

Podcast 226

L'ART DE LA FÉLICITÉ

Le 1 de fevrier

Extrait de SAI-CHOLOGY, du Prof. Anil Kumar Kamaraju, pages-40-44

Om Sai Ram

La pauvreté intérieure

Dans le courant du grand voyage de l'existence nous acquérons beaucoup de choses : des biens matériels, les connaissances, le pouvoir et l'influence. Nous sommes constamment affairés à obtenir quelque chose, et souvent nous réalisons ce à quoi nous aspirons. Mais ensuite vient un vide, une sorte de néant. Après avoir atteint nos objectifs et comblé nos désirs, nous ne vivons toujours pas en paix. En fait nous perdons même la paix qui était déjà en nous. Le paradoxe de la vie est justement que, lorsque nous obtenons le pouvoir, nous devenons faible. Ici les enseignements de Bhagavân nous mènent à la juste conclusion.

Il nous faut réfléchir et évaluer le point critique : pourquoi voulons-nous être riche, amasser des biens et avoir la prospérité ? La réponse est ceci : notre pauvreté intérieure est responsable de nos désirs de propriétés extérieures. C'est la pauvreté intérieure qui fait que l'on désire des biens extérieurs. Quand un homme est intérieurement pauvre, il souhaite devenir riche extérieurement. Si nous observons celui qui veut être riche et puissant, et qui ambitionne un statut social et la célébrité, nous constatons que cette personne est intérieurement faible. Qui recherche assidûment la compagnie ? Celui qui est intérieurement seul et se sent isolé, ressent le besoin de la compagnie d'autres personnes.

La vie est riche de polarités et d'oppositions. Nous manquons de bien comprendre cela et luttons pour exactement le contraire. Notre pauvreté intérieure nous fait vouloir toujours plus, à cause de notre manque d'intériorité. Bhagavân donne un exemple en disant que l'homme riche est celui qui se contente de ce qu'il a, et celui qui veut toujours plus est semblable à un mendiant, même s'il vit dans la prospérité. Nous devrions comprendre que notre état intérieur se reflète sur l'extérieur et vice-versa.

C'est un principe de vie bien établi, que toute accumulation de richesse et de célébrité, désirée et réalisée, est destinée à disparaître. Après cinq ans, un membre du Parlement perd son poste de Parlementaire. Rien n'est permanent. Seule notre vraie nature, ce que nous sommes réellement, est éternelle.

La félicité est notre vraie nature

Nous ne pouvons pas nous séparer de notre nature authentique, de notre Soi intérieur. C'est ce que l'on appelle Dharma ou Nature véritable. La nature du feu est de brûler, et il ne peut pas s'en débarrasser. De même la glace ne peut pas se libérer de sa nature froide. Le fait de souffler librement est la nature du vent. D'une manière similaire il nous faut respecter notre vraie nature et en être conscient, ce qui est le secret de la félicité.

Malheureusement nous ne connaissons pas cette vraie nature qui est nôtre et, au contraire, nous courons après les possessions mondaines, devenant ainsi malheureux. Nous devrions nous souvenir de la loi fondamentale : « Ce qui acquis un jour disparaîtra ». Mais la nature du Soi, la Vérité intérieure, demeure pour toujours.

Quelle est notre nature véritable? La félicité est notre état naturel. La félicité est Dieu, Dieu est félicité. Nous sommes vraiment la félicité même. Malheureusement nous ne réalisons pas cela, ni n'en faisons l'expérience. Qu'est-ce que le « péché » ? En vérité le péché est une attitude d'infélicité. Quand nous nous sentons malheureux, nous créons de la disharmonie chez les autres. Alors nous devenons les pires des pécheurs. Ne commettons pas cette faute.

Lorsque Bhagavân circulait parmi nous, nous étions au comble de la félicité. Lorsque Bhagavân s'arrêtait en face de nous, notre joie devenait débordante. La félicité est infinie et constitue le fondement de notre caractère. La vertu authentique est le fait d'éprouver de la joie. C'est une faute de se sentir malheureux et cela n'a rien à voir avec notre vraie nature. La faute est de nous comporter selon ce que nous ne sommes pas. En revanche, nous devrions nous mettre au diapason de notre authentique qualité de félicité.

En quoi consiste l'expérience de la félicité ? Une fois que nous l'avons éprouvée et réalisée, elle fait partie de notre expérience. Lorsque nous sommes dans un état de joie, tout ce que nous faisons devient bonheur : nos conversations, nos actions, nos regards, nos gestes... en fait notre présence entière diffuse de la joie. Tout ce que nous entreprenons crée du bonheur.

Cette expérience de bénédiction est vécue dans un état de silence, dans lequel on ressent fortement ses subtilités. C'est une paix vide et pure. C'est un état complètement différent de l'euphorie temporaire que l'on ressent en buvant de l'alcool ou lorsqu'on produit une activité du type jeu ou course. La félicité est un effet de l'état de non-sensation et non-excitation. L'excitation est passagère, tandis que la félicité demeure et est alimentée dans le calme, la paix et l'absence de pensée.

Donc laissez-moi répéter que la source de l'extase est notre nature inhérente, notre droit de naissance. Nous sommes nés avec la félicité et n'avons rien à payer pour l'avoir.

La félicité est voilée.

Comment faire l'expérience de la félicité ? Selon Bhagavân, si vous désirez remplir de lait un verre plein d'eau, vous devez commencer par le vider de l'eau qu'il contient, et ensuite le remplir de lait. D'une façon similaire, on ne peut faire l'expérience de la félicité qu'après avoir enlevé de notre esprit toutes les négativités qu'il contient. C'est un peu comme creuser profondément le terrain pour y trouver de l'or. Nous obtenons cet or après avoir enlevé les cailloux, les pierres et la terre. Alors seulement nous récoltons le métal précieux qui gît en sous-sol.

Comme l'or, la félicité est présente au fond de notre être. Malheureusement les

émotions négatives comme l'anxiété, les désirs, la jalousie, la colère, l'avarice, l'envie, l'ambition, les préoccupations, etc., la voilent. Toutes ces tendances négatives, cette boue, ont recouvert le bien extrêmement précieux de la félicité qui demeure au fond de notre cœur.

Nous devons déterrer cette source souterraine, en nous débarrassant de toutes nos faiblesses et de nos négativités, comme nos désirs futiles, notre sentiment de possession, notre appétit pour le pouvoir, etc. Une fois que toutes ces saletés sont écartées, la félicité divine est nôtre.

À cet égard les enfants constituent le meilleur exemple. Quand un enfant joue et que nous le regardons et le félicitons, l'enfant reste indifférent et continue à jouer. Les louanges et les blâmes n'intéressent pas les enfants, car ils sont toujours dans un état de joie. Aussi devrions-nous redevenir comme de jeunes enfants et rester en état de joie. Nous sommes couverts de couches d'impressions négatives et de souillures qui voilent notre félicité.

Je ne suis pas affecté

Dans cette situation, comment trouver la juste attitude ? Que devrions-nous faire ? Nous devrions réaliser que la cause de nos souffrances et nos douleurs n'est qu'une ombre. Ce qui se déroule autour de nous ne nous affecte pas vraiment, dans le sens véritable. Peines, afflictions, détresse, tristesse, ne sont que des ombres. En vérité, ces choses nous laissent intouchés.

Bhagavân nous donne le simple exemple de notre propre ombre qui nous suit partout. Quand nous marchons, notre ombre tombe dans des caniveaux, de l'eau sale, sur l'herbe et sur toutes les choses qui bordent la route.. Pourtant cela ne nous cause aucune douleur, aucune souffrance, aucun blâme ni aucun malheur, car ce n'est qu'une ombre et non notre nature véritable. L'infélicité n'est pas notre vraie nature, ni la tristesse, l'affliction, la détresse, etc. Notre vraie nature est réellement félicité.

Bhagavân cite un autre exemple. Quand quelqu'un est souriant, personne ne lui en demande le pourquoi. En revanche, quand quelqu'un a une expression grave sur le visage, les gens lui en demanderont la raison : « Qu'est-ce qui ne va pas ? Pourquoi cette expression ? » C'est parce que l'allégresse est notre caractère inhérent, tandis que le contraire est anormal. Le sourire est naturel, mais la tristesse ne l'est pas.

En somme, le point fondamental est que nous ne sommes pas une simple ombre, et que notre ombre ne nous affecte pas. Si nous comprenons cela, nous serons aidés à percevoir notre joie inhérente.

Nous espérons que vous avez apprécié ce podcast sur « L'Art de la Félicité ». Nous envisageons de continuer sur cette ligne au cours des prochaines semaines.

Jai Sai Râm