

OM SAI RAM!

Bienvenue à Prasanthi Sandesh

PODCAST 236, À PROPOS DE L'EGO SPIRITUEL - 2E PARTIE 11 avril 2024

*Extrait de l'ouvrage du Professeur Anil Kumar
intitulé Sai-Chology, pages 210-215*

J'APPARTIENS A LA TOTALITE - JE NE SUIS PAS SEPRE

Tant que cette idée de soi, cet ego, ne disparaît pas, nous ne pouvons pas faire l'expérience du Divin. Tant que « je » suis là, je ne peux pas Le voir. Lorsque advient cet état d'absence d'ego, le silence total domine. Dans cet état de sérénité et de bénédiction, nous trouvons Dieu. Dans la profondeur du silence on entend la voix de Dieu, qui ne vient et ne demeure que si l'ego s'est retiré.

L'ego nous fait sentir séparés des autres : « Je suis différent des autres », mais il est tout à fait faux de penser ainsi, car personne n'est séparé des autres. Nous sommes un. Pourquoi ? La composition de notre sang, notre processus de la respiration, notre anatomie et physiologie, etc., tout cela est identique chez tous les êtres humains. Alors, comment pouvons-nous être différents ? Notre corps est composé des cinq éléments. C'est ce que nous disent les Védas.

Les Védas expliquent que le corps est composé de l'élément terre, le sang de l'élément eau, la température du corps dépend de l'élément feu. Donc, les cinq éléments sont présents dans le corps. De cette manière nous sommes feu, nous sommes l'arbre, la montagne, la fleur, le rocher, la vallée ; nous sommes eau comme l'océan, etc. Nous sommes Un et identique, une seule entité, **Unicité**.

Le sommet de l'ignorance spirituelle consiste à nous considérer comme séparés, à penser en termes de « notre groupe », « ma famille », comme séparés. Ce sont des expressions vulgaires et stupides de l'ego. Cet aspect, nous devrions nous en souvenir : « J'appartiens à la totalité. Je fais partie du tout. Je ne suis pas séparé. »

Un cercle a un centre universel. Qu'il y ait un cercle plus grand, et un autre encore plus grand, ils ont le même centre. Il peut y avoir un nombre illimité de cercles, mais leur centre est unique. Donc, imaginer avoir un centre séparé n'est rien autre qu'une bévue et une méprise grossière. L'univers entier, la totalité de l'existence, a un centre unique, non différents centres.

Dès lors, penser : « Je suis séparé des autres » est une expression tordue de l'ego. Notre sentiment de séparation suscite la peur et l'anxiété. En fait, ce ressenti d'aliénation apporte l'appréhension de la mort.

L'océan manifeste un grand nombre d'ondes et de vagues. L'onde peut-elle mourir ? Non ! Pourquoi ? Parce que l'océan demeure. Les ondes font partie de l'océan et ne meurent pas, car elles **sont** l'océan. La goutte d'eau **est** l'océan, la

vague **est** l'océan, et celui-ci ne meurt pas.

De même, la personne qui se sent séparée meurt. Celle qui se sent infinie, vaste comme l'océan, ne meurt point. Où il y a ego, il y a mort. Là où l'ego est absent, il y a immortalité, absence de mort. Pour être immortel, il faut être dépourvu d'ego.

L'EXISTENCE EN INTERDEPENDANCE EST ABSENCE D'EGO

Il vaut la peine de remarquer que l'ego humain entretient toujours un double sentiment : la dépendance et l'indépendance, qui sont deux expressions d'ego.

Certains peuvent dire : « Je dépends de lui, il m'aide beaucoup ». La dépendance présuppose un ego. D'autres diront : « Je suis indépendant ». Mais est-ce réellement ainsi ? Nous n'avons pas créé des tubes, et pourtant nous recevons de l'eau. Quelqu'un d'autre fait croître les légumes que nous achetons. Donc personne n'est indépendant ; tout cela n'est qu'un germe de l'ego.

Alors, qu'est-ce que l'absence d'ego ? Elle est interdépendance. C'est une entraide mutuelle, une existence en interdépendance. C'est une question de coexistence, de vie ensemble.

Lorsque quelqu'un remercie Baba, Il répond : « Ne me remerciez pas. Je suis pas une tierce personne. Non ! Je devrais vous remercier de Me donner l'occasion de vous servir. » Il n'est pas question de remerciements, car personne ne reçoit et personne ne donne. Le receveur et le donneur sont interdépendants. S'il n'y a pas de receveur, à qui allez-vous donner ? Donc l'interdépendance, la coexistence mutuelle est absence d'ego, gardons toujours cela à l'esprit.

IL N'EST PAS QUESTION DE REJETER L'EGO

Un jour, je complimentais quelqu'un pour la beauté de son chant. Cette personne me répondit que de tels compliments ne font que gonfler l'ego intérieur. La question cruciale est celle-ci : Qu'est-ce que l'ego et où réside-t-il ? L'ego demeure uniquement dans notre imagination. Il est pure fiction. Cependant, nous ne pouvons pas nous en débarrasser. Si nous tenons entre les mains des feuilles de papier, nous pouvons les jeter, mais pouvons-nous dire : « Allons jeter l'ego ! » ? Si nous avons quelque chose à jeter, nous pouvons le faire, mais s'il n'y a rien, qu'allons-nous jeter ? Puisque l'ego est imaginaire, comment pouvons-nous le rejeter ? Il nous faut simplement **comprendre**.

Une fois que nous avons compris, nous réaliserons que l'ego est non existant, qu'il est fallacieux. L'ego est notre propre création, une simple création mentale, qui n'est pas réellement là. Il nous faut alimenter constamment cette compréhension.

NE CROYEZ PAS QUE L'HUMILITE SOIT ABSENCE D'EGO

Lorsqu'une personne proclame qu'elle est humble, en fait c'est la plus haute expression de l'ego. L'humilité n'est certainement pas absence d'ego.

Si nous condamnons une chose, une autre chose se présente. Dans notre condamnation, il y a de l'arrogance et de l'orgueil. L'orgueil d'être humble trouve aussi sa place. Donc, examinons et comprenons clairement que, bien que, fondamentalement, il n'existe en nous aucun ego, avec le temps nous l'avons

développé. D'une façon ou d'une autre il trouve toujours son chemin d'expression.

JE PEUX TOUT AU PLUS M'ABANDONNER

Que faire, dans une telle situation? Nous ne pouvons que comprendre et, finalement, nous ne **pouvons que nous abandonner**. « Bhagavân, je m'abandonne à Vos Pieds de Lotus. Vous seul pouvez me sauver ». Alors il n'y aura plus d'ego.

Dans la vie, nous pouvons avoir quelque importance, mais en face de Swami toute trace d'ego disparaîtra, car nous nous abandonnons. Devant Lui nous sommes sans ego et ainsi nous jouissons de la félicité.

Lorsque les gens voient Baba, ils se sentent extrêmement heureux. Mais pourquoi ne sont-ils pas heureux à l'extérieur du mandir ? Pourquoi se sentent-ils bien en face de Lui, et pas à l'extérieur ? C'est parce que, devant Swami, nous sommes sans ego et donc joyeux. Quand nous sommes à distance de Lui, notre ego reprend les commandes et la félicité est perdue. Par conséquent, l'abandon est la meilleure façon de nous libérer de notre ego imaginaire.

SOYEZ SANS EGO POUR RESTER EN BONNE SANTE

L'ego est cause d'ulcères, ce qui est prouvé par les médecins. L'anxiété continuelle est cause de cancer. Si l'ego est trop fort, il est à la base d'une suite d'autres maladies.

Le corps est malade parce que notre esprit est malade. C'est le mental qui fait souffrir le corps. Lorsque l'esprit est dans un état d'équilibre, aucune maladie ne viendra. Donc soyons sans ego pour rester en bonne santé.

LE PLUS GROS OBSTACLE DANS LA VIE

Nous avons tendance à penser que l'ego est simplement de l'arrogance et de l'orgueil. Pourtant l'ego peut s'exprimer de multiples façons du point de vue mondain, et aussi sous une perspective spirituelle. Dans les deux cas, il cause notre chute.

S'il y a un grand obstacle dans notre vie, nous barrant la voie, le pire des ennemis qui nous empêche de réaliser le Divin, c'est bien notre **EGO** ! Prions Swami de nous aider dorénavant à nous débarrasser de notre ego.

Le Professeur Anil Kumar conclut ainsi ce sujet très important qu'est l'ego. Merci de votre attention.

OM SAÏ RAM