dans ses containers pensez au détachement que vous devez avoir pour toutes les choses en général. Je donnerai la phrase classique : « profiter de tout ce qui vous est donné mais soyez sans attachement. » C'est pourquoi je dirai qu'il faut que moralement nous ayons toujours une hache sur notre côté pour trancher quand c'est nécessaire. Même s'il faut vous couper le bras, vous décidez de vous couper le bras afin de ne pas subir l'influence de l'attachement. En somme c'est un état d'esprit à acquérir dans l'amitié et dans l'amour. Il faut se dire que toute la vie est comme une toile blanche sur laquelle se projette le film de notre vie. La seule réalité c'est la toile blanche. Il faut donc que nous soyons capables de savoir tout effacer et de retrouver la toile blanche, c'est-à-dire le non attachement et nous retrouvons l'amour universel.

Je vous parle maintenant de l'enseignement de Ram Chandra au sujet de la transmission. C'est une particularité de son enseignement car de tous les gourous que j'ai rencontrés c'est le seul qui m'a fait comprendre d'une façon précise ce qu'était la transmission : il faut par conséquent que nous en parlions. C'est un échange et la vie exige cela : s'il n'y avait pas échange, il n'y aurait pas vie. Nous devons donc accepter le sens de la transmission. Si je suis constitué d'une forme

quelconque, j'ai des contacts avec le monde extérieur et je reçois automatiquement de tout l'environnement des vibrations auxquelles je suis plus ou moins réceptif. Je reviens donc sur la transmission à vous tous qui faites de la spiritualité vous le savez tous, celui qui reçoit doit donner. Je l'ai toujours répété et j'ai fini par dire : « celui qui reçoit et ne donne pas est un voleur. » Il faut que vous sachiez recevoir et donner c'est-à-dire pratiquer la transmission.

Si un être est devant vous, qu'est-ce qui va s'établir comme transmission ? Il faut bien qu'il y ait quelque chose. Comment ça va commencer ? Comment nous allons l'examiner ? Si en tant que pratiquant du Sahaj Marg, vous désirez transmettre ce que vous savez, - car c'est votre devoir de retransmettre ce que vous avez appris, n'oubliez pas ! - Comment allez-vous faire ? Y a-t-il un processus plus commode, plus logique, plus rationnel ?

Il faut en premier lieu créer en soi une réceptivité. Si je suis comme un miroir qui est sale, je ne peux rien refléter : il faut par conséquent que je commence par nettoyer ce miroir. Pour que je puisse pratiquer une transmission, il faut que je puisse avoir une surface propre, nettoyer le miroir. Quel est le mot que je vais employer, qui rentrent dans l'enseignement de Ram Chandra, il faut que je pratique un cleaning car si vous êtes devant quelqu'un avec des préoccupations de votre passé ou de votre avenir, vous ne pourrez pas avoir d'échanges avec la personne. Il faut donc que vous commenciez par pratiquer le cleaning : c'est ce que Ram Chandra nous a donné dans son enseignement. Le cleaning devient donc indispensable vous voulez avoir des transmissions, des échanges. Il va correspondre en même temps à une détente intérieure totale car s'il reste une tension en vous dans une pensée particulière votre cleaning ne vaut rien. Il ne sera valable que si votre détente totale si votre ouverture est totale.

Voilà comment vous commencez votre contact avec le monde extérieur.

Je continue le fait que vous êtes en face de quelqu'un et que vous avez créé cette réceptivité. Deuxième point : il faut créer une attention en soi. Vous avez tout balayé en vous, il faut une certaine attention pour être disponible. Cette attention vis-à-vis d'une personne que vous ne connaissez pas et qui est en face de vous, vous donnera un peu l'image d'un cobra qui se dresse devant quelque chose d'extérieur. Quand il se redresse, il ne sait pas si c'est un ami ou un ennemi : il est en état d'attente. C'est un peu comme vous-même quand vous rencontrez un chien que vous ne connaissez pas : s'il est gentil ou pas, vous ne savez pas. Vous n'avez pas à être agressifs vous n'allez pas lui sauter au cou mais vous êtes attentifs à sa réaction comme le cobra qui mordra ou partira. Vous voyez que l'image du cobra vous la retrouvait un peu partout en Inde avec Shiva. Ainsi nous sommes partis du général avec la réceptivité et le cleaning et j'arrive au particulier avec mon attention sur la personne de bien défini qui est devant moi.

Ensuite il faut disponibilité, c'est la troisième caractéristique : être disponible dans cette disponibilité je vais parler du regard. Vous êtes en face de quelqu'un et vous le regardez. De quelle manière le regardez-vous si vous ne le connaissez pas ? Quelle est la nature de votre regard ? Là j'ai une image qui me vient des Tibétains : j'ai pu noter cette différence de deux regards lorsque je rencontrais de jeunes *Tulkus*, deux façons de regarder. Chez le *Tulku* qui est un être évolué, qui est riche spirituellement, qui est en face de vous, qui vous regarde et qui est disponible, on va rencontrer ces deux formes de regard. Vous pouvez avoir vous-même ces deux formes de regard. L'un est ce que je pourrais appeler selon la terminologie bouddhiste la vision pénétrante : c'est le regard qui traverse mais sans critiques, sans

opposition, sans choses négatives. Le *Tulku* qui vous regarde pénètre en vous, vous le sentez très bien mais c'est neutre : c'est une première forme de regard.

Le deuxième regard c'est le regard disponible, disponible dans l'amitié et je suppose que vous devez le sentir en ce moment. Vous sentez, par le regard de la personne qui vous accueille, qu'elle vous accepte, que son amitié est disponible. Est-ce que vous sentez ces deux formes de regard ? Il n'y a aucune action encore, c'est simplement une prise de position. Vous avez avec les gens qui sont autour de vous simplement l'habitude d'avoir ces deux regards.

Pour la personne que vous ne connaissez pas, la vision est pénétrante mais sans heurter. Il ne faut pas se mettre à la déshabiller avec un regard fixe, pas du tout. La vision pénétrante peut se faire en souriant et sans bouger mais avec le regard très inquisiteur. Habituez-vous à cela par exemple en vous mettant devant une glace, essayez d'avoir ce regard avec vous-même, vous vous traversez vous-même pour voir au fond de vous ce qui se passe dans le personnage qui est dans le miroir. Puis prenez le regard accueillant, la manifestation d'amitié qui se sent très bien. Tout ceci convient pour la transmission avec quelqu'un.

Au bout de tout cela, vient l'observateur en vous qui en fonction de ce regard ou de ce qu'il a pu sentir, décide de continuer ou pas : se dire que ce type est un abruti, que ça ne vaut pas la peine et que vous allez parler de la pluie et du beau temps ou au contraire continuer et là, rentrer dans l'action. Vous êtes toujours en face de la personne que vous ne connaissez pas et qui vient vous dire : « tiens, vous faites du Sahaj Marg. Ça m'intéresse. Parlez-moi du Sahaj Marg. » Qu'allez-vous lui dire ? Ce sera fonction de tout ce déroulement préalable et par



conséquent, si vous le décidez, vous allez passer à l'action. Vous commencez par quelques paroles, des paroles qui sont faites pour essayer de créer petit à petit le silence parce que notre but ultime ce sera le silence. Mais vous ne pouvez pas dire à la personne : « on va se taire on va se regarder. » Donc, vous allez commencer par quelques phrases : « oui, le Sahaj Marg m'intéresse depuis quelques années. C'est pas mal... » Petit à petit vous verrez dans la personne qui est en face de vous l'intérêt qui commence à se manifester et vous pourrez alors amortir vos paroles. J'ai pu constater pour ma part que parfois j'arrête mes paroles, tout au moins les mots viennent plus lentement. Je glisse, j'amortis et vous sentez tout ce qui peut passer entre les mots maintenant. Tout ce que je dis n'a plus aucun intérêt : c'est le silence entre les mots qui va être la chose la plus importante et là, je suis prêt pour la méditation.

J'en reviens au personnage qui est devant moi, je lui parle et en fonction de ce que je sens en lui, je vais tâcher de l'amener à ce silence. Les moyens sont multiples. Je peux simplement comme je viens de le faire, ralentir mon parler en le regardant dans les yeux pour savoir ce qui se passe où je peux élaborer mentalement une explication intellectuelle. Si c'est un intellectuel qui est devant moi il faut que je lui explique, que je lui justifie la nécessité d'entrer dans le silence. Parfois aussi dans ses contacts divers - et pour ma part, j'ai des contacts variés en ce domaine en fonction du caractère de chacun - vous pouvez trouver parfois une simple phrase qui va percuter. Vous pouvez le sentir et par exemple dire brusquement : « il y a eu une mort tout récemment dans votre famille. » Si vous l'avez senti réellement, c'est vrai. La personne est heurtée par cela, vous pouvez alors entrer dans le silence parce que l'ouverture s'est faite. Avec des phrases ou des bouts de phrase le contact se fait comme cela.

Je vois Juan qui est là. Un jour à Barcelone, il m'amène des gens à qui je devais donner des sittings et il reste là parce que certains ne parlent pas français. Arrive une femme d'une cinquantaine d'années, il s'assoie et reste comme traducteur. Je lui dis : « vos parents étaient très religieux et votre mère vous obligeait à aller à l'église ! » C'est la phrase directe que je lui ai dite. Elle m'a répondu oui, alors je dis à Juan : « c'est terminé, je n'ai plus besoin que tu restes. » Il est témoin, ça s'est passé comme ça. Effectivement je n'avais plus besoin de lui puisque le contact était établi et Juan est parti très gentiment. Donc il y a cette façon de parler, soit avec une logique, soit avec un intervalle entre les mots pour ramener au silence, mais c'est plus rare, avec une phrase percutante. Je me souviens qu'une fois j'ai vu une personne de Lyon qui n'est d'ailleurs pas là, je lui dis : « oh ! Il y a une dépression nerveuse dans votre famille. C'est qui ? » Elle m'a dit : « c'est mon père. » C'était suffisant comme contact.

Je retourne en face de la personne et j'en viens au silence. Il s'agit de créer le contact, c'est-à-dire l'harmonie - en arrière-plan, je pourrais dire que tout est une recherche d'harmonisation. Vous savez que nous sommes tous des postes émetteurs récepteurs. Nous sommes des champs magnétiques, toutes nos cellules et tout notre corps, et nos mains sont des éléments émetteurs récepteurs. Essayez d'utiliser ces deux éléments que vous avez - c'est un sujet très important - et avec un peu d'entraînement vous sentirez les possibilités des mains qui ont une faculté de calmer, d'apaiser. Si vous essayez déjà de remuer les mains, la personne va s'agiter, si vous avez des mains qui sont toutes paisibles, toute calme, vous allez transmettre du calme.

On va aller plus loin car il faut dans cette transparence intérieure permettre à vos mains d'agir dans le silence. Vous pouvez le faire ou ne pas le faire et pour ma part, je m'amuse beaucoup à le faire et je

vous assure que c'est amusant. Si nous sommes la personne et moi entrés dans le silence, je vais nourrir ce silence avec de la transmission en commençant par mes mains doucement l'envelopper. De même que si vous parlez à un enfant qui est troublé vous le caressez, vous l'enveloppez. Vous devez dans le cas présent garder les mains immobiles car vous n'allez pas faire d'État de gestes devant la personne mais en gardant les mains immobiles, en pensée vous l'enveloppez de paix. C'est important parce que vos mains sont des postes émetteurs : vous allez émettre ces rayonnements par votre pensée seulement. Je peux imaginer que mes mains se posent sur vos épaules pour vous transmettre mon amitié. C'est par la pensée que je vais faire cela. À ce moment-là, petit à petit je transmets le calme total dans la personne qui est en face de moi et je peux dire que là je retrouve une phrase de Ram Chandra. Au début nous sommes dans le silence parce que nous nous taisons tous les deux, si je sens en lui un peu de remue-ménage et que j'arrive à apaiser tout ça, alors nous réalisons « le silence dans le silence. » Il y a deux étages dans le silence. De toute évidence la transmission va se faire mais il faut en même temps avoir le sentiment de transmettre une sorte de paix qui est de l'énergie et pendant cette transmission, aboutir à une sorte de vacuité. C'est le vide et le plein à l'image de l'énergie universelle. Vous pouvez supposer que le gourou est au-dessus de vous, au-dessus de lui il y a l'universel. Vous recevez cela en vous et tout cela se transmet à la personne qui est en face de vous. Vous réalisez vraiment une transmission. Là il y a une résonance mutuelle dans l'énergie où je me sens plein d'énergie tout en transmettant l'énergie. Je sens que l'autre a aussi cette énergie et cette résonance s'installe. Une petite image : c'est le vase de cristal que l'on fait sonner et qui est en face d'un autre vase de cristal qui va résonner. Je garde cette image est dans cette résonance d'énergie en moi je sens l'énergie de l'autre. À ce moment il y a un frisson qui passe perceptible ou pas je n'en sais rien, mais pour moi il est très net : c'est une sorte de vibration qui m'enveloppe totalement et qui est l'effet de l'énergie. Vous avez tous

senti cela à un certain moment, j'en suis sûr. Je vous l'explique pour que cela devienne en vous quelque chose de quotidien et que ça fasse partie de votre vie. Alors je vous assure, quelle richesse on peut sentir en soi quand on arrive à réaliser cette énergie mutuelle qui s'échange. Cette résonance monte, monte, parfois dans le silence mais parfois aussi dans un bruit intérieur extraordinaire qui vous remplit d'énergie et qui remplit l'autre d'énergie. Voilà ce que je voulais dire au sujet de l'enseignement de Ram Chandra dans la nécessité pour vous d'apprendre à retransmettre.

Quelques mots encore propos de Ram Chandra et de la méditation. Je voudrais vous parler de la méditation car beaucoup de gens font des erreurs et partent trop vite dans un état comateux. Je voyais en Inde beaucoup d'Indiens qui tombent complètement, certains qui dorment, d'autres qui ronflent et j'en parlais à Ram Chandra.

« À ! C'est leur cheminement. » « Oui, mais il y en a qui ronflent ! »  
« Eh bien ça empêche les autres de dormir ! »

Ce sont des états qu'il faut éviter parce que, vous voyez, dans ces états-là on devient très vulnérable et c'est sur cette vulnérabilité que vont se créer les sectes qui permettent de lavage des cerveaux. Nous voyons dans notre monde actuel tout récemment ses drames tragiques par des gens qui ont cru à l'illumination, à des communications occultes. Ram Chandra était contre ça. Il m'a raconté une histoire à ce sujet. Il y avait un excellent disciple près de Hyderabad qui un jour va trouver Ram Chandra.

« - *Master*, je ne te comprends pas dans ton enseignement.

- Pourquoi ?

- Il y a six mois, j'ai rêvé de toi, j'étais dans mon village et tu m'a dit d'aller à Hyderabad ouvrir un *ashram*. J'ai vendu tout ce que j'avais, je suis allé ouvrir un *ashram* mais personne ne vient. Alors je viens te voir parce que je ne sais plus ce que je dois faire. C'est toi qui m'avais dit de le faire.

- Je ne t'ai jamais dit de le faire.

- Mais dans mon rêve tu es venu.

- Pourquoi donc n'est-tu pas venu, dans l'état de veille me demander la solution ? »

C'était tout simplement son imagination, ces états troublent que nous pouvons avoir nous aussi. On s'imagine qu'on a des communications alors que ce sont nos propres projections et ses pièges malheureusement sont très fréquents.

Ce sont des pièges et il faut quand même faire attention car il y a même des réalités qui existent dans ce domaine des communications. Vous savez qu'il y a des communications qui sont faites dans l'univers et qui sont valables. Victor Hugo disait par exemple qu'il recevait tout sur dictée. On a reparlé de lui tout récemment parce qu'il a écrit des choses extraordinaires. J'ai rencontré, il y a quatre ou cinq ans, un docteur qui faisait du spiritisme et qui entrait en communication avec l'esprit de Jules Verne - valable ou pas, je n'en sais rien. Il y avait aux États-Unis Edward Cayce qui est universellement connus comme visionnaire. Il soignait les gens sous état d'hypnose intérieure et il avait fait aussi trois ou quatre mille guérisons. Quand il était réveillé il ne comprenait rien à ce qu'il avait écrit. Je vous ai aussi raconté l'histoire d'un savant atomiste - prix Nobel - dont j'ai oublié le nom qui avait reçu un nombre qui lui avait été communiqué indirectement. Ses amis savaient qu'il avait des communications. Une constante numérique dont on ne connaissait que les trois premières décimales a

fait l'objet d'une communication et il en a donné six décimales. Deux ans plus tard on a trouvé que la quatrième décimale était juste, puis au fur et à mesure que la cinquième décimale était juste puis que la sixième était fausse. C'est extraordinaire comme histoire. Vous avez beaucoup de gens qui fonctionnent comme ça. Donc il y a une réalité là-dedans mais il ne faut pas s'y embarquer d'une façon trop rapide car c'est également un piège terrible. Des entités peuvent nous aider mais d'autres entités cherchent à nous mettre sous leur emprise et nous pousser à commettre des actions stupides.

Évitez toutes ces expériences. Contentez-vous en général si vous avez une question à vous poser, de la poser de façon pratique quand vous êtes en méditation, en état de paix intérieure. Vous laissez faire puis la réponse viendra une heure après, deux jours après ou dans un flash mais n'importe comment il faudra le faire avec beaucoup de prudence. Je vous ai raconté je crois quelque chose de très personnel dans ce domaine en tout cas. J'avais vingt-quatre ans et j'étais pris par toutes ces communications occultes. Un soir dans ma chambre à Bruxelles, j'interrogeais avec questions et réponses et je voulais savoir comment ça se passait après la mort et la réponse n'est venue : tu n'as qu'à te tuer et tu auras la réponse. Oui en effet je n'ai qu'à me tuer et j'ai un coupe-papier comme poignard sur mon bureau. C'est juste si je me tue j'aurai la réponse à mes questions. J'ai pris ce poignard et j'ai failli m'en servir mais j'ai eu une réaction, j'ai retourné ma main et je me suis donné un grand coup sur la poitrine. Ça m'a réveillé en disant : « non ce n'est pas possible. » C'était une leçon à la limite pour moi, c'est pourquoi je vous la donne. Voyez à quel point de tragédie on peut arriver dans des cas comme ça. Donc attention à tout ce qu'on appelle expériences occultes.

Je reviens encore sur le problème de l'énergie, dans la méditation. Je vous ai dit qu'il fallait éviter ces espèces d'état comateux où l'on peut s'envoler dans la méditation. Il vaut beaucoup mieux garder un petit spectateur là tout en haut de votre hiérarchie de plans. D'ailleurs Ram Chandra le disait et voici sa phrase exacte : « je conseille la méditation sur le cœur au point où vous le sentez battre. » Prenez cette phrase et décortiquez là, il dit « au point où vous le sentez battre. » Il faut par conséquent que vous ayez une pensée qui puisse venir sur cette région du cœur. Il y a comme une courbe d'énergie qui vient du cerveau vers le cœur et ça évite de s'envoler vers la stratosphère.

Je me suis amusé à étudier les zones du cerveau et j'ai constaté que c'est la partie avant qui me donne la cohésion, la logique l'orientation et la partie arrière qui me donne le rêve et parfois les états mystiques. Il suffit d'ailleurs que je mette ma main sur le front d'une personne par exemple et qu'ils sentent ma main, qu'il pense à ma main pour que toutes ses pensées se rassemblent devant, c'est évident. S'il y a un problème important à résoudre et qu'il dise : « je ne sais pas, je ne sais pas. » Je place ma main devant et : « pense, ça va marcher. » S'il est au contraire brouillon avec des tas de pensées en lui qui l'embête, je mets ma main à l'arrière et je lui dis : « essaie de sentir simplement ma main, de te mettre en communication avec ma main, met toute ta notion de vivre sur ma main. » Vous verrez que tout s'apaise. Cette expérience sur vous, ça fonctionne très bien, vous le sentirez, ça se comprend, c'est logique. Ceux qui sont allés voir les Tibétains ont remarqué les bonnets jaunes ou les bonnets rouges. Ces bonnets sont incurvés devant et ça m'a frappé c'est encore une façon de vouloir ramener par devant à l'inverse des magiciens qui avaient des chapeaux tout pointus.

Voyons la méditation en général en prenant le *guru* comme point de départ. Les Indiens surtout prennent la photo de Ram Chandra, c'est un excellent départ. Il disait : « prenez ma photo si vous voulez comme support de méditation mais pas la tête prenez tout le corps. » Et il ajoutait : « n'oubliez pas ensuite d'effacer mon image. » Il ne faut pas partir avec l'idée que le gourou fait tout pour moi, qu'il est tout pour moi. Libérez-vous de cette idée et tachez de vous rendre responsable de vous-même.

Je terminerai par de petites anecdotes. Ram Chandra me disait : « si je rencontre un homme qu'il soit catholique, musulman, juif ou n'importe quoi je ne cherche jamais à le convertir, je l'encourage à devenir plus catholique ou plus musulman ou plus juif dans sa propre progression spirituelle car je sais que tôt ou tard il aboutira au même sommet. » Vous voyez que c'était une vision qui était très ouverte. Il ne cherchait pas à ramener à lui, il a toujours eu cette conduite d'humilité. Ce qui reste inoubliable pour moi à ce sujet c'est un jour que j'étais dans sa maison et il y avait quelque chose à faire, un sitting je pense, j'hésitais, je ne savais pas ce que je devais faire, je suis allé le trouver et j'ai dit : « qu'est-ce que je dois faire ? » C'est la première fois qu'il m'a répondu avec violence : « pourquoi venez-vous me le demander ? Faites-le donc ! » Il ne m'a pas dit quoi, il m'a dit de le faire. C'est à ce besoin de rendre les gens indépendants, de ne pas garder sous sa coupe les disciples qui venaient auprès de lui pour demander son enseignement. C'est pourquoi je conclus en disant que c'est le *guru* le plus riche et le plus spirituel que j'ai jamais rencontré.

Je vous remercie.



# Conférence d'André Poray

Le Lazaret - Sète – 1<sup>ier</sup> mai 1992

## L'inévitable évolution spirituelle de l'homme

*Retranscription d'enregistrement d'une conférence improvisée revue et illustrée  
par l'auteur.*

Me revoilà devant vous non pas pour vous parler particulièrement du Sahaj Marg mais pour parler de ce qu'il y a autour du Sahaj Marg et de ce qui peut y conduire.

Quand j'ai rencontré Ram Chandra tout au début, qu'il m'a donné la transmission, qu'il m'a engagé sur sa voie et qu'il m'a accepté comme disciple, il m'a dit : « voulez-vous travailler pour moi ? ». Cela m'a un petit peu surpris parce que quand on dit en Occident « Voulez-vous travailler pour moi ? » on reste méfiant. Aussi je lui ai dit : « Mais en quoi ça consiste travailler pour vous ? » Et il m'a répondu : « Aider l'humanité dans son évolution, c'est travailler pour moi ». Ça m'a changé complètement la vision des choses. Il y avait en lui déjà cette identification avec l'humanité entière et travailler pour lui ou travailler pour l'humanité finalement c'était la même chose. Et je vous raconte ça pour que vous vous sentiez cette immersion qu'il y avait en lui concernant sa nature et l'humanité et l'universel. C'est pourquoi très

souvent ces phrases sont ambiguës : nous ne les comprenons pas parce que nous n'arrivons pas à nous situer à sa position.

Ce sera le cas de la prière ; c'est un mot qui heurte beaucoup d'occidentaux parce que l'éducation laïque que nous avons eue et les religions et leurs prières que nous avons rejetées les ont souvent heurtés et certains d'entre vous ont dit également que ce mot les heurtaient un petit peu. Il y a là aussi une interprétation et il faut arriver à comprendre ce mot de prière. L'humilité élimine l'ego : c'est l'effacement complet de l'ego pour arriver à cette humilité totale. La notion de prière arrive à ce moment-là mais c'est une notion de prière qui n'est plus du tout une demande comme nous le comprenons, nous en Occident, ce n'est plus une imploration en aucune façon mais simplement une mise en condition à l'intérieur de vous. Vous vous harmonisez avec lui pour arriver à sa longueur d'onde. Dans la prière que pourrait-on recevoir si nous avons dépassé notre ego ? Ayant éliminé complètement notre ego, notre personnalité, à quoi va correspondre une prière ? En demandant quelque chose, comment recevriions-nous cette chose est en quoi pourrait-elle s'inscrire ? Je n'ai plus l'ego, c'est terminé ; qu'est-ce que je suis ? La prière n'est plus qu'une harmonisation avec lui qui représente également la vacuité universelle. Et ce rapprochement entre cette vacuité que je suis et sa vacuité qu'Il est, c'est l'amour c'est-à-dire le fait d'aller l'un vers l'autre. C'est une vacuité qu'il va vers une autre vacuité.

Vous êtes dans le Sahaj Marg, vous cherchez à progresser spirituellement, vous sentez que c'est une nécessité en vous et vous souhaitez arriver à un certain niveau spirituel. Mais là vous ne faites chaque fois que la moitié du chemin car il faut rayonner autour de vous ce que vous avez reçu. On ne peut en aucun cas recevoir quelque chose d'une façon définitive si on ne la retransmettait pas ensuite soi-

même. Pour que l'enseignement s'inscrive en profondeur, il faut qu'il soit retransmis vers l'extérieur car c'est en le retransmettant vers l'extérieur qui va s'imprimer d'une façon plus importante et plus logique. Vous savez très bien que si vous étudiez quelque chose, vous dites « je le sais » et puis on dit de l'expliquer à un autre, cela change complètement votre état d'esprit : vous êtes obligés de tout reprendre pour que l'autre comprenne, de tout analyser d'une façon complète, de sentir les tenants et les aboutissants et par conséquent de restructurer en vous l'ensemble que vous allez retransmettre. Mais la chose importante ce n'est pas ce que vous avez enregistré, c'est ce que vous avez transmis à l'autre et c'est le fait d'avoir mis quelqu'un en route ensuite. Par conséquent dès à présent il faut vous poser nettement cet objectif : ma vie n'est pas faite uniquement pour arriver à un but spirituel mais pour rayonner autour de moi tout ce que j'ai pu recevoir. Je vous rappelle les phrases que je disais autrefois : « Pour recevoir quelque chose dans la main, il faut vider sa main. », « Vive ta coupe et je te la remplirai. », « Pour recevoir, il faut donner. » Et ma phrase finale « celui qui reçoit et ne donne pas est un voleur. » Je me permettrai donc de vous traiter de voleurs si vous ne retransmettez pas tout ce que vous avez reçu en spiritualité. C'est votre rôle et c'est là aussi le devoir auquel je me suis engagé vis-à-vis de Ram Chandra.

Comment allez-vous faire pour retransmettre ? Il y a une timidité naturelle, un instinct de rester tranquille qui font que nous trouvons des excuses à ce sujet-là. Mais vous verrez qu'il est très facile de trouver les chemins pour aboutir à un contact. Si quelqu'un vient vous voir et vient en demandeur, c'est très facile : la porte est ouverte, il a ouvert sa porte et ses oreilles. Il peut venir d'une façon plutôt critique, il peut très bien vous dire : « Ah bon ! Tu es dans la spiritualité, eh bien ça m'intéresse ! Raconte-moi cette histoire, je t'écoute, parle » et il va vous donner son sentiment d'une manière assez brutale. Il est en face de vous, il dit : « bon voilà, je t'écoute » et il est là il attend.

Comment allez-vous démarrer ? Il faut pourtant trouver quelque chose pour démarrer. Il faut pourtant l'aider à s'accrocher. J'ai cherché de chemin pour y arriver, je vais vous les exposer tous les deux ans.

Si quelqu'un me dit : « parle, je t'écoute » je vais être au départ le plus logique possible. Le corps et l'esprit, voilà la dualité de départ que je vais utiliser pour continuer mon exposé. Vous l'acceptez-vous aussi, je suppose, le corps et l'esprit c'est très simple, il n'y a que deux points. Je vais vous faire un dessin très rudimentaire sur lequel j'ai représenté schématiquement l'esprit : c'est quelque chose de fluide, de vapoureux, d'ondulatoire, puis le corps, c'est l'enveloppe que nous connaissons tous, que nous touchons. Cet ensemble qui est vapoureux à l'intérieur et solide à l'extérieur, s'est projeté dans la vie quotidienne et pour que ça vive il faut bien qu'il y ait des rapports avec le monde extérieur. C'est évident sinon ça va mourir. Ça ne peut rester enfermé en vase clos un enfant va tout de suite prendre des contacts et nous aussi nous prenons tout de suite des contacts.

Or si mon esprit est là, si ma vie est là, ayant une certaine composition chimique puisque cet accord, un certain mouvement vibratoire puisque c'est vivant, et si ça veut aller vers l'extérieur prendre un contact, cette énergie intérieure doit progressivement creuser cette paroi épaisse qui l'entoure. Ça va creuser un canal qui sera à l'image du niveau ondulatoire qui est à l'intérieur. Cela fait une ouverture vers l'extérieur et ce que je transmets dans cette forme me laissera réceptifs à la même onde qui viendra de l'extérieur vers l'intérieur. L'échange va se faire sur le mouvement vibratoire. De cela vous ne pouvait déjà déduire « on récolte ce qu'on a semé » puisque c'est le même mouvement ondulatoire qui va partir et qui va revenir, ou encore « qui sème la pluie récolte la tempête ». Je serais harmonisé avec cette forme ondulatoire.

On peut même voir avec un peu d'imagination la loi du *karma*, c'est-à-dire la mise en équilibre de notre nature intérieure nous refait payer nos erreurs. Si je commets une erreur dans cette ronde qui va vers l'extérieur, je recevrai en retour la même erreur. La loi du *karma* va être définie également par ce signal-là. La loi du *karma* n'est pas du tout une loi de justification cosmique ou divine : « il a été méchant donc on va le punir » ce n'est pas nécessaire.

Je voudrais encore ajouter ceci : si je vous engage à rayonner, à donner autour de vous, c'est parce que vous aurez créé des ouvertures qui seront des ouvertures de réceptivité. Vous allez vous enrichir par conséquent de cette manière. Si j'ai un vide en moi, il faut aller à le combler. On pourrait dire que si c'est un vide, c'est une dépression et il est nécessaire d'ouvrir des chemins nouveaux pour permettre à ce vide de disparaître dans cette réception nouvelle. J'ai fait une amorce de traversée de l'écorce, ce sont les efforts que nous devons faire pour arriver à un certain niveau, à une certaine pureté et à un certain *cleaning* même. Nous nous efforçons mais c'est dur, nous n'y arrivons pas, le chemin est semé d'épines, nous avons du mal, nous sommes paresseux parfois inertes, nous creusons un petit peu mais pas beaucoup, on y est presque. Dans notre vie nous avons souvent à l'intérieur des tas d'amorce, elles ne sont pas suffisamment fortes encore pour tout traverser. Mais s'il y a un flash de l'extérieur, un homme que l'on rencontre, une phrase entendue, une musique que l'on a écoutée, un détail insignifiant, un regard d'un enfant même quelquefois et hop ! ça se déclenche et vous avez la traversée.

Inversement, il y a des dangers de l'extérieur qui viennent vous attaquer, qui vont creuser pour essayer de vous atteindre et ce seront

les influences négatives de ce milieu extérieur : par exemple un garçon un peu faible entouré d'autres garçons qui se droguent. Il va suffire de la part de son environnement, d'une infiltration d'enfants drogués. Ce sont des drames qui peuvent se produire.

C'est un schéma qu'il faut essayer d'avoir en tête pour comprendre ces triples possibilités : l'harmonie, la réalisation possible qui est en gestation en août pour pouvoir s'épanouir et ensuite nos faiblesses, nos risques, les défauts que nous avons. Si nous nous rendons compte qu'il y a un risque de ce genre, il faut pouvoir immédiatement calfeutrer le danger et y mettre un renforcement pour le rejeter.

Voilà donc le premier point de départ : la recherche d'être en harmonie avec l'extérieur. Personne ne pourra vous contester ce désir. Quelqu'un vient et vous dit : « Je ne sais pas quoi faire » dites-lui : « Tu veux te sentir plus heureux, tu veux rayonner davantage, tu veux avoir une sensation de vivre plus intensément ? » C'est très facile vous lui expliquez cela.

On pourra lui dire ensuite : « Mais tu vois, ce n'est pas tout, les choses ne se font pas toutes seules, il faut arriver à creuser ce chemin, à l'améliorer, à ouvrir le passage davantage ». « Et comment ? ». « Tu auras un travail à faire sur toi, tu vas être obligé d'étudier la nature exacte de cette enveloppe que tu as, dure ou friable, et quels sont les moyens que tu aurais pour agrandir ce trou de communication ». Tout au bout du déroulement, vous arriverez à la méditation. Je n'ai exposé que la méthode générale mais je peux dire en conclusion : « si tu veux trouver quelque chose, situa un problème, pour le résoudre il faut bien l'étaler devant toi pour trouver la solution. Tu auras souvent

dissolutions différentes mais il y en aura une qui sera la meilleure pour améliorer les échanges ».

La pratique de la méditation, nous aident à rassembler ces éléments d'action intérieurs pour être efficace. J'ai l'occasion de faire des conférences sur la spiritualité à des ingénieurs. « De quoi as-tu parlé ? » « De la spiritualité. » Et qu'est-ce que ça va me rapporter ? » Ça va améliorer son efficacité ! » La réponse était sincère. C'est un point de départ. Vous aurez sûrement l'écoute de la personne qui s'est adressée à vous.

L'autre point de départ est très différent : je suis parti du spermatozoïde qui est entré dans l'ovule. On ne peut pas remonter plus haut que la naissance de la vie. Il a fait son chemin et une fois qu'il a pénétré dans l'ovule, celui-ci projette une protection d'ensemble qui fait que rien ne peut plus pénétrer ; les autres spermatozoïdes sont mis à la retraite. Le travail va s'accomplir, la mode cellule qui était là va se dédoubler, se quadrupler, etc. Et de dédoublement en dédoublement, l'embryon va se créer du centre à la circonférence.

Sa deuxième démarche possible est beaucoup plus ouverte si on a affaire à quelqu'un de plus intellectuel que le précédent. Vous le jugerez plutôt à la forme de son crâne. Il faut ressentir les gens pour savoir comment démarrer. Mais simplement si vous voyez qu'il a un crâne un peu resserré, un front un peu bas, les oreilles un peu épaisses, etc. et qui n'a pas l'air de briller par l'intelligence, vous démarrez tout de suite par des choses simples. Si vous voyez qu'il a une certaine réceptivité, un peu plus d'ouverture, que le regard interroge davantage alors là vous allez partir de l'universel, de l'énergie universelle, c'est beaucoup plus vaste.

Je fais un autre dessin et nous partons du big-bang. Nous savons maintenant qu'il s'est produit il y a quinze milliards d'années. Ce big-bang était une énergie formidable, énergie et matière. Cette énergie s'est incorporée dans cette matière, elle est partie dans tous les azimuts en faisant les milliards d'étoiles, chaque galaxie ayant plusieurs systèmes solaires, etc. Nous sommes finalement de la matière de notre galaxie. L'univers dans lequel nous sommes, comme la terre sur laquelle nous habitons, est constitué par une masse en fusion qui va se retrouver dans toutes les planètes puisque ce sont les débris de la même source. La masse en fusion en se refroidissant produit une croûte et sur la croûte la vie va commencer avec les végétaux, les animaux et l'homme.

Nous pouvons donc dire que nous, hommes ou animaux, nous sommes produits par cette croûte terrestre ; nous en sommes le résultat à l'image de la partie intérieure du globe. Notre corps est solidaire de cette croûte terrestre ; nous en avons la même composition et la même origine avec des proportions plus ou moins différentes ; les éléments de base vont se retrouver dans l'arbre, dans l'animal, et en vous. Détail amusant : la croûte terrestre comporte des océans et des mers correspondant aux trois quarts de la surface du globe et j'ai été un peu surpris en apprenant que notre corps humain est composé aux trois quarts d'eau. J'ai découvert cette analogie, cette similitude de proportion. Le sérum physiologique c'est de l'eau salée, comme de l'eau de mer avec un usage un peu différent mais c'est un peu la même origine.

Nous avons des tas d'éléments minéraux dans notre corps. Vous savez que dans les médicaments que l'on vous donne aujourd'hui pour



reconstituer votre énergie il y a des minéraux : calcium, phosphore, potasse, zinc, magnésium, manganèse, iode qui sont tous dans notre corps. Pour revenir à cette proportion de trois quarts d'eau de la croûte terrestre, je pense que notre corps doit avoir une similitude avec ceux qui se trouvent à l'intérieur. Or la majorité des éléments qui se trouvent dans cette croûte terrestre, c'est le calcaire et dans notre corps le calcaire et dans les os : c'est bien une analogie entre les os et le calcaire de la terre. Il y a aussi du fer, du magnésium, du manganèse : il serait intéressant de pouvoir comparer les proportions de ces minéraux dans la croûte terrestre et à celle de ces mêmes minéraux dans notre corps. Si j'étais un médecin un peu farfelu, je chercherais harmoniser les proportions de ces minéraux dans mon corps avec celle-là croûte terrestre.

Je suis à l'image de tout cet ensemble. Nous allons aller plus loin et nous intéresser à l'astrologie dont je me suis toujours un peu méfié : je ne rejette pas, je n'accepte pas, je n'en sais rien. Je me suis dit que la matière intérieure qui existe dans la terre est la même que celle qui existe dans Saturne, dans Jupiter ou dans mercure avec des températures et des épaisseurs différentes : par conséquent dans moi une partie à l'intérieur à des analogies avec ce qu'il y a dans Saturne, Jupiter ou Mercure. Pour reprendre une phrase du docteur Henri Olivo, il y a dans chacun de nous une parcelle de Saturne, de mercure, de Jupiter, du soleil... Tout cela est en moi. À quel point cela va réagir, je ne le sais plus ; à quel point la parcelle de Saturne s'identifie dans mon corps, je ne sais pas ; à quel point les caractéristiques attribuées à Saturne son vrai, je ne sais pas. C'est une sorte d'expérience, d'intuition et de recherche qui doit peut-être mettre cela au point. Moi qui fermai la porte de l'astrologie autrefois, très discrètement, maintenant je l'entrouvre en disant que c'est possible et qu'il y a des chances pour que ce soit vrai.

C'est donc un schéma que vous pouvez expliquer à l'homme qui a le crâne un peu ouvert, plus compréhensif et qui recherche une vision plus globale. Examinons le problème des forces initiales pour aboutir à celui de l'énergie. Au départ de cette manifestation d'énergie cosmique dont on ignore l'origine, c'est une énergie créatrice qui va se manifester, ensuite une énergie de transformation dans le jeu des choses, puis une énergie d'évolution vers des niveaux différents. Quelles sont les forces initiales de ce big-bang ?

Cette explosion qui a dû être formidable est une force d'expansion, une bombe dont les morceaux irréguliers dans leur forme partent en toute circonstance en mouvement giratoire parce qu'une partie est plus légère qu'une autre ou que les surfaces sont différentes. Toute explosion donne à tous les éléments en mouvement giratoire. Les astrophysiciens nous disent qu'il y a eu big-bang il y a quinze milliards d'années et que la force d'expansion a pour contrepartie la force de gravitation dont on n'a jamais pu expliquer comment elle se manifeste. On sait la mesurer :  $Mm/d^2$  et la définir mais on ne connaît pas son origine. Même si on en a déduit la force de gravitation, on ne sait pas pourquoi la pomme de Newton est tombée. C'est une force de retour à l'origine qui devrait lui aussi se produire dans quinze milliards d'années : nous sommes à peu près à mi-chemin de notre courbe. Faisant un peu d'anticipation, on peut supposer qu'au milieu de notre courbe d'évolution nous sommes dans une période de transformation des forces parce que nous avons atteint un maximum et qu'un retour devra se préparer dans plusieurs milliers d'années : nous avons le temps. La courbure d'ensemble de ces forces marque quelque chose qui est davantage horizontal que vertical et ces forces agissent en nous. Nous sommes de la matière, les trois forces nous le retrouvons en nous et je vous le répète : par la force du big-bang nous avons tous

en nous la force d'explorer, de rechercher, d'aller plus loin. C'est classique ; hier il y avait un garçon qui me disait : « je veux voyager. » Pourquoi ? C'est la force d'expansion qui est en train de le travailler. Moi j'ai voyagé pas mal : à mon insu j'ai subi cette force d'expansion, d'aller plus loin. Un industriel à la force d'expansion pour étendre son usine, un financier pour augmenter son compte en banque, je me suis construit une piscine et je vais la carreler. C'est toujours une force d'expansion que nous allons trouver.

Ensuite, la force tourbillonnaire, celle qui m'amène à avoir des rapports avec mon environnement. Je vais me cogner, me heurter, harmonieusement ou pas, à tout ce qui m'entoure : ça va tourner comme ça, on aura des combats, on verra des réactions diverses mais c'est la force qui va me faire agir dans ma vie quotidienne.

Enfin la force de gravitation qui me ramène au centre et qui est également une force qui est en permanence en nous et c'est pourquoi cette force en se manifestant crée des états d'esprit particulier. Je veux me reposer, j'en ai assez de toute cette activité, l'homme qui devient vieux, le retour au pays, je veux mourir dans mon village, je veux retrouver ma maison natale, je me retrouvais mes anciens amis ou le pèlerinage dans l'école où je suis allé : toutes ces petites choses-là sont créés par cette force de gravitation. Quand on a eu une vie bien pleine et c'est mon cas, je me dis que bientôt je serais mort que je pourrais me reposer de nouveau et voir s'il n'y a pas un nouveau chapitre qui va recommencer.

Je vous ai donné des arguments logiques pour que vous puissiez continuer votre travail de spiritualité en vous rappelant que jusqu'à présent vous n'en avez fait que la moitié. Vous avez négligé l'autre

côté, il est temps de vous rattraper et il est temps de rechercher également à rayonner vos connaissances en spiritualité ; c'est une joie extraordinaire parce que c'est une loi d'harmonisation qui s'accomplit.

On va aller plus loin et se demander quel est le sens, la signification de cet ensemble. Je vois que ce sont des communications avec l'environnement. L'harmonisation en général peut être définie d'une manière très résumée en tant que fin d'une tension : vous avez un clou dans votre chaussure, vous n'êtes pas en harmonie avec votre chaussure parce que le clou fait une tension à l'intérieur et que c'est douloureux. Si vous enlevez le clou, vous supprimez l'attention qu'il y avait entre votre pied et votre chaussure et vous vous épanouissez (votre pied provisoirement !). Les tensions sont des choses douloureuses que ce soit physique, affectif, mental et elle fatigue les cellules qui sont mises en jeu : physique, cérébrale, mentale ou même la conscience. Quand vous pouvez résoudre cela, éliminer la tension, il y a une sorte d'épanouissement, un état de paix qui s'installe en vous. Cet état de paix est également un état que la nature recherche : quand on vit d'un tonneau d'eau dans un bassin, cette eau va immédiatement s'établir dans un cycle d'harmonie. Toute la nature recherche la neutralisation des tensions. C'est très net, vous le voyez partout : une pierre qui roule rencontre un piqué, elle se dévie parce qu'il y avait une tension et elle cherche un passage où il y ait moins de tension. Pour nous c'est la même chose : toutes les souffrances quelles qu'elles soient dans tous les plans peuvent se ramener à un problème de tension qu'il faut arriver à éliminer. Je crois que mentalement les gens qui souffrent doivent avoir des tensions cérébrales entre certains neurones qui ne fonctionnent pas et on leur dit toujours : « mais détendez-vous ! » C'est l'expression classique : détendez-vous physiquement et moralement. Les gens se mettent à respirer lorsqu'ils sont détendus, vous le savez.

Ce problème d'élimination des tensions extérieures est la contrepartie de notre évolution : d'une part de l'angoisse et d'autre part de l'énergie. Pour éliminer la tension, il faut une énergie d'action et si vous ne l'éliminez pas vous serez angoissés à l'idée qu'il vous faudra toujours traîner avec le clou qui reste en permanence dans la chaussure. Vous avez un problème avec votre voisin, vous vous êtes engueulés, le problème paraît résolu, vous allez le voir parce que vous avez envie de résoudre ça : c'est toujours la recherche d'élimination des tensions.

Donc nous jouons sur le principe de base qui est la recherche de l'harmonisation : c'est une loi de la nature qu'on appelle loi d'entropie qui ramène les choses un niveau plus humain. Géographiquement, géologiquement, je pourrais dire que le mont Blanc deviendra dans quelques années comme les Vosges : il sera ramené à l'horizontale. Le torrent qui coule dans la montagne va aller automatiquement s'abaisser vers la mer. Il y a dans toutes les réactions de la nature la dispersion de l'énergie due à l'entropie, une tendance à l'unification. Si je reprends cette idée d'unification, ça fait « tilt » dans ma tête : Ram Chandra a parlé du retour à l'Unité, il y a quelque chose à retrouver là-dedans, le retour à l'Unité c'est aussi une sorte d'unification, une façon de résoudre toutes les tensions ; quand il n'y a plus aucune tension c'est le calme total. Si j'ai le mental très pointu et très élevé qui exerce vers le bas une tension terrible, il faut qu'elle disparaisse que cette montagne deviennent une plaine. Dans notre évolution il y a peut-être quelque chose d'analogue dans le retour à l'Unité.

L'ingénieur que je suis à classé de façon précise tous les problèmes que nous avons dans notre vie en trois points :

- harmonisation avec moi-même,
- harmonisation avec mon environnement,
- harmonisation avec l'universel.

Je ne peux absolument rien mettre en dehors de ces trois points. Je l'ai donc dit à ce garçon qui m'écoute avec un crâne ouvert - en souhaitant qu'il continue toujours à m'écouter comme c'est votre cas - qu'il faut que je m'intéresse à ces trois problèmes : moi, mon environnement et l'universel.

Puisque nous sommes tous pris dans notre vie quotidienne par notre environnement - ça fait partie de notre vie bien sûr - je peux dire cette phrase clé : je suis le reflet de mon environnement. Prenez cette phrase et décortiquez-la. Cet environnement que vous avez fait aussi vous-même par votre propre rayonnement est constitué par des allers et retours : pressions d'échanges d'énergie, luttes, combats, etc. Votre notion d'exister est votre contact avec cet environnement : vous butez contre des limites et vous marquez vos limites, un peu comme l'animal marque son territoire. Je marque mon territoire et je me heurte à cet environnement en acceptant des limites et éventuellement des oppositions et je m'harmonise si possible avec cela. Si je suis le reflet de mon environnement je pense qu'il serait intéressant que mon environnement soit harmonieux, soit agréable et soit vaste, ouvert aux que je ne me sente pas limité. Autrefois les paysans passaient toute leur vie dans le même village, leur environnement était très restreint, ils avaient des petites vies un peu obscures, un peu ternes. Nous sentons très bien que si nous sommes à l'image de notre environnement et si nous voulons éprouver un développement intérieur, nous allons essayer de nous harmoniser de plus en plus avec un environnement de plus en plus vaste. Personnellement, je pourrais

dire en conclusion que je resterai un éternel étudiant parce que c'est par cela que je vais pouvoir continuer à augmenter mon environnement, à mieux le sentir, à mieux le comprendre. Je souhaite que vous puissiez tous inscrire en vous cette décision : « je resterai un éternel étudiant. » Si vous restez un éternel étudiant, vous aurez toujours en contrepartie de l'effort que vous aurez fourni pour étudier, la joie de découvrir, c'est prodigieux de connaître, de comprendre, de sourire au monde. Cela devient possible au sens de la vie : augmenter sa compréhension du monde.

À propos de l'harmonisation avec moi-même, nous avons eu un exposé d'Henri Olivo sur l'ostéopathie et je suis passionné de l'ancienne Égypte. J'ai été ébloui par ce que ce que j'ai vu au musée du Caire et ce que j'ai découvert dans la civilisation de l'ancienne Égypte. Je vais vous faire encore un petit schéma de l'harmonisation avec moi-même vu par l'ancienne Égypte : c'est la tête et le corps. Le docteur Olivo nous a bien dit qu'il cherchait par l'ostéopathie harmoniser la tête et le corps d'une façon globale par l'intermédiaire de la science. Il y a des choses qui me font souffrir et dans mon et environnement il y a un jeu de rapprochement et d'éloignement : je dois pousser et je dois tirer. Il faut que je puisse réaliser cela en moi-même en me rapprochant d'une chose que j'aime et en m'écartant d'une chose que je n'aime pas. C'est la base du bouddhisme, de l'enseignement du Bouddha qui est dit : « l'origine de tout c'est la souffrance et nous devons nous en délibérer. » La souffrance c'est se rapproché de ce que l'on n'aime pas et s'éloigner de ce que l'on aime. Alors je vais me demander pourquoi j'aime, pourquoi je n'aime pas. Si je veux un outil, un symbole me permettant de m'éloigner et de me rapprocher, ce sera un outil à deux pointes pour pousser ou pour tirer, quelque chose comme un crochet voilà pour l'harmonisation avec mon environnement.

Nous avons parlé de l'harmonisation avec l'universel avec les différents plans physiques, affectifs, mental et celui de la conscience concrète. Il faut que je les traverse tous pour m'en libérer, pour rejoindre l'unité, la perfection et l'harmonie. C'est un symbole, un dessin qui plaît à l'ingénieur que je suis. Voici le dieu Amon qui tient ces trois objets symboliques dans ses mains. Vous pouvez la voir la statue de Khephren et du dieu Horus, d'Osis et d'Osiris, messenger des dieux vers les hommes pour les aider et les éduquer. Voyez la représentation de Khephren avec Horus sur la nuque : ne répondez pas comme les guides du musée que c'est pour que la statue soit plus solide. J'ai proposé qu'Horus soit considéré comme le grand patron des ostéopathes car il fait de l'ostéopathie, il n'y a pas de doute. Cette harmonisation est très importante - le docteur Olivo ne me démentira pas - nous devons rechercher absolument à harmoniser cette jonction. Chercher dans votre nuque si vous avez des points douloureux à éliminer par des massages appuyés ou des consultations d'ostéopathes. D'ancienne Égypte la transmission d'énergie était extraordinaire. Voici un dieu en train de faire une transmission sur la nuque et le sommet de la tête. On la retrouve dans le contact des mains si important. Le docteur Olivo me disait qu'il y a des correspondances entre le cerveau et les différentes parties du corps et que la surface du cerveau qui correspond à la main et la plus importante. Par conséquent les mains sont prêts destinés à avoir un rôle très important pour nous puisque la partie la plus importante du cerveau est connecté aux mains.

J'ai constaté que mes mains vivent à l'insu de mes pensées et de mon caractère ; elles bougent et vivent sans que vous les sentiez complètement, sans que vous les contrôliez pleinement. Quand vous parlez je regarde nos mains et elles bougent en même temps et vous ne vous doutez pas que vous faites des gestes et si vous en faites un en mettant trois doigts en avant vous ne pouvez pas me dire pourquoi. Vos mains ont des gestes indépendants de votre propre personne, elles



ont leur personnalité. Vous pouvez parfois leur faire confiance parce qu'elles ont des réactions d'équilibre et d'harmonisation. Si vous avez mal un endroit vous y portez la main tout de suite, si vous avez mal à la tête des deux mains viennent s'y coller, si vous voulez consoler quelqu'un votre main va sur son épaule instinctivement, si un enfant a peur vous lui enveloppez son épaule et votre bras est parti sans que vous vous en rendez compte. Ces manifestations de votre inconscient ne viennent pas de notre côté logique et rationnel mais du côté irrationnel. Dans toute l'histoire de l'humanité les mains ont joué un rôle prodigieux : malédiction, protection, transmission, etc. On voit dans les dessins de l'ancienne Égypte la transmission de l'énergie par les mains.

Elle avait des visions très globale de la vie et de la mort et considérait que l'être humain est fait de six - d'habitude on ne considère trois - enveloppes : le corps, l'ombre, le nom, l'âme, l'esprit et le *kâ*. Nous connaissons le corps mais quand je suis vivant, l'ombre et une manifestation dans un autre plan de mon corps physique qui existe extérieurement à moi et a sa propre personnalité. Symboliquement quand le corps se dépouillait, il y a encore son ombre qui devra encore tomber. Roberto Mendez nous a éclairés sur le nom quand il nous a dit : « écrivez votre nom et effacez le ! » Il faudra me libérer de l'existence de mon nom, chose abstraite qui traîne en moi et qui doit disparaître aussi. C'est bien une enveloppe réelle. L'âme c'est mon état intérieur, elle va s'effacer parce que c'est encore quelque chose de concret, de personnel tandis que l'esprit et quelque chose d'un personnel, de beaucoup plus vaste, de plus global. Quant au ceci va mourir il restera le *Kâ* qui est la parcelle de l'universel. Voilà la hiérarchie du corps.

Les êtres humains ont cherché à s'analyser, à comprendre cette succession d'emboîtement qu'ils ont en eux. Nous devons vivre en harmonie avec tous les personnages qui habitent en nous et établir des rapports entre eux. Les orientaux ont commencé à construire leur temple pyramide à gradins - Borobudur, Sakkarah - symbolisant cette recherche et cette élévation. À chaque gradin correspond le plan physique, le plan affectif, le plan mental, celui de la conscience, etc. dans celui de Borobudur, les bas-reliefs représentent tout cela et quand vous montez progressivement vous pouvez faire une méditation en gravissant chacun de ces plans en tenant compte de leur atmosphère. Au premier étage les bas-reliefs représentent le soldat, le laboureur, la femme qui élève son petit, la vie matérielle quotidienne, puis vous montez d'un étage c'est le plan affectif : la danse, la musique, une femme lascive, le romantisme, le rêve, la sexualité, au-dessus c'est le mental : les éducateurs et les mettre en train d'enseigner et ainsi de suite. Voilà la structure du temple : en bas quatre terrasses carrés correspondant aux éléments et au plan physique, affectifs, mental et à celui de l'enseignement concret, en haut les terrasses sont circulaires et correspondent au plan spirituel, le tout rempli de bas-reliefs. Les murs et des terrasses carrées vous empêchent de voir l'horizon, vous êtes canalisés entre le mur et le parapet et de chaque côté il y a des structures par exemple des danseuses belles et lascives et vous perdez votre temps à tourner comme ça mais de temps en temps il est une sorte de décrochement, on s'arrête, on lève la tête et juste au-dessus il y a une niche avec un Bouddha en méditation, vous pouvez le regarder et vous dire « je suis en train de perdre mon temps, mon but est d'aller au sommet. » Il faut reprendre un peu de ce labyrinthe et on est encore distrait il y a encore des Bouddha pour nous rappeler qu'il faut monter plus haut et ceci se répète quatre fois avec des sculptures différentes avant d'arriver aux terrasses supérieures.

Et là tout change parce qu'il n'y a plus de parapet alors qu'avant on était toujours limitée sans voir l'horizon. Sur ces terrains seront de il y a des tas de cloche ajourée où l'on voit à l'intérieur une statue de bouddha en méditation. C'est quelque chose de prodigieux et quand je suis monté en incorporant à l'état d'esprit de chaque plan, j'ai compris que c'était le plan où l'on donne l'enseignement à ceux d'en bas. Quand j'étais assis sur ses terrasses rondes en imagination, je voyais les hommes qui couraient en bas sur les terrasses carrées qui s'interpellaient avec des cris, de la peur et de l'angoisse. Il ne savait pas ce qu'il fallait faire, ils étaient affolés, il ne voyait plus rien et je leur disais : « mais venez avec nous, libérez-vous de vos entraves, de ses limites que vous vous êtes imposées » mais il ne m'entendait pas. Il faut patienter, répéter souvent les mêmes phrases. Puis il faut redescendre quelquefois parce que si quelqu'un marche, si vous voulez qu'il vous écoute et que vous restiez ainsi, il n'entendra que le début de votre phrase et vous devrez marcher avec lui pour qu'il entende de toute la phrase. C'est un sacrifice à faire : retourner dans le plan au-dessous afin de pouvoir communiquer avec lui.

Au sommet se trouve un rocher qui est creux à l'intérieur et c'est le symbole de la vacuité : il symbolise le plein et le vide de l'éternité. Maintenant d'État de touristes qui viennent et quand on demande aux gens du pays « expliquez-moi la signification de tout cela » ils répondent qu'ils vendent des cartes postales.

J'en viens au problème de l'énergie est à la base de toute chose : nous avons vu qu'il y a au départ une énergie de création puis d'évolution en fin de transformation. Comment pouvons-nous définir cette énergie indifférenciée ? Je suppose qu'il y a plusieurs niveaux vibratoires d'énergie auquel nous somme plus ou moins réceptif. Nous devons essayer de recevoir un maximum d'énergie qui nous permettra

d'agir en sachant très bien que surtout dans ce monde actuel, l'angoisse est la contrepartie de la disparition de l'énergie. Quel que soit son genre d'occupation, un homme angoissé n'a plus d'énergie et cela peut aller jusqu'au suicide. Si vous arrivez à introduire de l'énergie dans cet homme angoissé, de nouveau il réagira et il repartira. Il faut que vous soyez conscients que vous devez traiter ce problème ont vous de façon très sérieuse, c'est une chose fondamentale.

Cette énergie de création existe partout et nous venons de l'apercevoir et de la ressentir. Quand Ram Chandra nous parle de transmission c'est une forme d'énergie, quand nous faisons des *cleaning* c'est une forme d'énergie que nous utilisons aussi pour éliminer les choses négatives. C'est toujours de l'énergie qui est mise en jeu, il faut que nous puissions la recevoir et donc se rendre réceptifs en pratiquant la méditation. Si votre mental est préoccupé par différentes pensées quelles qu'elle soit, les clapets sont fermés par ses pensées. S'ils sont ouverts vous êtes réceptifs et vous laissez venir l'énergie. C'est donc un contrôle intérieur de votre état d'esprit. Il faut qu'il soit très précis à vos yeux et vous devez sentir comment il fonctionne.

Qu'est-ce que la méditation ? La recherche de l'harmonisation de toutes vos cellules. Si votre corps est crispé vous ne pouvez pas méditer. Je dis toujours ouvrir les guillemets si votre corps est bloqué, vous n'arrivez pas à faire fonctionner de pensées dans votre cerveau. » Les militaires qui sont bloqués aux garde-à-vous arrivent pas à aligner deux pensées. C'est le règlement, ils sont structurés de façon rigide par ceux qui les commandent. Bloquez vos muscles des bras et essayer de réfléchir, vous verrez que vous n'y arriverez pas : il faut que tout soit détendu. Il faut apprendre à se détendre totalement pour qu'il n'y ait pas la moindre tension. Si une partie du corps est bloquée, la partie

correspondante du cerveau est bloquée aussi et ça ne peut pas fonctionner. Des muscles bloqués entraînent des pensées déformées ou anormales, pour réfléchir normalement il faut être débloqué et c'est ce que l'on éprouve instinctivement. La détente doit se poursuivre dans le plan affectif : problèmes d'ambition, d'angoisse, de relations. Si vous parlez à quelqu'un qui a un problème affectif en cours, vous verrez qu'il vous écoute qu'à moitié, l'énergie ne peut pas entrer. Pour vous c'est la même chose, éliminez toutes les tensions intérieures physiques ou affectives.

Même sans se référer à Ram Chandra, si je fais se vidant moi en méditation je deviens réceptif à cette énergie qui va entrer en moi. Je n'ai qu'à décider par avance que je veux récupérer de l'énergie. Vous vous mettez dans cet état de détente et votre pensée va permettre à l'énergie de s'incorporer et de couler en vous et si vous êtes sensibles vous allez la sentir couler. Ça me remplit comme un réservoir sous le robinet de la fontaine, je ressens une plénitude d'énergie intérieure et je vais être prêt pour déclencher les actions que je juge nécessaires. C'est une forme d'énergie directe que l'on peut recevoir.

Il y a d'autres aspects et d'autres façons de recevoir. Parfois ce sera l'énergie qui va pénétrer dans le cœur et se disperser partout. Dans l'État de méditation où vous êtes centrés sur le cœur, c'est la porte ouverte à l'énergie qui va entrer dans votre cœur et se répartir dans tout votre corps. Une autre forme encore : si je ne suis pas en méditation mais dans la nature, sous un arbre - le paysage est beau - debout, détendu, je regarde et je m'harmonise avec tous ceux qui m'entourent et je sens doucement comme une sorte de ruissellement intérieur total - un peu comme le sentiment que l'on a sous une pluie légère - agréable qui m'imprègne et qui part de la tête aux pieds pour retourner dans la terre. Vous éprouvez cette forme d'énergie qui

pénètre en vous. Ce stock d'énergie qu'il va vous permettre d'agir dans votre vie.

Tout ceci se trouve dans l'enseignement de Ram Chandra, il est derrière chaque phrase que je vous ai dite et c'est facile de le rejoindre en partant de chaque phrase. Il est tout le temps-là, derrière moi. Je vous donne juste une image, une impression : une fois j'étais chez Ram Chandra est un problème s'est posé parce que des personnes m'ont demandé un sitting dans sa maison. J'étais gêné parce que j'étais dans la maison du Maître et que je ne pouvais pas le faire. Je suis allé le trouver, je lui ai expliqué, il a compris aussitôt l'enchaînement et il m'a répondu : « ce mais qu'est-ce que vous attendez ? Faites-le tout de suite ! » C'est la seule fois où il m'a parlé de façon violente. C'était formidable et il avait raison : l'enseignement était qu'il ne voulait pas que je me sente pris en charge. Hier soir en pensant à ce que j'allais vous dire ce matin j'ai dit « Ah ! Master, qu'est-ce que je vais raconter ? » « Qu'est-ce que tu me demandes ? Fait-le ! » Je n'ai pas parlé de Lui mais Il est toujours présent dans la parole.

Voici un exemple de contact qui était pour moi très intense. J'étais en Inde, à Delhi avec un guide avec qui j'avais sympathisé, lui-même avait été moine errant, nous avons parlé de spiritualité et nous et nous admirions le Fort Rouge qui est un bel ensemble architectural très harmonieux. Je vois trois moines errant avec leur baluchon, portant barbe et turban, là à trente mètres de nous. Ils sont très aimés dans le pays, on leur donne à manger, ils passent et couchent n'importe où et ils s'en trouvent très bien. Je dis au guide que je voudrais entrer en contact avec eux et il me répond que ce n'est pas facile. Je m'approche doucement et je me tourne vers eux et je dis :

« C'est vraiment beau. »

« Oui, c'est très beau, c'est harmonieux avec la couleur du ciel et celle du porche. »

« Cette harmonie se prolonge autour de ce que nous voyons. Si cette harmonie pouvait se répandre sur la terre entière ! »

Nous nous sommes arrêtés, nous avons fermé les yeux et nous sommes entrés en méditation quelques instants. Le moment était transparent. Puis nous nous sommes regardés de nouveaux, silencieusement et nous nous sommes séparés.

Quand on vient de vivre un moment semblable, on ne peut pas laisser son temps et sa vie se perdre dans des détails insignifiants. Le temps est limité, le chemin est long, les possibilités sont nombreuses, à vous d'agir en conséquence.

J'ai terminé mon rôle.

# Séminaire du SAHAJ MARG

18 et 19 Octobre 1997  
Centre Azur, Sanary

Dear Friends,

This will be my last seminar and my last statement. Age has come. Time has come. To be able to realise it and accept it with a smile is also part of the teaching.

I ask you to forgive me for this speech: my goal is simply to express my friendship and thank you for accepting it.

With regards to Ram Chandra, I think I have always kept in touch with him: at first with the rigour which is the base of every teaching, then with the mobility necessary to participate in the World's evolution.

This is why he swept away all rituals, seeking only to make himself understood, to transmit, never imposing.

This is also why the engineer in me finally understood the common goal of Indian spirituality and Western technicality. Thus we live, a continuous changing.

And this also includes all the world's religions and philosophical systems.

This last statement seems to be a bit heavy.... Therefore, I will give you its outlines, so that you may have the choice of taking it all, or part of it, knowing that the path will never end.

1°) The Universe which has shaped us with its own elements, which carries us on and transforms us (like God creating man to His liking).

2°) The human being's trajectory, which gets speeding up: with a reminder of the law of gravity.

3°) The analysis of what we are according to the vital energy which is within us. Ram Chandra's "constant remembrance".

Fraternally,



Réunions du SAHAJ MARG  
18 et 19 Octobre 1997

Mes chers amis,

Le temps est venu de prévoir mon départ.  
J'ai eu 90 ans et ce séminaire sera, pour moi le dernier.

Pour vous, comme pour moi, je souhaite ni percevoir aucune tristesse mais au contraire, y découvrir le prolongement inévitable du chemin que nous avons déjà parcouru.

Vivekânanda, souvent cité par Ram Chandra, disait : « toute chose porte en elle ses germes de destruction. »

C'est la loi du renouveau et de l'évolution.

L'exposé que je vous propose comportera trois parties :  
1°) Mes contacts avec Ram Chandra et ce qui me relie à Lui.  
2°) Son enseignement mouvant, telle que je l'ai compris.  
3°) La vision globale de notre évolution.

À vous, naturellement, de ne prendre que ce qui vous convient pour poursuivre votre chemin.

C'est une façon, pour moi, de vous offrir mon amitié et de vous remercier de l'accepter.

Notre seule richesse spirituelle et toujours dans ce que nous sommes capables de donner.

La vie serait absurde si nous ne lui donnions pas un sens.

Ce sens changera avec le tracé de notre trajectoire.

C'est un chemin de montagne dont nous ne voyons pas le bout.

L'essentiel est de prendre le chemin avec volonté, harmonie et lucidité.

Ce qui fut une aide est une entrave.

Au sommet du Fuji Yama, tous auront la même vue.

## Mes contacts avec Ram Chandra

Après une dizaine de voyages en Inde, je l'ai enfin rencontré. Je vous ai déjà raconté les détails de cette rencontre où j'ai été le jouet du destin.

Je souhaitais trouver un gourou physiquement fort, puissant, plein d'énergie. Mais toutes ces qualités ne se percevaient, chez Ram Chandra, que dans le plan spirituel.

Ce fut mon premier enseignement.

Quand, après nos premiers contacts, je lui demandais s'il m'acceptait comme disciple : « Voulez-vous travailler pour moi ? »

À cette question inattendue car il n'était pas question d'argent, prudent, j'ai demandé quelques précisions... « Travailler pour moi, c'est aider le monde dans son évolution »

Ce fut mon deuxième enseignement.

Toutes les religions du monde sont remplies de rituels. Ils sont l'école primaire de la spiritualité. Mais l'Inde, depuis des millénaires est prisonnière de ses rituels.

Par soumission, les enfants touchent les pieds de leurs parents, les disciples touchent les pieds de leur Maître.

Lors de ma première réunion, seul au milieu d'une centaine de disciple, j'étais pris dans le courant du départ et chacun touchait les

pieds du maître. Il me toucha le coude en souriant et dit : « ce n'est pas nécessaire... »

Ce fut mon troisième enseignement : les rituels n'ont aucune valeur spirituelle.

Depuis ce jour, toute sa vie, il chercha à balayer tous les rituels ; il le fit sans jamais imposer sa volonté, mais avec douceur, avec sérénité.

« Tous nos défauts ne sont que des rituels de notre nature inférieure. »

Ce fut son quatrième enseignement.

Puis ce fut l'exemple de sa propre vie, son indifférence totale de l'argent, au confort de sa vie quotidienne.

Il y eut la mort de Varadachari, son disciple préféré, la rencontre avec Charma, la construction de l'ashram, enfin, sa venue en Europe après quelques hésitations.

Enfin, il y a eu son comportement en France où je le menais à la rencontre de l'Occident et de toutes ces turbulences, montant au sommet de la tour Nobel, à la Défense, avec Paris à ses pieds, passant sa première nuit dans un monastère catholique, assistant à un office à Notre-Dame de Paris avec une méditation amenée chez le Docteur Tomatis et à la Société Théosophique.

Tout était pour moi un enseignement permanent.

« Si je rencontre un musulman, je cherche à le rendre encore plus musulman... »

Il y eut aussi, plusieurs voyages en France, Allemagne, Angleterre, Danemark. Partout il restait dans un plan au-dessus du quotidien, disponible et transparent, transmettant son état de sérénité.

À qui voulait le percevoir, son enseignement était permanent.

Un jour, dans sa propre maison de Shahjahanpur, ces deux nièces me demandèrent un *sitting*... Ne pouvant accepter en ce lieu, j'allais le trouver. Mais il me répondit presque brutalement : « mais pourquoi me le demander ?... Faites-le ! »

Il voulait me rendre libre dans mes décisions et responsable dans mes actions.

Ce fut son dernier enseignement, mais ce ne fut pas sa dernière transmission.

Je le revis dans l'hôpital de délits, quelques jours avant son grand départ. Ne parlez plus mais son regard était d'une lucidité totale. Je revoyais le souvenir de son dernier voyage à Paris, fait trois mois plus tôt.

Fatigué, malade, il avait voulu absolument revoir à Paris, les différents endroits que je lui avais montrés.

Je pouvais percevoir en lui, la vision de tout cet Occident qu'il avait découvert et de tout le travail que pouvait représenter un épanouissement de la spiritualité au milieu de la confusion de notre monde actuel...

... Et ce fut sa dernière transmission.

---

Mais que dire de son « Darshan » ? Je pouvais le percevoir tout au long de nos contacts, tout au long de sa présence.

Nous ne sommes plus, maintenant dans le même plan.

Cependant, il ne suffit de penser à lui pour le percevoir à nouveau.

---

## L'enseignement de Ram Chandra Le Sahaj Marg (la voie simple)

C'est, en effet, une voie simple ; la difficulté est de la suivre.  
Elle comporte cinq points ; Les cinq doigts de la main.

Son enseignement nous évitera de dire un jour, devant le gâchis de la vie : « si j'avais su... » Il nous apprendra à créer toute une harmonie en nous et autour de nous.

Voici un rappel de ces cinq points :

- 1°) La prière : Pour le peuple indien, elle est indispensable.  
Ce mot peut heurter l'esprit occidental. Il suffit d'en prendre l'état d'esprit : humilité et réceptivité.
- 2°) Cleaning : C'est le dépoussiérage intérieur.
- 3°) Méditation : Présence intérieure de notre témoin silencieux.
- 4°) Transmission : L'énergie de vie, transmise ou reçue.
- 5°) Souvenir Constant : Le maintien de ce courant de vie.

L'ensemble représente une structure abstraite que l'on peut retrouver tout au long de notre vie en voici trois exemples :

- Plan physique : Je veux planter des arbres sur un terrain :

- 1°) J'espère que le temps me sera favorable.
- 2°) J'enlève les broussailles inutiles.
- 3°) Je ratisse soigneusement le terrain.
- 4°) Je dois transmettre à la terre, l'engrais et les plans.
- 5°) Je reste attentif à la poussée des arbres.

- Plan mental : Je viens dans une salle de faire un exposé :

- 1°) « Je vous prie de faire silence... »
- 2°) J'observe si le silence est effectif.
- 3°) Je me recueille intérieurement sur mon sujet.
- 4°) Je vais transmettre ce que je sais.
- 5°) Je reste disponible pour tout exposé futur.

- Plan spirituel : Notre réunion dans le désert glacé de la vie.
- 1°) J'espère qu'il fera beau chacun apportera son bois.
  - 2°) On prépare l'espace, on allume le feu.
  - 3°) Nous nous réchauffons tous autour de ce grand feu.
  - 4°) Chacun sans naître en lui une amitié débordante.
  - 5°) Nous préparons déjà, notre prochaine réunion.
- 

... Et dans les plans au-dessus ?... Il nous suffira, sans doute utiliser le même schéma. C'est, pour moi une évidence. Mais je voudrais encore ajouter quelques mots sur Ram Chandra, cet être exceptionnel qui fut un grand gourou.

Sa vie aussi fut exceptionnelle.

Il est né à Shahjahanpur qui n'est qu'un gros village à l'écart des grands chemins et de tout modernisme. J'ai été, sans doute, le premier occidental à être vu dans cette ville et c'est pourquoi j'étais un objet de curiosité.

C'est la publication de son livre, « l'aube de la réalité », qui a attiré l'attention de Varadachari, un professeur d'université de grande renommée. (Il avait décliné l'offre faite par l'Unesco de prendre en main la direction d'Auroville).

Tous deux firent équipe. N'avait-il plaisir à écouter Varadachari auprès de Ram Chandra qui restait silencieux ; Il n'était pas bon orateur et sa voix ne portait pas. Sa présence suffisait...

Mais deux ans après, Varadachari devait mourir et tout fut remis en question. Après sa venue en Occident, il laissa la mission s'orienter librement. Son refus d'imposer était permanent.

Il se retrouvait seul et sa vie de famille ne fut d'aucun secours, bien au contraire. Mais, à nouveau, sa présence suffisait.

---

Parfois, dans mes pensées, je le revois, souriant dans sa sérénité.  
Mais que valent les réponses aux questions que je pose ?...

Si nous avions des réponses à toutes nos questions, l'Univers  
n'aurait plus de raison d'être.

En revenant sur terre, ton devoir est de prendre sur tes épaules la  
juste charge que tu peux porter.

La lumière n'est que le reflet de toutes les lumières qui  
t'entourent. Il en est de même de tes pensées.

Il y aura le silence dans le silence ; alors les mots perdent leur  
sens.

Mais revenons sur terre où tu m'as posé des questions. À mon  
tour de t'en poser une :

« Quel est ton état d'esprit quand tu t'interroges sur l'exemple de  
ma propre vie ? »

---

Ici se termine mon dernier exposé sur notre gourou Ram  
Chandra et sur le Sahaj Marg.

---

## Message: Basant Panchami 1999

(126ème anniversaire de la naissance du Révéré Adi-Guru du Sahaj Marg)

La pratique spirituelle, comme toute autre activité, est exposée au double danger de négligence et de complaisance. D'une part, elle peut être considérée comme superflue et donc ignorée. D'autre part, elle peut devenir top ritualiste et par conséquent inutile. Demeure donc le besoin d'une vigilance et d'un guidage constants pour son développement juste et adapté, en vue d'une vie saine et significative aussi bien pour l'individu que pour la communauté sociale.

Pour commencer, nous devons être très clairs quant au pourquoi, quand, où et comment de l'activité spirituelle. Il ne suffit pas de continuer à faire quelque chose parce que c'est une mode ou une tradition. Nous devons nous demander ce qui nous convient et quels sont nos besoins et nos aspirations, ici et maintenant. C'est bien le moins que nous nous devions à nous-mêmes. C'est ainsi que nous en venons à accepter la réalité de l'âme et de Dieu, au-delà du corps et du mental, comme l'essence subtile au cœur même de notre existence fondamentale.

La réalité de l'entité spirituelle, au-delà du corps et du mental, est une expérience vécue par chaque être humain durant le sommeil profond naturel, au-delà des états de veille et de rêve de la conscience. Cette essence indéniable de notre entité individuelle demande à être réalisée par la pratique de la méditation, qui est la seule façon d'arriver à cette paix et cette sérénité constamment présentes au cœur de tout le tumulte de la vie et du monde. C'est ce qui constitue la base de la pratique spirituelle.

La méditation a besoin d'un juste guidage, à beaucoup de points de vue, afin d'être l'instrument de progrès dans le domaine spirituel de tranquillité subtile, sans tensions, menant à une vision intuitive de la Réalité telle qu'elle est. Le caractère de nouveauté de ce domaine exige invariablement l'assistance d'un instructeur, c'est-à-dire d'un Maître, lequel doit d'abord avoir parcouru le chemin, dont il connaîtra tous les méandres et, aussi, avoir acquis la capacité d'aider les autres sur la voie, encore et toujours, jusqu'au but.



Une qualité spéciale pour un guide compétent, dans ce domaine, est d'avoir la capacité et la technique de communiquer au disciple/pratiquant dont il a la charge la sensation des états spirituels, grâce à l'exercice d'une force de volonté sans force et sans qu'il s'agisse d'un pouvoir hypnotique. Cette capacité et cette technique se nomment transmission spirituelle: celle-ci est d'une grande signification et peut plus ou moins se comparer à l'enseignement d'un maître dans la plupart des autres domaines de l'éducation et de l'entraînement.

La spiritualité et la Vidya Brahma ont fait l'objet d'un intérêt constant et d'une exploration continue tout au long de l'histoire humaine, en particulier sur le sol Indien, et dans différents systèmes. Des Maîtres capables, pas seulement en Inde, ont élaboré et propagé leurs systèmes de théorie et de pratique pour le développement spirituel de l'individu et de la société, avec plus ou moins de clarté, se consacrant à ce domaine spécial de connaissance et de réalisation pratique que l'on nomme spiritualité, religion, philosophie, etc..

A proprement parler, la spiritualité devrait et doit maintenant être traitée comme une science à part entière, comme l'ont été les autres sciences, qu'il s'agisse de la physique, de la chimie, de la biologie ou de la psychologie, au cours de l'histoire de leur développement.

Chaque science, telle qu'elle est établie et connue aujourd'hui, a dû lutter contre la religion, la philosophie et le mysticisme -- lesquels ne sont d'ailleurs ni méprisables ni inappropriés. Cependant, les sciences ont leur cours défini de développements indépendants. C'est ainsi que les dix-huitièmes, dix-neuvième et vingtième siècles de l'ère chrétienne sont connus et désignés respectivement comme étant les siècles de la physique, de la biologie et de la psychologie. Et c'est ainsi que le vingt-et-unième siècle sera celui de la science spirituelle.

La renaissance de l'actuelle ère spirituelle a été inaugurée par Swami Vivekânanda, au début de ce siècle qui arrive maintenant à sa fin. La première moitié de ce siècle a vu l'émergence d'un système issu de la tradition Sufi, mais bien imprégné de l'essence fondamentale de la tradition spirituelle à travers les âges de l'histoire de l'humanité par son fondateur, dont nous célébrons aujourd'hui l'anniversaire de la naissance en ce début de printemps dans

l'hémisphère Nord de notre planète. La deuxième moitié du vingtième siècle a vu ce système se préciser et se mettre en place sous le nom de Sahaj Marg, que lui a donné son fondateur, issu de la lignée des Maîtres de cette grande tradition.

Maintenant, à l'aube du troisième millénaire du calendrier Chrétien, nous tous qui révérons le fondateur du système Sahaj Marg de théorie et de pratique Yogique devons à sa mémoire sacrée, durant cette année du centenaire de sa naissance et par la suite, de contribuer à la préservation et à l'avancement du don qu'Il nous a fait et de cette tradition, c'est-à-dire à l'établissement de la spiritualité comme une science à part entière. Toutes les sciences, ainsi dénommées, sont imparfaites et, après ultime analyse et synthèse, seul l'Ultime Transcendant demeure parfait, que nous l'appelions Dieu ou que nous lui donnions un autre nom. Amen!

Présentation: Dr. S.P. Srivastava  
Lakhimpur-Kheri - 26701 INDE

22 janvier 1999 (Basant Panchami : Samvat : Shak - 1861, Viframi - 2055)

André Poray  
Ingénieur  
Chemin des Folies  
83330 Le Beausset, France

Le 5 août 1984  
(Réponse à votre lettre du 23 juillet)

Chère Sœur Kasturi,

“Namasté” et tous mes remerciements pour votre affectueuse lettre. Mon anglais n’étant pas très bon, vous devrez excuser mes erreurs. Mais nous avons eu, vous et moi, autour du Maître, tant de contacts, aussi bien avec des mots qu’en silence, que je parlerai avec mon cœur.

La démission que j’ai donnée (qui n’a pas été acceptée par les membres du Comité) ne signifie pas que je ne travaille pas pour le Maître. Je donne toujours des conférences sur la spiritualité en France et en Espagne, sans jamais manquer de placer le Maître au premier plan. Je ne me sens pas trop vieux pour ce travail. J’ai toute ma vie été dans l’esprit de “Kshtriya”, pouvant donner pour le Maître des conférences en France, en Suisse, en Italie, en Espagne et au Québec. Mais je suis trop vieux pour me battre dans l’aspect politique qu’a pris la Mission en Inde et en Europe.

Master est venu à Paris en 1982 avec une déclaration élaborée qui mettait tout en ordre pour 4 ans. Il a demandé à Reddy et moi de la lire à voix haute dans le hall de méditation et de Lui donner la confirmation que cela avait été fait. Mais quand je lui demandai “que penser de l’avenir de la Mission ?”, il demeura silencieux. Six ans auparavant, je lui avais posé la même question et il m’avait alors dit : “J’ai fait le choix de cinq personnes dont quatre sont déjà sélectionnées, à savoir Chari, Kasturi, Sarnad, Rao. J’attends maintenant la cinquième”. Mais tant de choses ont changé depuis.

J'ai dû donner ma démission parce que je dépendais seulement de Master et je voulais laisser les membres du Comité libres dans leurs décisions.

Pour moi, Master avait dit que désormais, nous étions tous directement reliés à Lui et il n'y avait donc pas besoin de nommer un représentant.

Pour moi, il en est ainsi. Je ne peux pas placer quelqu'un sur le siège du Maître parce qu'Il est toujours là, dans mon cœur. Mais chaque abhyasi est libre si son cœur reste vide.

Selon mon espoir -- ou mes rêves -- nous avons juste besoin d'un comité de direction pour maintenir l'ordre et l'amitié autour de la lumière du Maître.

Tous Ses enseignements sont déjà dans Ses livres, toute son influence dans Son Ashram, tous les abhyasis autour de Sa lumière, et nous pourrions nous tenir par la main comme de vrais frères, étant les fils du Maître, et personne ne dirait : "Je suis".

Mais vous savez ce qui est arrivé et mon cœur se brise quand je vois le résultat de tout le travail du Maître.

Mais comme il aurait été facile pour le comité de direction de dire que, depuis la déclaration de Paris, le Maître étant unique, personne ne pouvait être Son représentant.

Durant le travail pour la Mission, nous avons toujours progressé dans la même harmonie entre le comité de direction, les précepteurs et les abhyasis.

En France, durant ces dernières années, outre celle du Maître, nous avons eu la visite de plusieurs frères de l'Inde -- Chari, Sundara, Vous, Rao, Srivastava -- et, par Sa Grâce, tout était toujours si harmonieux entre tous ces frères

Mais maintenant, où sommes-nous ? Juste perdus dans nos désirs.

En France aussi, tous se sont engagés sur la voie politique. Et je ne veux pas ici m'engager dans leurs discussions. J'ai dit que c'était un problème Indien et que nous n'avions pas à nous en mêler. J'espère

que la Célébration de l'Anniversaire de la Naissance du Maître sera un grand succès, grâce à une parfaite harmonie entre tous les abhyasis.

Mais si je retourne un jour en Inde, ce sera pour aller à la maison du Maître, à Son Ashram qui est le résultat de Son travail de tant d'années, pour y retrouver amitié et harmonie entre tous les abhyasis.

Je ne sais pas et Il sait. Mais en tout cas, je ne me sentirai jamais seul parce que la lumière du Maître est toujours dans mon cœur et je suis toujours débordant d'amour pour tous les précepteurs et tous les abhyasis parce qu'ils sont la réflexion de Sa lumière.

Veillez excuser ma longue lettre et mon anglais plus ou moins bon, mais je reste affectueusement vôtre.

André Poray

André Poray  
Ingénieur  
Chemin des Folies  
83330 Le Beausset, France

Le 2 août 1985

Cher frère Chari,

C'était si gentil de votre part de venir me voir à la clinique avec votre femme. Nous n'avons pas pu déjeuner ensemble, mais j'espère que nous le ferons la prochaine fois. C'est le chirurgien qui était le Maître de mon programme. Il m'a donc ouvert le rein pour en sortir 6 pierres indisciplinées. Etant maintenant sorti de ces problèmes, j'ai pu reprendre mes activités.

Sans aucun doute, vous faites du très bon travail en Occident. Ce travail était nécessaire et vous êtes le seul qui puisse le faire. Vous connaissez parfaitement la mentalité des Occidentaux et vous êtes venu tant de fois en Occident. (Vous rappelez-vous la première fois que vous êtes venu à Paris ?)

Mais en Inde, la Mission Ram Chandra est devenue un champ de bataille. Si j'ai donné ma démission, c'est parce que, ayant des amis des deux côtés, je pouvais voir que c'était juste un problème Indien dont il fallait attendre la fin. Mais nous n'en voyons pas la fin. Mon espoir est qu'un jour, tous les abhyasis se rencontreront à nouveau comme des frères dans l'Ashram de Shahjahanpur qui était si important pour le Maître. Mais maintenant ?

Puis-je faire une suggestion ? En spiritualité, je pense que dans quelques années l'Occident sera plus important que l'Inde. C'est pourquoi, en tant que "Secrétaire de l'Outremer", vous pourriez dire : "Un Président de la Mission Ram Chandra doit maintenant l'être pour quelques années" car, pour garder l'harmonie dans un groupe, le changement est nécessaire. Dans le Rotary International, le Président est nommé pour un an, dans la franc-maçonnerie pour deux ans, et pour trois ans dans un monastère Tibétain

Je pense que c'est la seule façon de rétablir l'harmonie au sein de la Mission Ram Chandra.

En tout cas, je demeurerai comme un simple abhyasi, avec le Maître dans mon cœur. Cette lettre est juste entre vous et moi et j'espère que vous l'accepterez comme venant de l'un de vos vieux frères. Je peux, si vous le souhaitez, suggérer la même chose au frère Srivastava, mais c'est à vous d'en décider.

Quant aux lettres du Maître, que vous voulez rassembler, je pense ne pas pouvoir les envoyer à l'Ashram de Shahjahanpur.

Affectueusement à vous jusqu'à la fin de ma vie.

André Poray

## Lettre d'André Poray

Lue à l'occasion de la célébration du 85e anniversaire de la naissance  
du révérend Maître à Shahjahanpur Avril 1984

Respect et amour à notre Maître,

En ces jours, je suis de tout cœur avec vous tous, chers frères, dans cet Ashram que notre Maître a voulu et a pu créer sur le plan matériel comme sur le plan spirituel.

Son enseignement est toujours là, dans Ses livres, à notre portée. Quand nous pouvions Le voir, Il était la lumière et nous étions la réflexion de Sa lumière.

Pour ceux qui peuvent encore Le sentir, Il est toujours la Lumière Divine. La lumière est silence. Il n'y a pas besoin de mots, de pamphlets ou de propagande pour la révéler. Sa lumière remplit Son Ashram comme elle remplit nos cœurs parce qu'Il est relié à chacun d'entre nous. En dehors de cela, de quoi pouvons-nous avoir besoin ?

Si une hiérarchie sociale est utile pour maintenir ordre et discipline, il n'y a pas de place pour le bruit et la vanité tournant autour d'une hiérarchie spirituelle. Comme Arjuna dans la Bhâgavat Gîta, nous devons apprendre qu'il faut nous battre quand c'est nécessaire. Personne ne peut prendre la place du Maître. Ce n'est pas possible.

Tous les problèmes et l'inconfort auxquels certains abhyasis sont maintenant confrontés font partie de l'enseignement. Ils doivent donc être surmontés, avec notre aide si nécessaire.

Nous pourrons alors nous retrouver dans la fraternité de la Mission, essayant de toujours être la réflexion de Sa lumière en sachant, en toute humilité, que Lui seul et personne d'autre est la Lumière Universelle.

Je me prosterne devant Lui, comme je me prosterne devant vous tous parce que Sa lumière est dans vos cœurs.

André Poray,  
Sanary, France



# Souvenir du Maître

Par André Poray, Sanary, France

“Le jeu des questions et des réponses peut se poursuivre indéfiniment... mais aimeriez-vous essayer ? “

C'est la première phrase que j'ai entendue de notre Maître, comme en réponse à l'une de mes questions.

C'est à Madras, en avril 1967, que je me suis rendu à la Mission. Pour mon premier Satsang, j'étais le seul occidental parmi 200 disciples. Je ne connaissais pas encore la coutume Indienne qui consiste à aller toucher les pieds du maître à la fin de la méditation. J'avais donc parmi la file des disciples en pensant à cette forme de dévotion que nous ne connaissons pas en Occident. Alors que je me penchai vers Lui, Il me toucha l'épaule et dit en souriant : “ce n'est pas nécessaire”. Bien entendu, je Lui touchai néanmoins les pieds mais compris que, pour Lui, l'état d'esprit était plus important que le geste ou les mots.

Avant la construction de l'Ashram, j'ai eu la chance de passer chaque année quelques jours dans Sa maison. Un jour, deux jeunes femmes qui se trouvaient là me demandèrent de leur donner un sitting. Très troublé par cette demande faite dans la maison même du Maître, j'allai Lui demander son avis. Sa réponse fut immédiate : “Pourquoi me le demander ? Faites le”. Plus tard, comme je le consultais sur certains de mes problèmes en Occident, Il me donna la même réponse. J'ai compris que c'était sa manière de nous rendre adultes face à nos responsabilités en nous donnant l'énergie nécessaire pour accomplir Son action.

Le Maître s'inquiétait des moindres détails. J'en ai de nombreux exemples. Un jour à Sanary, l'un de mes livres en anglais attira Son attention. Je le Lui donnai.

Il sortit mais revint quelques instants plus tard : “Votre nom est écrit sur la première page. Veuillez écrire que vous m’avez donné ce livre”.

Un certain Mr. Sharma est bien connu comme guide à Vârânasî. Il est depuis 25 ans mon frère spirituel. J’ai réussi à l’amener quatre ou cinq fois à Shahjahanpur et le Maître l’aimait beaucoup. Sharma demeurait fidèle à Kali dont il était un disciple et qu’il adorait dans sa maison. Il y a quelques années, le Maître a dit à Sharma : “Un jour, vous oublierez l’image de Kali». J’ai revu cette année Sharma qui m’a dit : “Je ne pratique plus le service de Kali et j’ai oublié son image”.

## Enseignements du Révéré Maître

Discours de Frère André Poray, de France, au Satsang de Dharwad  
Le 21 mars 1987

Je commencerai par remercier le Maître et le frère Ragavendra Rao, grâce à qui j’ai pu venir vous parler ici, ainsi que vous tous. A vrai dire, le chemin de la spiritualité n’est pas facile. Nous devons l’emprunter avec un esprit tranquille, sans inquiétude, sans hâte. Et nous devons comprendre que c’est la totalité de notre vie. Or, en général, les gens dans ce monde considèrent la spiritualité comme un petit chemin dans leur vie. En d’autres termes, c’est notre vie qui est spiritualité. Comment ai-je commencé à prendre ce chemin (le Sahaj Marg) ? Quand j’avais 11 ans, je commençais à me poser des questions. La première était sur le sens de la vie, ce que je fais sur cette terre, et ainsi de suite. A cette époque, je lisais aussi des livres sur la philosophie et la religion en essayant de comprendre, de voir de quelle manière l’homme se tourne vers la spiritualité. C’est ainsi que j’appris à connaître l’Egypte et la Grèce antiques et que, bien entendu, j’entendis parler de l’Inde. Entre l’âge de 30 à 45 ans, je fis dix fois le voyage en Inde, au Pakistan, au Népal, au Sikkim, au Vietnam et à Campuchia pour rechercher les vraies racines de la spiritualité, celles qui pourraient me satisfaire.

Je n'arrivais pas à les trouver car il y avait toujours des rituels, des prières, et je cherchais toujours ce qui se trouve au-delà. J'étais un jour à Madras, près de la plage de la marina et d'un petit village de pêcheurs .Il y avait là un homme qui vendait des bonbons et deux petits garçons qui le poursuivaient. Je demandai au vendeur de leur donner des bonbons. Après quoi, deux autres garçons arrivèrent, puis deux autres encore, puis tous les petits garçons du village. Je demandai alors au vendeur le prix de tous ses bonbons, les achetai et les distribuai aux garçons. Le vendeur était bien entendu très satisfait, mais d'autres garçons arrivaient encore, m'entourant en me demandant des bonbons, tirant sur mes vêtements. Me trouvant dans une situation plutôt délicate, je cherchai alors un taxi pour m'éloigner de cet endroit. Voyant une voiture de couleur noire, ce qui est en général la couleur des taxis, je levai la main et courus pour sauter dans la voiture. Mais une fois à l'intérieur, je m'aperçus que ce n'était pas un taxi. Le conducteur me demanda cependant où je voulais qu'il me dépose. Voyant la situation dans laquelle je me trouvais, il s'était arrêté bien que n'étant pas un taxi. "Où allez-vous ?" me demanda-t-il. "Je ne sais pas", lui dis-je. "D'où venez-vous ?"ajouta-t-il. "De Paris, c'est-à dire de Paris à Delhi, puis à Madras et, de là, à cette plage"

"Et comment pouvez-vous dire que vous ne savez pas où aller ? Voulez-vous voir un médecin ? " Je lui répondis : "Non, je n'en ai pas besoin. Le médecin ne connaît pas le mal dont je souffre. J'ai la maladie de la spiritualité. Savez-vous où elle se trouve et pourquoi ne faites-vous pas quelque chose ?" Alors il me dit : "Je connais beaucoup de gens ici" et il m'emmena chez un avocat qui me parla de spiritualité pendant cinq minutes. Il me dit : "Que recherchez-vous ?" Je répondis : "Je cherche quelque chose au-delà des rituels". Mais, me dit-il, les rituels sont nécessaires. C'est comme demander à un homme de ses nouvelles, des nouvelles de sa famille, de ses enfants, etc... C'est par là qu'il faut commencer et c'est ce à quoi servent les rituels. Puis nous allâmes voir le marchand de journaux qui me dit : "les rituels ne sont pas nécessaires mais les pensées sont essentielles. C'est le cas pour notre journal". Alors mon ami me demanda : "êtes-vous satisfait ?" Je lui dis : "non, je ne suis pas satisfait", car mon problème n'était pas résolu. Il me dit alors qu'il connaissait certains endroits où l'on pratiquait la méditation. "Voulez-vous y aller ?" me demanda-t-il. Je répondis par l'affirmative et il m'emmena chez un

précepteur de notre Mission, lequel me donna un sitting, puis le livre “L’Aube de la Réalité” et me dit : “Mon Maître sera ici dans six mois. Pourriez-vous revenir pour le voir ?” Je répondis : “Oui, je viendrai”. Je revins donc six mois plus tard et pus alors rencontrer notre Maître, Shri Ram Chandra Ji de Shahjahanpur. C’est ainsi que les petits garçons du port de pêche m’amènèrent jusqu’à notre Maître. C’est assez amusant. Je demandai au Maître : “quel est votre enseignement ?” Il répondit : “Voulez-vous essayer ?” Je lui dis : “d’accord”. J’avais des livres de Vivekânanda et de Ram Krishna. Pour moi, le Gourou devait être un homme grand et fort, aux yeux lumineux, etc., car telle était l’image du Gourou que me donnaient les livres. Or, le Gourou que je rencontrais n’était pas du tout conforme à cette image. Quand le soir, au crépuscule, je sortais pour faire un tour, je vis une statue. Elle ressemblait à notre Maître. Oh, me dis-je, c’est le Maître. En fait, c’était la statue du Mahatma Gandhi. J’allai trouver notre Maître, lui touchai les pieds et lui demandai “m’accepterez-vous comme disciple ?” C’est ainsi que tout commença. J’eus un très bon contact avec notre Maître. Lorsque je revins la fois suivante, nous allâmes avec le frère Parthasarathy et le Maître dans certains lieux tels que Salem et Madurai pour y rencontrer quelques abhyasis. Au cours de ce bref voyage, j’eus deux expériences importantes avec le maître. A Salem, nous étions assis autour du Maître, attendant qu’Il dise “Commencez la méditation”. Quelques minutes se passèrent et, au lieu de prononcer ces mots, il se leva pour aller s’asseoir derrière le dernier abhyasi et dit alors : “veuillez commencer”. Nous eûmes une merveilleuse méditation. Lorsque nous sortîmes, nous demandâmes à Babuji la raison pour laquelle il s’était levé pour aller s’asseoir à l’arrière. Il nous dit : “Lalaji était là. Nous avons eu un sitting avec Lalaji”.

A Madurai, le Maître nous parla quelque temps, puis il me demanda : “Savez-vous que la transmission passe aussi par les yeux ?” Je répondis : “je ne sais pas”. Babuji me dit : “voulez-vous en faire l’expérience ?”, ce à quoi je répondis : “oui, bien sûr». Je restai donc assis devant le Maître pendant 3 à 4 minutes. Ses yeux brillaient, remplis d’amour, si beaux; son regard n’était ni fort ni hypnotique et je pus en recevoir facilement la grâce. Le Maître ne parlait pas beaucoup et son visage restait sans expression. Pourtant en une autre

occasion, chez Lui il y a dix ans, alors que je me trouvais auprès de Lui à Shahjahanpur, nous attendions l'arrivée du Dr. Varadachari pour le Basant, mais il ne put pas venir pour cause de maladie. Le lendemain, un télégramme arriva, disant qu'il était hospitalisé. Après avoir lu le télégramme, le Maître demeura calme et serein, regardant l'infini. Le jour suivant, un autre télégramme nous informait que le Dr. Varadachari était placé sous oxygène. Puis, le jour suivant, un nouveau télégramme disait : "vos prières peuvent nous aider". Là encore, le visage et les yeux du Maître demeurèrent sans expression. Un peu plus tard, un dernier télégramme arrivait, disant que le Dr. Varadachari n'était plus. Certains abhyasis pleuraient, mais le Maître demeurait calme et serein. Son visage ne montrait aucun changement. Le lendemain, le Maître nous dit : "tout s'est bien terminé pour le Dr. Varadachari".

Tel était le merveilleux enseignement du Maître. Un Yogi ne doit pas avoir d'impressions. Je crois que c'est ainsi que fonctionne la Nature. Les impressions viennent de soi-même et non de la Nature. Dans le travail que j'accomplis en Occident pour faire connaître les enseignements du Maître, tout n'est pas toujours facile, car l'Occident n'est pas comme l'Orient. En Inde, il est aisé de trouver des gens qui suivent une religion et si on leur demande comment ils adorent Dieu, ils répondront en citant Shiva, Krishna, etc... Il leur est donc facile d'avoir un contact avec la spiritualité, mais ce n'est pas la même chose en Occident. J'expliquai donc au Maître combien il est difficile de parler de spiritualité. Le Maître me dit : "vous devez commencer à partir du point où ils se trouvent et je vais vous raconter une histoire à ce sujet. J'ai rencontré à Bombay un médecin qui m'a dit qu'il avait une sœur qui lui faisait de la peine. Elle vivait dans un petit village où elle était confite en dévotions, priant et pratiquant régulièrement, aidant les pauvres; etc... Elle était vraiment merveilleuse. Durant la saison des pluies, les eaux de la rivière avoisinante montèrent au point de menacer le village. Sa sœur dit alors qu'elle allait prier pour que l'eau n'atteigne pas le village. Toutes les femmes du village prièrent avec elle, mais l'eau atteignit quand même le village qui fut à moitié détruit. Comment cela est-il possible, se demanda-t-elle ?

Toute ma vie, j'ai prié Dieu, faisant mes dévotions, aidant les pauvres, et quand je lui ai demandé quelque chose, Il ne m'a pas répondu. Je ne crois donc plus en Dieu". Je lui ai alors dit que j'aurais

pu parler à sa sœur et lui dire : “le but de l’eau est de couler du haut vers le bas, car telle est la loi universelle. Pourquoi vouloir, en priant Dieu, changer les règles de l’univers pour un petit village ?” Ce qu’elle aurait dû faire, c’était de prier Dieu pour lui demander de lui donner une solution pour arrêter l’eau. Elle aurait alors compris qu’en accumulant des pierres et des sacs de sable, il aurait été possible de construire un barrage pour éviter la catastrophe.

Il y a quelques jours, je suis allé rendre visite au Dr. Jajodia à Bombay et lui ai demandé si ses deux fils étaient dans le Sahaj Marg. Il me répondit : “Non, ils ne veulent pas”. J’allai ensuite demander aux garçons, tous deux étudiants à l’Université, pourquoi ils refusaient de se joindre au Sahaj Marg. Ils me répondirent: “Vous, dans le Sahaj Marg, commencez avec la foi tandis que nous commençons avec le scepticisme. Nous ne pouvons donc pas vous suivre”. Alors je leur dis : “Si vous voulez, nous pouvons commencer à partir du scepticisme et je suis sûr que nous finirons par atteindre la voie du Sahaj Marg”. C’est bien entendu facile à savoir, parce que nous commencerons à partir du niveau physique. Si vous êtes physiquement stable, votre mental sera stable. Avec un mental stable, vous atteignez la méditation. Je vous le dis en quelques mots mais il vous faut les absorber lentement pour les accepter.

Je vais maintenant arriver à la fin de mon histoire. C’est quand le Maître était à l’hôpital à Delhi et que je suis allé le voir juste un mois avant qu’il ne parte en Maha Samâdhi, une fois avec Umesh, et une autre fois avec Sarnad. Tous les abhyasis restaient à l’extérieur. Je pus alors revoir le Maître. Il ne pouvait pas parler mais, bien entendu, il y avait Ses yeux. Cette fois encore, mes yeux étaient dans Ses yeux qui me donnèrent une merveilleuse transmission pendant quelques minutes.

J’ai ensuite réfléchi à la voie que nous devons suivre. La chose la plus importante est l’Ashram et les enseignements du Maître. Un jour où je me trouvais à Shahjahanpur, nous étions assis le Maître et moi dans un rickshaw pour nous rendre à l’endroit où Il voulait construire l’Ashram. Il me dit alors: “c’est mon devoir et je dois le faire”.

Il fallut plus de trois ans pour construire l’Ashram et lorsqu’il fut achevé, le Maître a dit : “je suis libre maintenant”.

J’ajouterai juste quelques mots au sujet du Seigneur Bouddha. Au moment où Il allait mourir, Ananda pleurait et Il lui demanda :

“pourquoi pleures-tu ?” Ananda dit : “Vous allez nous quitter, c’est pourquoi je pleure”. Bouddha lui dit alors: “tu ne devrais pas, tu as mes enseignements et tu n’as qu’à les suivre. C’est tout ce que tu as à faire”.

Il en est de même quand je pense au Maître. Il nous a donné des enseignements merveilleux et nous n’avons qu’à les suivre. Le Christ a dit à ses disciples : “si deux d’entre vous se réunissent pour parler de moi, je serai avec eux”. C’est ce que nous pouvons dire au sujet de notre Maître. Il est toujours parmi nous. Finalement, je me souviens du Maître et de ses enseignements. A chaque fois que je regarde ma main, j’en tire une inspiration. Il y a cinq doigts dans une main, et nous avons cinq devoirs à accomplir. Le pouce me rappelle le non-attachement, et les quatre autres doigts me rappellent le cleaning, la méditation, la prière et le souvenir constant.

Les cinq doigts sont reliés à ma main. J’irai donc d’un point à l’autre, et ainsi de suite. Lorsque je regarde ma main, je vois tous les enseignements du Maître. Bien entendu, ma main est toujours avec moi, et elle est reliée à mon cœur. C’est ainsi que les enseignements du Maître sont toujours avec moi et j’espère qu’il en est de même pour vous tous.

Merci.

## Méditation et transmission

Ram Chandra disait : « je ne veux pas faire de vous des moutons. Je désire faire de vous des lions ».

Nous avons tout le désir d'avancer sur le chemin...

Avancer au lieu de rester piétiner. Tant de gens restent piétiner et s'endorment.

Mais il se réveille trop tard et ne peuvent que dire : « Ah ! Si j'avais su !... »

Mais sur le chemin :

- le premier point est de se décider définitivement.
- Le deuxième point est : de trouver en soit la véritable « source d'énergie »

On découvre alors que l'on devient à l'image d'une montagne de granit que rien ne pourra entamer.

C'est à ce moment que l'on peut dire : « Je n'aurai plus jamais peur ».

La décision est prise de devenir un « éternel étudiant ».

Un étudiant est heureux de pouvoir recevoir et de pouvoir retransmettre ce qu'il a reçu et compris.

Il faut donc apprendre à être réceptif : « Vide ton verre et je le remplirai ».

Cela va de l'écoute attentive à la méditation profonde et à la « vacuité ».

Puis il faut apprendre à retransmettre...

Cela va de la parole logique cartésienne jusqu'à la transmission vibratoire et silencieuse.



C'est alors une partie de l'énergie cosmique qui crée tout ce qui existe dans le visible comme dans l'invisible.

On peut aussi l'appeler « le Créateur », ou Dieu ou Brahma...

Ce qui est « adoration » dans les plans d'en bas, devient « harmonisation » puis « immersion » dans les plans d'en haut.

Tout cela devient simple et la mort n'est plus qu'un simple détail du voyage.

André Poray

15 septembre 1998

## Le spectateur intérieur

Si mon courrier présent actuellement un peu de flottement, c'est qu'avec mes 91 ans je suis arrivé à un état particulier.

Je suis maintenant à l'âge des lassitudes. Mais oublis sont fréquents et ma mémoire n'est plus au rendez-vous.

Mon « spectateur intérieur » qui m'a toujours accompagné est devenu passif par une indifférence à un monde qui n'arrive pas à se définir devant l'évolution d'un Univers où tout est provisoire... Ce monde est à l'âge des incertitudes.

Mais il y a encore une autre raison.

Je suis délégué de ma propre motion d'ingénieurs et nous étions cent au départ.

C'était en 1927...

Les départs se sont faits assez régulièrement mais nous avons eu cinq blessés en 10 jours. Nous ne sommes plus que quatre survivants. Sur ces 4,3 seulement arrivent à aligner correctement leurs pensées... Et encore...

Tout cela nous oblige à réfléchir pour en tirer une conclusion.

Il est évident que je dois m'adapter à la pensée que mon départ est inévitable et que je souhaite le faire en toute sérénité.

J'ai donc réuni mon Comité intérieur et j'ai interpellé mon « spectateur » :

- « toi qui m'as toujours accompagné dans toutes les expériences de la vie, je n'entends plus ta voix ; serais-tu maintenant en chômage technique ? ».

Le « spectateur » m'a répondu : - « j'ai toujours marché à ton côté pour t'apprendre à retransmettre ce que la Vie t'enseignait mais tu vas changer de plan et les lois ne sont plus les mêmes ».

- « C'est un plan de silence et de vibrations. Mais comment décrire cet état de « spectateur » que nous allons quitter ».

Par un exemple simple en voici un :

Un paysan raconte un événement :

- « J'ai vu un jeune enfant battre un petit chien. Je me suis dit : « Tu ne peux pas laisser faire cela. Va lui expliquer... »

À qui a-t-il parlé. À son spectateur. Mais un nouveau spectateur arrive du plan du dessus : « As-tu dit ce qu'il fallait dire ? ».

Un autre « spectateur » peut encore intervenir pour juger ou généraliser.

Et nous voilà devant le temple de Borobudur, avec ses plans qui se succèdent et qui sont à notre image.

Mais ce « spectateur » ? Il est analogue à une locomotive qui remorque un train complet.

Mais peut-on aller plus loin ?

Oui, il est toujours possible d'aller plus loin.

La locomotive n'est qu'une manifestation de l'Énergie Universelle.

Mais nous allons dans l'inexprimable... Revenons à nos locomotives.

Il est évident qu'il y en a de différents modèles.

Chaque locomotive se met en servitude des wagons qu'elle remorque.

Ainsi : la Sexualité, l'Argent, la Soif de Pouvoir, la Notoriété ou même, pour « l'autre monde », le Salut de son Âme...

Quand tu t'apercevras que tout attachement est source de souffrance, que le non-attachement te laisse libre dans l'harmonie universelle, tu pourras vivre, à la fois dans la vacuité centrale de silence et de paix et dans sa périphérie de manifestations d'énergie.

Ainsi dit le « Spectateur » de notre vie quotidienne.

---

Je me retrouve avec mes 91 ans... Mon spectateur m'a laissé dans une totale sérénité.

Je reste disponible pour découvrir la suite de notre aventure.

S'il en a la possibilité je tâcherai de vous renseigner...

Il y a sûrement des prolongements aux amitiés.

C'est ce que je voudrais vous exprimer en cette fin de lettre.

Fraternellement

André

Mais qu'en est-il au sujet de Ram Chandra que j'ai eu la chance de rencontrer, connaître et aimer ? Car il était mon gourou...

Je lui ai offert la place de « Spectateur Ultime » et il a bien voulu accepter en me prodiguant son enseignement.

Puis le temps a passé. Il a voulu alors, me sortir de l'état de passivité où je m'étais installé comme « écouteur attentif ».

C'est pourquoi, il m'a dit un jour assez brutalement :

- « Pourquoi venir me demander ? Fait-le ! »

Il nous a quitté. Mais j'entends toujours, cette phrase qui rayonne de son visage souriant.

## Correspondance avec son frère spirituel Sharma

Mon cher et respecté frère de nombreuses vies, Sri André,

Mon pieu Namasté

16/4/98

Combien votre lettre m'a donné de joie ("Anand"), de savoir que vous ne m'avez pas oublié, moi qui habite à l'autre extrémité de ce monde. Dieu se souvient de moi à travers vous.

Votre ami d'Espagne vous adore. Je l'aime bien.

C'était très émouvant de lire que le désir qui tient au cœur d'André Poray est de se faire incinérer sur la rive du Gange dans la ville sainte de Kashi Vârânasî. Vous êtes béni d'avoir une telle pensée. C'est le meilleur désir du corps fait de chair et d'os.

Mais mieux encore est la grande sagesse que vous avez déjà acquise, où tous vos désirs se fondent en non désir, et vous êtes devenu à ce point sans désir qu'il ne reste aucune différence entre Dieu sans désir et André sans désir. Le Gange a atteint l'océan et il n'existe plus qu'en se mêlant à lui et en dansant avec lui.

Cher frère, peut-être ne nous rencontrerons-nous pas dans une naissance future, parce qu'il n'y a plus de désir pour nourrir la graine de notre naissance future, et même si nous devons naître à nouveau, nous nous rencontrerons comme deux hommes saints, vêtus du simple habit couleur saumon de l'ermitage sur la rive du Gange.

Votre frère  
N.K. Sharma

27 mai 1998

La connaissance peut être de trois types: 1) le connu, 2) l'inconnu, 3) l'inconnaissable.

Nous parlons de l'inconnaissable.

Lao-Tseu a dit: "Dès que vous dites la vérité, elle devient fausse".

Nous devons rechercher une vérité éternelle, qui soit vraie sur toutes les planètes. Et la vérité sur la lune diffère de la vérité sur notre globe.

L'esprit humain sonde ce qui peut être sondé, mais s'incline devant l'insondable.

Ainsi, notre effort pour connaître la vérité Réelle, la vérité finale, est comme avoir l'impudence de demander bêtement à un empereur: "Votre Majesté, êtes-vous riche?"

L'écriture Hindoue appelle Brahmeu l'élément Suprême, la Réalité Centrale -- Brahmeu et non Brahma. Brahmeu veut dire: se développer sans cesse depuis des temps immémoriaux et continuer à se développer dans l'avenir.

De là, quelle que soit la connaissance acquise, ce qui en reste demeurera Infini.

La vanité n'a aucune place dans la connaissance humaine. L'homme sage est donc toujours humble, parle peu, parce que l'Infini demeure toujours dans l'attente d'être connu.

Tout ce qui arrête notre progrès dans la transcendance est notre vanité.

Le fait de rester moralement discipliné n'apporte pas d'éclaircissement, mais n'en est qu'un préliminaire. Ne vous contentez donc pas du fait d'en savoir plus que la majorité pour vous arrêter en route. Non, l'inconnaissable est un chemin d'Infini, ce n'est pas l'affaire du mental, c'est l'affaire du cœur.

De se rendre compte simplement que l'inconnaissable est inconnaissable est déjà une grande chose. Nous ne pouvons pas saisir l'inconnaissable dans les limites de notre propre prison de connaissable.

Si l'esprit limité de l'homme est capable de dire: je sais maintenant ce qu'est Dieu, alors ce Dieu n'est pas Dieu, Celui de l'Univers et au-delà de cet Univers.

La vie est très simple. Elle doit suivre le chemin du "Sahaj Marg" - la voie facile. Nous ne devrions pas perdre inutilement notre temps limité de vie à compter notre âge à l'envers, en partant de 80, 79, 78 76, et ainsi de suite jusqu'à 0-zéro.

L'Inconnaissable, l'élément Suprême, ne peut pas être saisi par le mental qui est divisé en deux parties et emploie des adjectifs qualifiant des opposés: bien et mal, beau et laid, Dieu et Diable, vous et moi, mien et vôtre, etc... L'inconnaissable invisible peut être réalisé seulement à l'aide du cœur, où bat l'amour invisible.

L'amour est dans nos mains un pouvoir invisible à l'aide duquel nous pouvons réaliser l'Invisible suprême.

L'amour est une force envoyée du ciel sur la terre de telle sorte que la terre puisse rejoindre le ciel.

Nous avons un héritage divin et nous devrions nous en souvenir. Nous avons la possibilité d'être divins en atteignant les qualités divines qui sont latentes dans notre conscience.

Un homme n'est pas la construction de son père et sa mère, faite à l'aide d'un marteau et d'un ciseau. Le corps est une construction automatique, artistiquement réalisée par cet inconnaissable dont nous héritons.

Donc, pour réaliser Dieu, vous devez transformer votre mental, faisant en sorte que tout votre environnement devienne le règne du Divin, où vous accomplissez Son œuvre avec cette capacité qui vous est accordée comme un don.

Ne pensez pas que c'est vous qui faites le travail; il se fait à travers vous.

Adam et Eve ont mangé le fruit de la connaissance, défendu par Dieu dans le Jardin d'Eden, et ils furent chassés du paradis. Le mystère sous-jacent est que ce Jardin bénéficiait d'un environnement divin, d'une atmosphère divine, d'une brise et d'une fraîcheur divine. Dieu est tout le temps avec vous. Dieu est l'aboutissement de la connaissance. Lorsqu'on l'a trouvé, tous les désirs perdent de leur importance. La connaissance progresse jusqu'à ce que le Sujet (Dieu) ne soit pas réalisé. C'est le Sujet qui lui-même évolue comme objet. Une goutte d'eau est une évolution d'hydrogène et d'oxygène - H<sub>2</sub>O. Bien que ces gaz ne soient pas visibles dans l'eau, ils y sont néanmoins présents.

Atteindre à partir de là le point culminant de la connaissance: si Adam et Eve ont encore soif de connaissance, ils n'auront pas de place auprès de Dieu - plus jamais. Laissons les retourner au monde animal et vivre comme des animaux humains rationnels, utilisant leur connaissance pour errer dans le cercle vicieux du matérialisme.

Ils ont commis un péché en travaillant contre leur propre conscient. Si vous faites quelque chose contre votre propre conscient, c'est un péché. Vous vous rendez vous-même coupable devant votre propre Cour de Justice. Si vous allez à l'église en négligeant votre propre culpabilité, votre conscient s'écriera: Eh bien, comment peux-tu sincèrement te présenter en ce lieu sacré ? Te souviens-tu de ce jour où tu as dupé cette personne? Et maintenant tu joues les innocents dans la maison de Dieu, pour ton propre bénéfice, lorsque tu es dans l'ennui ??

Alors vous vous écroulerez à vos propres yeux. Vous serez insulté par vous-même en ce lieu saint. Mieux vaut ne pas aller à l'église à moins de vous être purifié par ce type de repentir dans lequel vous vous engagez à ne pas répéter la même erreur.

Quelqu'un demanda un jour à Socrate: "Vous qui êtes si sage, veuillez me dire qui est votre maître?" Socrate répondit: "Tous les

idiots du monde. Lorsqu'on dit de quelqu'un que c'est un idiot, j'essaie de trouver sur quel point on le juge ainsi. Alors je recherche ce même point en moi-même, et si je l'y trouve, je fais en sorte de l'éliminer.”

Agatshatru était Roi de Rajgrih. Le Roi son père, du nom de Bimbsar, adorait Bouddha. Or, Agatshatru était contre Bouddha. Il suivait un proche parent de Bouddha, nommé Devadatla, qui était jaloux de la suprématie de Bouddha.

Le ministre d'Agatshatru lui dit un jour qu'il voulait voir Bouddha qui était de passage dans ville de Rajgrih. Agatshatru lui répondit qu'il ne devait pas y aller. Alors le ministre lui déclara qu'il allait quitter son service. Comme c'était un vieux ministre expérimenté, Agatshatru ne voulait pas qu'il s'en aille. Alors il lui dit: “D'accord, j'irai avec vous.”

Tandis qu'il approchait de Bouddha, un profond silence se répandait partout, ce qui lui fit craindre quelque conspiration. Il sortit alors son épée de son fourreau et s'approcha de Bouddha. Il lui demanda combien de disciples il avait avec lui. Bouddha lui répondit: “Dix mille”.

Le Roi Agatshatru lui dit alors: “Là où il y a dix mille personnes, il devrait y avoir autant de bruit que sur la place du marché. Comment peut-il y avoir ici un tel silence et une telle paix?”

Bouddha répondit: “O Roi, vous ne pouvez pas connaître cette famille. C'est une famille qui s'administre elle-même”.

Il s'ensuit que la spiritualité n'est pas une religion, c'est une discipline auto réalisée. Ce n'est pas une question de vanité ni un sujet de conversation. Il faut la dépenser avec économie parce que vous la gagnez. L'économie dit que seul celui qui gagne l'argent sait comment le dépenser.

En pratiquant la spiritualité, l'innocence vous revient. Vous redevenez un enfant qui pourra entrer au royaume des cieux, mais vous n'êtes pas l'enfant qui avait reçu le don d'innocence. L'innocence qui vous était donnée sans que vous la méritiez était dénuée d'expérience. Cette sorte d'innocence se perd. L'autre sorte d'innocence, si vous la gagnez bien, vous apporte Ananda -- joie et béatitude. Les ennuis s'éloigneront de vous, perdant de leur importance. Chaque ennui sera une leçon pour votre spiritualité.



Alors le Roi Agatshatru posa une deuxième question à Bouddha: “Existe-t-il quelqu’un comme vous parmi vos disciples?” Bouddha répondit: “Bien sûr, il y en a beaucoup.”

Le Roi poursuivit: “Mais personne ne parle d’une manière aussi impressionnante et aussi convaincante que vous ni ne peut changer la vie spirituelle d’un individu”.

Bouddha répliqua: “C’est qu’aucun n’a commis dans le passé le même péché que moi. Dans ma vie antérieure, j’avais ce désir intense d’aider les autres et de travailler pour le bien-être des affligés de ce monde. Alors dans cette vie, j’ai reçu le don de pouvoir les éveiller de leurs rêves. Maintenant, j’ai renoncé à mon désir et après mon départ de ce monde, je ne reviendrai plus.

Parfois, je pense qu’il en est de même pour mon frère André Poray: qu’il est en train d’accomplir son dernier désir. Il est un Bouddha parmi vous. Vous avez de la chance. Écoutez-le et suivez-le. Il est possible pour un homme de devenir Bouddha. Rappelez-vous: “Ce que sont les hommes -- des Dieux mortels. Et ce que sont les Dieux -- des hommes immortels.”

C’est la vanité qui détruit la simplicité chez une personne. L’ordinaire est naturel et c’est alors seulement que vient l’extraordinaire. Menons une vie simple et ayons des pensées élevées.

Si la mort vous arrache tous ces biens dans lesquels vous avez passé le précieux temps limité de votre vie, vous n’avez rien gagné qui puisse vous aider dans votre voyage éternel.

Lorsque vous voyez un cadavre à l’occasion de funérailles, regardez le bien, ne l’évitez pas. Il est votre propre histoire.

Un homme peut atteindre la félicité du Nirvana bien avant sa mort, de telle sorte qu’il peut jouir de cette félicité de son vivant. Ce n’est pas comme le paradis après la mort. Bouddha a atteint le Nirvana à l’âge de 40 ans et a vécu une vie de félicité jusqu’à l’âge de 80 ans.

Comment une graine peut-elle savoir qu’elle peut devenir un arbre immense, sur lequel pourront se poser des centaines d’oiseaux et à l’ombre duquel un grand nombre de bovins pourront se délasser?

Si la graine a peur d’éclater ou de se trouver annihilée en se développant pour devenir un arbre, alors qu’elle reste une graine et finisse comme une graine. Les gens qui ne pratiquent pas la spiritualité meurent comme une graine, mais ceux qui s’y adonnent

voient que Bouddha, le Christ et autres saints sont devenus des arbres, qui ont fleuri et répandu leur parfum. N'égratignez pas le bourgeon!

Une fleur pousse, s'épanouit, riche des feuilles qui ornent ses tiges, puis devient bourgeon. Un jour, le bourgeon éclate et devient une belle rose. La rose fleurie est le résultat de tout le chemin parcouru depuis la racine jusqu'à la fleur. Elle répand son parfum, que quelqu'un le respire ou non. Puis un jour ou quelques jours plus tard, la rose doit s'en aller parce que tout l'effort de la plante a atteint son point culminant. La fleur a maintenant gagné le droit de mourir, de se faner. Un à un, ses pétales tombent, son histoire se termine sans heurt, la rose s'en va victorieusement. La victoire est atteinte non par ceux qui luttent pour l'avoir, mais par ceux qui souffrent pour elle.

Maintenant, parlons un peu de réincarnation. Ce n'est pas notre sujet, mais l'affaire de Dieu. Pourquoi, donc, devrais-je mettre le nez dans une affaire qui ne me regarde pas? Pourtant, il y a quelque chose qui doit vous être dit.

Selon nos actions passées, nous revenons pour souffrir ou non. Mais une personne sur la voie de la spiritualité ne s'intéresse pas à être réincarnée. Une vie est suffisante pour remercier Dieu. Combien de fois vous referez-vous le même cinéma avec peu de changements? Nous sommes loin de notre réelle demeure, nous préférons y retourner. Les devoirs de la vie se terminent avec la transcendance spirituelle. L'oubli a pris fin et nous nous souvenons à nouveau de notre demeure. Nous sommes des immigrants et des personnes comme Bouddha ou André nous apportent des nouvelles de notre pays d'origine, nous rappelant que nous devons maintenant y retourner.

Nous renonçons au fini en tant que fini, mais nous l'aimons parce que l'Infini y est investi, l'Inconnaissable y est investi. Regardez votre femme avec les yeux de l'esprit et vous trouverez, cachés en elle, l'Infini, l'inconnaissable. Regardez de la même manière votre fils, votre père, votre mère. Tout autour de nous l'Infini est caché comme H<sub>2</sub>O dans une goutte d'eau.

Lorsque Dieu, dans son jeu, s'oublie lui-même, Il est André Poray, et lorsqu'André se rappelle son originalité par la transcendance spirituelle, il est LUI. Le Gange n'est plus un fleuve, il a rejoint l'océan et maintenant il va et vient comme l'océan.

Nous sommes venus dans ce monde, non pas pour critiquer l'inconnaissable mais pour l'accepter. Mais la question demeure toujours: pourquoi y a-t-il tant de perturbations dans le monde?

C'est une bonne question générale. Supposons qu'un homme ait commis un meurtre et qu'il soit très habile. Il ne s'est pas fait arrêter par la police et a vécu jusqu'à 80 ans. Cela veut-il dire que, dans le monde de Dieu, il soit passé victorieusement? Non, Dieu n'est pas pressé. Il changera le corps pour purifier l'âme qu'il contenait et qui sera réincarnée. Il est alors possible qu'un meurtrier le tue ou qu'un animal carnivore le dévore.

Supposons qu'un enfant naisse aveugle. Ce pauvre bébé, quel péché a-t-il pu commettre pour qu'il ait à souffrir toute sa vie durant?

Soit vous pouvez dire que Dieu est injuste, ou que c'est un péché du bébé. Vous ne pouvez pas condamner Dieu. Vous n'avez pas la connaissance pour être supérieur à Dieu et le blâmer. Vous n'aimez pas Dieu. Vous avez peur de votre PERE TOUT-PUISSANT. Vous devez donc croire dans ce cas que le bébé a hérité de son passé des dettes qu'il est venu payer.

Dieu est un banquier très honnête, qui vous remboursera ce que vous lui avez déposé. Dieu ne peut pas être acheté et le péché ne peut pas être effacé.

Je vais vous dire ce que j'ai compris de ma vie et comment. J'ai environ dix ans de moins que mon saint frère de nombreuses vies, Sri André. J'ai beaucoup parlé au monde, en anglais et en français, pendant près de 40 ans. Maintenant au point du départ final, je veux rester tranquille et silencieux, mais pour mon frère mystique André, je suis encore prêt à parler et continuerai tant que nous vivrons.

Les amis de Juan sont venus de Barcelone m'apporter des nouvelles de mon frère André. Ils ont trouvé ma maison grâce à un plan tracé par Mr. Jordi Roca. Né dans une vie précédente dans la famille de mes parents, il veille sur moi comme un père veille sur son fils, prenant soin de ma santé.

Juan m'a soumis plusieurs questions auxquelles je vais tenter de répondre.

Il est peut-être possible que nous n'arrivions pas à nous trouver face à face avec Dieu, mais nous pouvons essayer de trouver le chemin menant à la demeure de Dieu.

La première question de Juan est: Qui suis-je? D'où est-ce que je viens et où vais-je?

Quelqu'un demanda à Bouddha: Lorsque vous aurez quitté cette vie, où vivrez-vous? Sans doute pensait-il que Bouddha allait lui répondre: Au paradis. Mais Bouddha lui dit : Puisque je suis encore de ce monde, la question d'après ma mort ne se pose pas.

Avant sa naissance, un homme n'était rien; après sa mort, il ne sera rien et entre les deux, sa présence est comme du sable mêlé d'illusion. Le produit de rien est rien. La vérité est toujours vérité. Si elle prend une apparence, c'est en opposition à la vérité, c'est une non-vérité. Considérons un glacier: à cause d'un changement climatique, comme la neige il fondra pour retourner à sa forme originelle, l'eau. Ainsi sommes-nous avec la chaleur du jour environnés de changements, n'ayant des aperçus que de l'arc-en-ciel, devenant comme une boule de neige et flottant sur l'océan. Ne pensez pas que vous êtes quelque chose d'autre qu'un glacier, alors ne posez pas la question pour la rendre compliquée -- ce "qui suis-je"?? Vous n'êtes rien que de l'eau. Vous êtes temporairement visible, vous êtes une évolution de l'inconnaissable, vous faites partie de l'océan. Rendez-vous compte, vous êtes l'océan et rien d'autre. Vous êtes venu de l'océan, vous retournerez à l'océan et vous êtes toujours océan. Pas question d'être changé en neige.

Maharshi Raman, du Sud de l'Inde, était en train de mourir d'un cancer de la gorge. Ses disciples étaient assis autour de lui. Ils lui demandèrent: "Après la mort, où serez-vous?" Maharshi répondit: "J'ai beaucoup de mal à parler, mais je vais essayer de répondre. Toute ma vie, je vous ai enseigné que je venais de nulle part et que je n'irai nulle part. Je venais d'ici et demeurerai ici."

Si un ballon a été gonflé, il a pris forme et couleur et existera pour quelque temps. L'air à l'intérieur lui permet de garder sa forme. Lorsqu'il éclate, qu'est-ce qui se passe? L'air qui avait rempli le ballon venait de l'extérieur et y retourne. Son histoire est terminée. Ainsi le monde est-il une foule de Lui Seul.

La deuxième question de Juan est: Qu'est-ce que Dieu?

C'est une question qui exige une réponse au-delà du mental. Une question à laquelle le cœur doit répondre, le mental ne pouvant y répondre. C'est un sujet de réalisation et de gratitude. C'est une affaire

de foi sans faille et de croyance. Dieu n'est pas un objet. Il est le Sujet et nous sommes les objets.

Dieu est le créateur de l'univers, qui continue de créer univers après univers. Les objets créés par Lui sont une évolution de Lui-même. Il est la matière brute de toute la création.

Si un poisson, qui vit tout le temps dans l'océan, demande: qu'est-ce que l'océan? Il ne peut pas le savoir à moins de sortir de l'océan et lutter pour vivre hors de l'océan.

Dieu est juste une question à être révélée -- qui suis-je? Une goutte d'océan révèle toute la qualité de l'océan, mais ne pourra révéler ni toute sa profondeur ni toute son étendue. Mais il est défini qu'une goutte peut tomber dans l'océan et bouger avec lui, en perdant sa limite négligeable et sa propre identité. C'est la seule méthode pour connaître l'inconnaissable.

Il y avait deux soldats. L'un était allemand et l'autre anglais. Le soldat anglais dit: Après ma mort, j'irai au ciel. L'Allemand répondit: Pourquoi pas? Moi aussi, j'irai au ciel. Le soldat anglais dit alors: Avez-vous jamais entendu dire que Dieu parle allemand ?

En réalité, Dieu n'a besoin d'aucun langage. Il est seulement la palpitation et le battement d'un cœur reconnaissant. Ne demandez pas "qu'est-ce que Dieu?" Les mots ne peuvent pas l'exprimer, ils sont insuffisants. Les mots sont formés dans les limites de sa création et avec les limites de sa création. Nous nous sommes emparé de toutes les idées venant de sa création en essayant de l'exprimer dans ces limites qu'il nous a données.

Dans la création de Dieu, chaque créature est sage, dans sa propre limite, et la sagesse de chaque créature diffère en limite. Un chameau peut être reconnu aux actions de sa propre sagesse. La sagesse d'un éléphant diffère de celle d'une vache, celle d'une fourmi de celle d'un chien, et ainsi de suite.

L'homme a plus de sagesse que tous les être vivants. Il peut construire mieux que le nid de l'oiseau. L'homme possède à la fois un pouvoir constructeur et un pouvoir destructeur. C'est pourquoi il peut maintenant défier son propre créateur.

C'est une histoire perse, que lorsque Dieu a créé l'homme, il s'est aussitôt rendu compte avec horreur que l'homme ne le laisserait

pas vivre en paix. Il demanda alors à tous les anges: Où pourrais-je me cacher pour que l'homme ne puisse pas m'atteindre?

Dieu aima la suggestion que lui fit un ange: Vous n'avez qu'à vivre dans le cœur de l'homme. Il vous cherchera partout, sautant même de planète en planète, mais jamais il ne vous cherchera pas dans son propre cœur.

C'est pourquoi Dieu n'est pas l'affaire du mental, mais celle du cœur.

Il était une fois un saint homme. Dans son ermitage, il y avait un rat. Le chat de la maison passait son temps à terrifier le rat, qui allait toujours se réfugier auprès du sage. Un jour, la bonté du saint homme transforma le rat en chat, mais alors il se mit à craindre le chien de l'ermitage. Le problème était désormais de dompter le chien devenu le lion de l'ermitage. Finalement, le saint homme transforma le rat en lion.

Quand le rat fut devenu lion, il oublia son statut de rat et se mit à rugir férocement, terrifiant tout le monde: qui peut me défier maintenant que je peux dévorer toute créature de cet ashram (ermitage), y compris le saint homme? Et il leva la patte pour tenter de le tuer.

Voyant une telle ingratitude chez ce lion puissant et stupide, le saint homme s'écria: Redeviens le rat que tu étais!! Le rat redevint donc ce qu'il était auparavant.

Vous savez que l'être humain est un grand élément perturbateur. Il doit donc devenir, comme tout le reste, tel qu'il était avant sa naissance. Avant sa naissance, il était inconnaissable. Après sa mort, il doit devenir inconnaissable -- qu'il s'agisse du Christ, de Hitler ou d'Einstein.

Restez calme et plongez dans le silence de la Méditation avec nul désir -- Qui est Dieu? Et qu'est-ce que Dieu? Nous sommes le rat qui doit redevenir rat. Demeurons satisfaits de notre limite, nous ne devons pas essayer de changer en lion.

Notre langage vient de l'Univers. Dieu est le créateur de l'Univers et le créateur est plus grand et au-delà de sa création. Un peintre est plus grand que sa peinture, un sculpteur plus grand que sa sculpture. Non seulement ils sont plus grands, mais ils sont également

au-delà de leurs œuvres. Peinture et sculpture ne réussiront pas à décrire le potentiel du peintre ou du sculpteur.

Bouddha était l'homme le plus sage de son époque. Il garda le silence à propos de Dieu, ne parlant ni pour ni contre. Dieu ne fut jamais un sujet qu'il aborda.

H.G. Wells a dit: Il n'y a personne sur cette terre qui soit aussi sans-Dieu que Bouddha. Mais il a dit aussi: Il n'y a personne aussi semblable à Dieu que Bouddha.

C'est pourquoi, avec notre héritage divin, nous devrions être resplendissants de divinité. Une goutte de l'océan a toutes les qualités de l'océan.

Ne gaspillons pas notre temps -- ce qu'est Dieu. Si vous connaissez Dieu, que ferez-vous après? Il vaut mieux qu'il soit inconnaissable et que notre chemin divin se poursuive toute la vie durant. Nous ne devons pas nous attarder sur notre route vers l'éternel à admirer le paysage et respirer le parfum de Dieu, nous ne devrions jamais nous arrêter. Que notre progrès sur la voie du Suprême soit à chaque pas notre destination. Que l'échec sur la voie du Suprême ne fasse pas notre désespoir, car l'échec ici n'est pas moins que le succès. Au moins n'êtes-vous pas détournés de votre chemin et continuez-vous à avancer.

Bouddha était silencieux à propos de Dieu. Bien entendu, il était éclairé, sachant que c'est un sujet éternel, au-delà de l'approche de Sa création.

Il a dit: "Ne battez pas des ailes dans le vide de l'Absolu, mais tournez votre attention vers votre vie sur terre en essayant de vous libérer des tracas. Le temps de votre vie est si limité".

Votre humilité est pour la moitié l'assurance du succès.

Tous les dieux demandèrent à la lune pourquoi, en étant éclairée par la lumière du soleil, elle donnait une lueur si froide et apaisante. La lune répondit: "Le soleil a sa propre lumière, qu'il a le droit de répandre fièrement. Mais ma lumière est un don du soleil; comment pourrais-je faire orgueilleusement briller ce que j'ai obtenu par charité? C'est donc humblement et tête baissée que je dois diffuser cette douce et paisible lueur".

Il ne doit y avoir aucune ostentation. Notre corps tout entier est un don des saisons, avec oxygène, air, eau, terre, soleil, chaleur... Les arbres nous aident et le corps est un produit de la moisson. Avec un

corps bénéficiant de tant de dons, nous ne devrions pas trop danser, ayant si peu de connaissance. La connaissance existe dans différentes limites, dans différents cerveaux, pour parler et recevoir. Ce n'est pas comme la pâte dentifrice Colgate, qui est la même dans chaque tube. Dans l'œuvre de Dieu, il n'y a pas de répétition.

Si nous voulons connaître Dieu, nous devons au moins devenir honnêtes et purs comme Lui. Il est alors possible que Dieu se révèle en certains cœurs. Ni la logique ou la rhétorique, l'opposition, la controverse, les doutes, le manque de foi ne permettent de LE réaliser.

Si vous voulez faire du fromage blanc avec du lait, il vous faut un peu de lait caillé pour qu'il se mêle en coagulant dans un litre de lait.

Une personne qui ne développe pas son talent spirituel n'est jamais en paix dans son vieil âge et devient un fardeau, empêchant le jeune monde qui se développe de bien respirer et n'y trouvant pas sa place.

Dans la province de Rajasthan en Inde, il y a un spectacle de marionnettes dans lequel toutes les marionnettes, élégamment habillées, interprètent toute une histoire en remuant la tête et les mains, etc.. Comment bougent-elles? Les deux mains, le corps, le mouvement de la tête, tout est dirigé par les fils qui leur sont attachés. Ces fils, invisibles, sont artistiquement manœuvrés par leur créateur qui se cache par derrière. Si les marionnettes étaient vivantes, chacune dirait: C'est moi qui fais tout.

Eh bien, Dieu nous a accordé toute liberté, mais le souffle reste entre ses mains. Il ne nous l'a pas confié, à nous qui posons toujours des questions, qui sommes remplis de vanité, inconscients de la mystérieuse immensité de Dieu.

Si nous nous asseyons sous l'arbre de Bouddha à Bodh-Gayâ, nous n'aurons pas pour autant l'illumination. Beaucoup de gens le font. Mais l'illumination de Bouddha était déjà en suspens dans sa vie précédente. Il ne lui manquait qu'un degré qu'il a pu franchir dans cette vie.

L'eau bout à 100° pour s'évaporer, pas à 99°. Ainsi, dans sa vie précédente, Bouddha avait atteint 99° et c'est dans cette vie qu'il atteignit le degré qui lui manquait.



Ce qui est sûr, c'est que lorsque le disciple est prêt, le maître apparaît. Un Maître tue celui que vous êtes et vous fait tel que vous devriez être.

Nous ne devrions pas nous contenter d'accumuler de simples renseignements sur la spiritualité. En général, les gens font toujours la même chose. C'est pourquoi Bouddha a dit à un disciple qui exprimait le désir de le servir: "Si vous désirez me servir, soyez un exemple de ce que je vous ai dit".

La troisième question de Juan est: Lorsque nous venons au monde, choisissons-nous le lieu et les circonstances de notre naissance?"

Que pensez-vous de vous-même -- de votre honneur? Quand votre père n'était pas né, où étiez-vous? Personne n'a dit de quelle manière et à quel endroit vous deviez être fabriqué. Etes-vous à ce point délaissé que, de nouveau sans votre permission, vous serez arraché à cette vie pour aller vous ne savez où? Vous serez kidnappé.

Laissez-vous donc être un fétu de paille flottant sur l'eau, et vous atteindrez l'océan.

La quatrième question de Juan était: Qu'est-ce que la mort?

La mort est une partie très importante de la vie. C'est la mort qui a créé la nécessité de Dieu. Dieu est ainsi devenu l'objet, non pas de notre gratitude, mais d'une valeur utilitaire.

En tout cas, il est bon que le désarroi de l'homme, dû à sa peur de la mort, ait amené l'existence de Dieu. Un homme humble et sage améliore l'idée de Dieu pour en faire une réalité. Mais un tel homme comprend que toutes les existences matérielles sont périssables. Alors il tourne mentalement son attention sur l'immortalité.

La vie d'un homme est exactement cela: ce qu'il pense de LUI avec foi.

Si un homme fait une banqueroute spirituelle, le salaire de sa vie sera la mort. Mais le salaire de la vie de Bouddha fut le Nirvana, après qu'il eût accompli ses devoirs de vie en vie, atteignant la béatitude après 40 ans d'existence.

La mort exige et pousse à faire du bon travail, dont la spiritualité est le meilleur accomplissement.

La mort est comme la sortie du cinéma. Le film étant terminé, il est inutile de s'attarder avant de retourner là d'où l'on est venu.

Lorsque quelqu'un se présentait devant Bouddha pour avoir son enseignement, il avait coutume de dire: Allez au crématorium pendant quelques mois et voyez brûler le corps, ce corps qui avait pris soin de lui, se lavant avec les meilleurs savons, se parfumant d'eau de Cologne, s'habillant avec soin, ayant connu le monde et ses lumières et dont le nom, la gloire et la beauté disparaissent dans le feu. Maintenant ce corps n'a plus rien à dire et ses yeux, qui voyaient tout, sont en train de brûler.

Qu'est-ce qui arrive au corps? Ce corps, qui était considéré comme l'identité de l'homme, est maintenant réduit en cendres. Ses amis, sa famille, ses médecins, ses relevés bancaires qui tenaient le compte de ce qu'il avait dépensé sa vie durant, rien de tout cela ne peut l'accompagner ni le protéger.

Eh bien, il y a un spectateur derrière les yeux. Après la mort, les yeux demeurent mais le spectateur est absent. La vie est une occasion de comprendre qui est le spectateur. C'est la spiritualité. La mort dévoile le mystère des satisfactions matérielles.

Bouddha a dit: Si vous êtes convaincu par l'expérience de la crémation, je parlerai moins et vous comprendrez mieux. Ne manquez pas l'occasion d'aborder la seule vraie question de la vie. Bouddha était sage de garder le silence au sujet de Dieu.

La cinquième question de Juan est: Qu'est-ce que l'amour?

L'amour n'a rien à voir avec le sexe. Le sexe est l'affaire du corps, l'amour est son caractère sacré. L'amour peut être celui d'un père, d'une mère, d'une épouse, d'un mari, et de Dieu. Dans le cas d'une histoire d'amour avec une fille, si le sexe joue un rôle important, ce n'est pas de l'amour, c'est de la sexualité. C'est une passion animale qui s'exprime momentanément et disparaît. C'est une externalisation. Cela n'a rien à voir avec le cœur, qui est le lieu où siège l'amour, lequel est désintéressé et n'exige rien en retour.

L'amour est si réel, durable et sanctifié qu'il transcende jusqu'à Dieu. C'est ce qu'on dit. L'amour est une force envoyée du ciel sur la terre pour que la terre puisse retourner au ciel.

La sixième question de Juan est: Parlez-nous du Karma.

Il a déjà été beaucoup dit à ce sujet. Il y a deux sortes de karmas.

Le premier type de karma est l'action accomplie dans certain but, en se concentrant sur le résultat de cette action.

Le second type de karma est l'action accomplie en vue d'un résultat, sans doute, mais sans s'en préoccuper. Que le résultat soit comme Dieu voudra, mais celui qui agit ne se soucie que du déroulement d'un travail fait honnêtement et sincèrement. Souvent il arrive que, malgré un effort sincère, le résultat soit autre que celui que vous attendiez. Que pouvez-vous faire dans ce cas? Rien. Vous avez déjà fait ce que vous pouviez dans le but d'accomplir sincèrement votre travail. Si la volonté de Dieu est autre, il n'y a pas d'objection: acceptée paisiblement, qu'elle soit aussi votre joie!

Comme je fais moi-même la cuisine, très souvent je prépare des légumes. Arrive un ami comme Juan. Il me parle spiritualité et, comme je me concentre sur des sujets qui m'intéressent, il arrive que mes légumes soient trop cuits, presque carbonisés. Eh bien, c'est ainsi. Pas de problème. Je suis quand même heureux de manger comme ci, comme ça, en ajoutant du sel, et je n'ai aucun regret.

Ce deuxième type de karma a donc une valeur spirituelle. C'est celui d'un sage qui a mentalement renoncé. Dans ce deuxième type, le désir ne fonctionne plus, seule la sincérité fonctionne avec l'action. Le résultat est un désir. Lorsque le désir perd de son importance, la cause d'une nouvelle naissance est entendue et le problème de la réincarnation est déjà résolue.

La septième question de Juan est: Quel est le message de Bouddha?

De temps en temps, le message de Bouddha est laissé de côté. La chose principale qu'a dite Bouddha est: Vous ne vivez pas dans des extrêmes, mais entre les deux extrêmes de l'auto mortification et de l'autosatisfaction. Votre voie devrait se situer au milieu.

Les quatre vérités qu'a prêchées Bouddha à Sarnath Vârânasî constituent une manière très scientifique d'aborder les difficultés de ce monde:

1. Sans aucun doute il y a souffrance;
2. La souffrance a une cause.
3. La souffrance n'est pas indestructible mais peut sûrement être supprimée.
4. Il existe des moyens pour en faire disparaître les causes.

La méditation est la voie à suivre pour atteindre le Nirvana, qui est le salut du Bouddhisme. Le Nirvana est un état. En nous transférant de l'agitation bruyante du monde dans une paisible solitude mentale, où l'on se perd dans un silence superlatif, nous ressortons rafraîchis, doux et joyeux comme Bouddha. C'est grâce à la méditation que Bouddha est devenu Bouddha.

La huitième question de Juan est: Pourquoi la plupart des grands Maîtres sont-ils nés en Orient?

L'Inde, depuis les temps anciens, est un pays agricole, où la nourriture ne posait pas de problème et qui avait une telle production, pour une petite population, que ceux qui avaient davantage de ressources donnaient volontiers aux sages et aux ascètes vivant dans le renoncement. Même pour des feux sacrificiels, il était d'usage d'offrir du riz et autres céréales.

Autrefois également, les gens avaient tellement moins de besoins qu'ils avaient davantage l'occasion de se tourner vers une élévation spirituelle. Et tandis que l'Occident faisait beaucoup d'efforts pour progresser dans la science moderne, l'Inde, de son côté, progressait en spiritualité. Nos rivières, nos montagnes, nos paysages, notre terre agricole, tout contribuait à donner une fraîcheur mentale et à faire naître un grand nombre de sages.

La dernière question est: la Méditation.

Tous les sages de l'Inde ancienne ont atteint la perfection au moyen de la méditation. Bouddha vécut les quarante dernières années de sa vie en méditation, distribuant à tous son expérience mystique.

Lorsqu'on commence à pratiquer la méditation, on a besoin au début d'avoir un point sur lequel se concentrer. Cela peut être une apparence divine ou un point. Par la suite, ce n'est plus nécessaire.

Dieu n'a pas d'apparence. Tout ce qui apparaît périt. Nous sommes si visibles et centrés sur le concret que nous voulons tout attirer, même l'élément Suprême, dans les limites de notre vision et de notre mental.

L'univers visible est le résultat de son opposé, qui est l'invisible. Toutes les étoiles et planètes viennent de l'invisible et finissent par disparaître dans l'invisible. Où sont accumulés les débris de toutes ces étoiles disparues? Elles sont apparues en venant de l'invisible et, finalement, elles disparaissent dans l'invisible. L'univers tout entier

n'est que le mystère de quelque invisible inconnaissable, à travers lequel l'invisible se dévoile objectivement. Rien n'est pas rien: lorsqu'une chose perd son état de chose, elle devient rien (nulle chose). Nous ne devons donc pas sous-estimer le terme de néant. Il est porteur de choses, et ses produits sont des merveilles: soleil, lune, planètes, vous et nous.

C'est pourquoi, lorsque nous plongeons dans la méditation, ne permettons pas à quoi que ce soit de prendre de l'importance. Voyons ce qui nous apparaît comme étant temporaire, périssable, et ne nous y attardons pas. Nous sommes suffisamment sages pour connaître l'importance de Shoonyata. Shoonyata est le silence complet, séparé de l'univers. L'univers tout entier est dans le giron de Shoonyata. Shoonyata est la fin de la connaissance. La connaissance apparaît lorsque Shoonyata commence à prendre forme.

Une personne en méditation n'a pas besoin de connaissance. Lorsque quelqu'un est parfaitement en méditation, perdu comme les débris des étoiles disparues retournant à Shoonyata, son identité aussi disparaît en Shoonyata et alors son "Je" se dissout et devient Shoonyata.

Dans un tel état de méditation, vous commencez à entendre comme un message venant du côté de Dieu qui est Shoonyata.

Ce que vous obtenez en méditation est le trésor spirituel de votre vie. La mort ne peut pas vous l'arracher. La méditation elle-même vous transporte et vous fait briller là où la mort veut vous amener.

Vos péchés ou mérites, même de nombreuses vies, ne sont que des points sombres qui disparaissent tout à coup devant votre illumination.

Votre karma, c'est l'action accomplie avec le sentiment que vous êtes vous-même ce qui vous entraîne à renaître de temps à autre à l'intérieur de la circonférence de l'univers créé, limité, de Dieu.

En retournant à la demeure du père, Shoonyata, toute action bonne ou mauvaise est éradiquée.

La méditation vous tue tel que vous êtes et vous fait tel que vous devez être. Elle dévoile votre apparence divine.

Quand vous vous serez habitués à apprécier une réelle méditation, vous saurez tout ce que vous avez perdu auparavant. Il aurait mieux valu que vous lui accordiez tout le temps de votre vie.

Vous êtes venus de Shoonyata et jusqu'à ce que vous deveniez Shoonyata, vous êtes loin de votre demeure.

La méditation ne se pratique pas pour en obtenir un résultat, mais la méditation elle-même est la béatitude. Elle n'est pas pratiquée pour avoir un résultat matériel, mais vous devenez la félicité personnifiée.

Et alors vous verrez le monde tout entier, la lune et les étoiles, comme l'expression de Shoonyata, le néant.

Dieu vous a accepté. Sans son acceptation, vous ne pouvez pas rester présents.

Ceux qui comprennent Brahmeu, le Dieu, directement dans cette vie, doivent nécessairement avoir accompli leurs devoirs dans une vie précédente.

Connaître Dieu n'est pas connaître ou atteindre un objet, mais c'est réaliser notre vraie nature dont nous ne sommes pas conscients.

Seul le néant, Shoonyata, peut être libre. Si vous êtes quelque chose, vous êtes asservi, limité.

Seul le néant, Shoonyata, existe. Le temps est seulement passé et futur. Le présent n'est pas le temps, c'est une partie de l'éternité. Il ne passe pas si vous vous délectez en lui. Il dure et vous y entrez de plus en plus profondément. Un Bouddha vit dans cette éternité du présent.

Vous ne pouvez pas renoncer au désir à moins de devenir une âme -- un phénomène qui est Shoonyata.

Tant qu'un disciple n'a pas réalisé son héritage divin, tant que dans votre forme, vous n'aurez pas expérimenté le sans-forme, votre voyage de vie ne sera pas achevé. Ce que vous devez devenir, c'est ce qui est appelé Dieu. Dieu est un arbre caché dont vous vous détenez la graine.

Ne quittez pas cette vie subtile sans avoir réalisé l'immortalité.

Celui qui a gagné la richesse de la Méditation durant sa vie a vraiment gagné quelque chose, tandis que celui qui a passé sa vie à toujours tout gagner, excepté la richesse de la Méditation, n'a rien gagné du tout et a perdu sa vie.

Une personne éclairée ne perd pas son énergie dans l'accumulation des choses, mais utilise toute son énergie dans l'éveil de sa conscience.

Nous sommes devenus si habitués à nous souvenir de propos inutiles que nous nous asseyons pour nous souvenir de Dieu et nous ne

savons plus exactement ce que nous commençons à nous rappeler inutilement. Eh bien, ne vous en inquiétez pas et considérez comme Dieu toutes ces choses inutiles. Si votre femme surgit dans la Méditation, prenez-la comme une manifestation de Dieu. De même, considérez comme Dieu tout ce qui se présente en Méditation. Comment se peut-il que quelque chose ne soit pas Dieu? Le monde est une foule de LUI SEUL. Dès que vous commencerez à le voir ainsi, rien de ce qui se présente à vous ne s'attardera longtemps dans votre Méditation.

Un disciple voit le monde comme une expression de Dieu.

Parce que vous avez des a priori sur beaucoup de choses, cela vous dérange dans votre méditation. Pensez-vous que, lorsque vous méditez, cela empêchera un corbeau de croasser ou un enfant de pleurer et que votre femme ne devrait pas préparer le petit déjeuner parce qu'elle risquerait de faire du bruit? Non, cessez d'y accorder votre attention, sinon la moindre chose vous gênera dans votre Méditation. Et alors, au moyen de la Méditation, toute votre action deviendra Méditation.

Deux Zéros sont identiques. Deux Shoonyata se fondent en un seul. Si vous méditez et si André médite, alors deux Shoonyata ne font plus qu'un.

Si, en Méditation, quelque chose apparaît pour vous déranger, alors cette chose n'a aucun pouvoir et vous n'en avez pas non plus.

Soyez conscient de Dieu. Chaque chose est l'évolution de Lui Seul. L'arbre a une vie: il pousse, fleurit, donne des fruits. Il a une naissance et une mort, comme vous. Si vous ne pouvez pas parler à un arbre, comment pouvez-vous parler à Dieu, qui est sans adresse et invisible? Ce serait encore plus stupide de parler à Dieu.

Ne vous empêchez pas dans la matière. Si vous la voyez en profondeur, elle disparaît et seule l'énergie demeure.

Lorsque vous êtes parfaitement en paix, vous ne rencontrez pas Dieu mais vous devenez Dieu.

Lorsque vous êtes en Méditation profonde, vous ne trouvez ni Dieu ni vous-même.

Lorsqu'un coucou se met à chanter, écoutez le bien. Le son caché dans le ciel devient audible pour vous grâce à l'organe instrumental du coucou. Regardez à nouveau votre femme et votre

filis. Qui est descendu d'où? Qui a pris ce corps de chair et d'os? Ils sont LUI.

Tant qu'un individu sera tourmenté par le sexe, il n'aura pas la réalisation sacrée de Shoonyata.

Bouddha dit: Le meilleur usage que l'on puisse faire de notre vie, c'est tout simplement d'allumer la lampe de la Méditation.

La Méditation est un moyen pour maintenir le présent arrêté.

En méditation, laissez les pensées aller et venir et n'y prêtez pas attention. Laissez les perturbations avoir leurs fonctions, mais ne vous y intéressez pas. Alors vous pouvez poursuivre la Méditation dans ce monde bruyant.

Rappelez-vous: tant que votre corps a de l'importance, vous ne réussirez pas à voir l'âme.

Si vous voulez avoir une vision sacrée de Dieu, alors voyez que Shoonyata a pu prendre forme à partir d'une graine qui a donné un arbre. Arrosez donc l'arbre et vous aurez fait votre prière.

Si Dieu est votre nécessité, alors Dieu est devenu ordinaire. Nous portons Dieu comme une chose et si vous obtenez un résultat de vos efforts, il sera plus petit que vous. Vous ne devez pas penser que vous faites le travail -- le travail est fait par vous.

Lorsqu'un homme devient Shoonyata, le vide, il devient la totalité. Ses limites n'existent plus. Et celui qui a réalisé Dieu, la réalité centrale, devient Dieu.

En Shoonyata, le vide de la Méditation, une autoréalisation de Dieu se présente automatiquement et il est inutile de chercher à le prouver.

Si vous entrevoyez le Créateur dans un arbre, posez-y immédiatement votre tête et vous aurez fait votre prière. Les arbres sont directement reliés à Dieu, en poussant, en fleurissant, en vivant.

Dieu a fait sortir le monde de Lui-même, de la même manière qu'une araignée produit sa toile et qu'une graine produit un arbre.

Si, durant votre Méditation, l'agitation commence à prendre le dessus, c'est que, d'une certaine manière, vous lui permettez de le faire.

Ne voyez-vous pas qu'un si vaste univers continue à être maintenu et porté? Qui le porte et celui qui le porte ne peut-il pas vous porter aussi? Pensez-vous que c'est vous qui faites tout?



Nous ne nous soucions pas de la lampe elle-même, mais de sa flamme, la lumière qui n'est pas détruite si elle se casse. Mais nous nous croyons nous-mêmes totalement détruits lorsque se casse la lampe de notre corps.

Vous êtes simplement la lumière qui disparaît dans le ciel et qui peut revenir si le moyen lui en est donné.

Vous n'aimez pas faire ce que vous remettez au lendemain.

Si vous vous contraignez à méditer, vous vous fatiguerez et la méditation deviendra un devoir alors que ce devrait être une joie.

L'obstacle à la méditation est "Je", la vanité.

Dieu n'est pas visible, mais ce vaste univers discipliné est une preuve de SON existence.

Hâtez-vous pour que le bateau de votre méditation soit prêt avant que la mort ne frappe à votre porte. Eveillez-vous à temps, sinon vous pleurerez beaucoup.

Qu'est-ce qui peut être réalisé au niveau de Shoonyata, le vide? Comment cela peut-il s'exprimer en mots?

Nous disons que Dieu est Lumière parce que la lumière éclaire tout mais on ne la voit pas elle-même.

Lorsqu'une personne éclairée cesse de parler de son propre chef, Dieu commence à parler à travers elle.

Il y avait dans l'Inde ancienne un Roi très éclairé du nom de Janak. Il dit à son Gourou: "Maître, vous parlez peu, mais je comprends davantage. Maintenant je me rends compte que seulement chaque chose n'est pas Dieu. Je suis moi-même une forme de LUI. Je devrais me marquer le front avec du bois de santal, mettre une guirlande autour de mon cou et me toucher les pieds pour me saluer moi-même".

Vos sentiments doivent rester transcendés. C'est alors seulement que la Méditation devient une félicité et, par la suite, votre vie deviendra une Méditation avec les yeux ouverts. Vous commencerez à regarder le mystère de la création de Dieu. IL apparaîtra devant vous à partir de chaque petit caillou. Vous ne serez pas l'acteur de votre travail, mais celui-ci se fera à travers vous. Votre "Je" disparaîtra et vous le découvrirez vous-même: la création est le Créateur.

N.K. Sharma

11-9-2000

Depuis sa ville sainte de Vârânasî, recevez les bénédictions du Seigneur Shiva afin que vous puissiez vivre en paix. Dans la Trinité de Brahma = le créateur, Vishnu = le protecteur, le Seigneur Shiva est le destructeur du mal. Qu'est-ce que le mal?? La réponse est -- c'est la vie que nous menons dans la satisfaction temporaire de cette vie mortelle. C'est notre futilité, notre paresse qui font que nous négligeons la vraie vie et gaspillons le temps limité de cette vie périssable, de telle sorte que nous ne gagnons rien et souffrons beaucoup.

Nous sommes la descendance de Dieu, notre créateur. C'est pourquoi il arrive parfois que nous en ayons comme un vague souvenir, mais nous l'oublions, le négligeons, ne le respectons pas. Les problèmes de ce monde prouvent bien qu'il n'est pas parfait, qu'il n'est pas complet. Nous devons rechercher l'autre monde en utilisant les rouages de cette vie.

Croyant être devenus plus sages, nous recherchons plaisir et paix dans ce type de vie que nous vivons. Nous sommes les sages insensés de ce monde dans lequel nous ne recherchons pas le monde réel qui s'y cache.

Il y avait un homme dont la maison avait pris feu. Il se mit à pleurer et à crier : "Je suis ruiné, comment vais-je pouvoir vivre et faire vivre ma famille, etc., etc..." C'est alors que survint son fils qui lui dit à l'oreille : "La maison est pratiquement vendue. Nous avons reçu une avance sur la vente".

Lorsqu'il eut entendu ces mots, le style de ses lamentations se transforma. L'homme ne criait plus "MA maison brûle et je suis ruiné" mais faisait désormais comme s'il s'agissait de quelqu'un à qui il manifesterait sa sympathie.

Un peu plus tard, son fils revint en courant lui annoncer que l'acheteur avait repris son argent, n'étant plus disposé à acheter la maison. Aussitôt, les vraies jérémiades reprirent -- Oh, ma maison est en feu, toute ma fortune va être réduite en cendres. Ma maison, ma maison, que vais-je faire maintenant ?

C'est ainsi que nos tourments proviennent de notre idée de possession -- MON, MIEN... Mon argent, Ma maison, Mon pays, Ma religion, Ma propriété, Mon fils, Ma fille, Ma femme, etc...

Rien n'est à vous. Vous êtes né seul et sans rien. Tout ce que vous avez, vous l'avez trouvé ici et vous quitterez ce monde pour toujours en laissant tout ici. Ces choses que vous n'avez pas amenées avec vous, vous ne pouvez ni y renoncer ni prétendre que vous les possédez. Si vous mettez dessus un panneau indiquant MON - MIEN, vous commettez une erreur, vous attirant inutilement des tourments.

La vie est un mouvement de solitude, de seul à seul. Accordez votre sympathie à tous, mais ne placez aucun MON - MIEN entre vous.

Vivez comme un émigrant. Vous êtes venu ici pour retourner là d'où vous venez. Soyez aimant sans complaisance, sans attachement, comme la feuille du lotus demeure toujours sur l'eau sans que celle-ci ne demeure sur elle.

Ce monde est comme un pont sur lequel il faut passer et non pas s'y arrêter ou y construire une maison. Aucun MON -MIEN ne peut se tenir sur ce pont.

Celui qui ne comprend pas cela sera un jour, plus ou moins proche, emporté malgré lui. C'est pourquoi il vous faut vivre une vie pieuse, sans jalousie ni haine ni violence. Le Gange de la vie, après avoir traversé toutes les difficultés de son chemin en zigzag, rejoindra tranquillement l'Océan dont il est en fait une partie.

Recevez toutes mes amitiés. Ne soyez pas non plus attaché à moi, sinon je deviendrai pour vous un tourment de ce monde. Puissions-nous toujours nous dire AU REVOIR.

Comment quelque chose peut-il être important sur cette planète terre qui n'a pas de fondations et qui est sans base ? Une chose sans base ne possède que des choses sans base. La planète terre est un produit du vide et retournera un jour au vide. Si nous donnons de l'importance à notre sagesse et nous engageons à résoudre des problèmes, alors notre cerveau est également vide. Les objets périssables qui sont visibles ne sont qu'une flûte, une flûte neutre dans

les mains du Seigneur Krishna, sur laquelle il joue tout air qui lui plait.

A propos de ma famille -- j'étais attaché à cette terre à cause de ma femme, faisant ceci et cela, organisant la vie pour être efficace, mais mon dernier lien s'est brisé puisqu'elle n'est plus. Elle est décédée à l'hôpital de l'Université le 9 décembre, d'une maladie des reins. Maintenant je me rends compte que je suis né seul, que je dois vivre seul et que je dois mourir seul.

Je fais la cuisine et vis avec les plantes et les arbres. Dans le climat tropical de l'Inde, je suis devenu un vieil homme. Physiquement, je ne me porte pas bien mais suis mentalement sain. Rien à savoir, rien à obtenir, pas de désir, pas d'avenir. La pièce du plaisir, dont le revers est la souffrance, je l'ai jetée au loin.

J'ai un petit-fils qui vit avec moi. Il va à l'école. J'aime parler avec lui. Il en est au stade où il ne s'est pas encore perdu dans l'ingéniosité du savoir. Bien que vivant dans le monde, j'y ai mentalement renoncé. J'ai largué les amarres de mon bateau.

Il peut partir pour rejoindre le Tout à tout moment.

L'Infini ne peut pas être connu par le fini. Il ne peut pas être exprimé. Il peut être réalisé en se perdant soi-même pour devenir infini. Une goutte d'eau ne peut pas connaître l'océan. Elle ne peut connaître l'océan qu'en perdant sa propre identité en tombant dans l'océan et en dansant avec lui.

La vérité est un attribut relatif. C'est toujours en relation avec notre planète.

Ce qui est la vérité sur notre planète n'est pas la vérité sur la Lune ou sur Mars. Six cents ans avant Jésus-Christ, Lao-Tseu a dit : "Dès que vous dites la vérité, elle devient fausse".

Ecoutez, la voix du silence nous vient des arbres, des fleurs, des montagnes et des pierres. Votre conscience leur donnera une réponse.

N.K. Sharma

## Lettre Posthume

**PORAY André**

*Ing. A.M. et E.S.E.*

2137, Avenue des Cigales

Le Petit St Eloi

83330 Le Plan du Castellet

Date de la poste –

Sans pouvoir en préciser la date, je vous prie de noter que je suis passé sur l'autre rive du fleuve de la vie.

Puis je me suis fait incinérer.

Mon corps était trop usé et ne pouvais plus être utile (car je suis né en 1907).

Ainsi tout se déroule dans la sérénité.

---

Mais ne répondez pas à cette lettre, elle ne porterait que des pensées tristes.

Les regrets sont inutiles. Seules comptent les pensées de l'amitié qui m'accompagneront sur mon nouveau chemin.

Et tous mes vœux pour que votre chemin se poursuive harmonieusement.

Tout mon amitié.

André

Joie de la CONNAISSANCE et don de L'AMITIE.

## Table des Matières

- Préface
- Lettre du Maître à un Abhyasi
- Conférence : Regard occidental sur le Sahaj Marg
- Conférence : L'inévitable évolution spirituelle de l'homme
- 18 et 19 Octobre 1997
- Réunions du Sahaj Marg 18 et 19 Octobre 1997
- Mes contacts avec Ram Chandra
- L'enseignement de Ram Chandra : Le Sahaj Marg (la voie simple)
- Message: Basant Panchami 1999
- Lettre à Sister Kasturi
- Lettre à Chari (Rajagopalachari)
- Lettre d'André Poray lue à l'occasion de la célébration de l'anniversaire de la naissance du révérend Maître à Shahjahanpur Avril 1984
- Souvenir du Maître
- Enseignements du Révérend Maître
- Méditation et transmission
- Le spectateur intérieur
- Correspondance avec son frère spirituel Sharma
- Lettre posthume