

OM SAI RAM

BIENVENUE À PRASANTHI SANDESH

PODCAST 256, NE FAITES PAS, SOYEZ TOUT SIMPLEMENT

29 août 2024

***Extrait de l'ouvrage du Professeur Anil Kumar
intitulé « Sai-Chology », pages 69-74.***

LA VIE EST PLEINE DE « FAIS » ET DE « NE FAIS PAS »

Tout le temps et partout nous rencontrons des gens qui nous enjoignent à **faire** quelque chose. « Si tu veux voir tes souhaits comblés, fais cela ». « Si tu désires atteindre la délivrance, fais cela ». Ainsi la vie est pleine de rituels, de prescriptions, de « fais et ne fais pas ». Dès notre enfance on nous a dit ce que nous devons faire et ce que nous ne pouvons pas faire, mais on ne nous a jamais dit comment « être ». Donc nous savons quoi faire et quoi éviter, mais nous ignorons ce qu'est « être ».

Dans le domaine des sciences et de la technologie, il y a certaines précautions et prohibitions. Si, dans une expérience scientifique, nous faisons ce que nous ne devrions pas, nous sommes en danger. Même dans le domaine de la philosophie et de la religion, nous avons des règles à suivre, comme par exemple les Dix Commandements dans la Bible.

Lorsque nous agissons, c'est avec l'expectation d'obtenir une chose que nous n'avons pas. Si nous désirons gagner de l'argent, nous entrons dans les affaires. Ainsi le « faire » est un processus par lequel nous avons l'intention de rejoindre un objectif. Nous sommes donc motivés d'accomplir nos buts.

La spiritualité ne vise pas au résultat

La spiritualité, quant à elle, n'est ni anticipation, ni expectation. Elle ne connaît ni but ni destination. Quelles que soient les attitudes mondaines, les démarches et les tâches sont orientées vers un but, basées sur un besoin, commerciales et pointées vers le résultat ; il n'en va pas de même en spiritualité. Il n'y a là ni objectif ni destination. C'est une avenue sans chemin. C'est pourquoi l'on nous conseille : « Ne fais rien. Sois simplement. C'est tout ».

Dans la vie nous constatons généralement que tout ce que nous entreprenons nous mène à plus de confusion. Les gens nous offrent leurs conseils, sollicités ou pas, au sujet de divers problèmes. Ou bien nous pouvons avoir nos propres idées sur comment faire les choses, mais cela engendre davantage de complications. Quoi que nous ayons accompli, cela n'a été d'aucun secours. Alors, quelle est la juste voie à suivre ?

Une petite réflexion nous révélera que le « faire » est un processus sans fin – une somme d'expectations multipliées. C'est un processus qui anticipe des résultats positifs. En revanche la spiritualité est un préparation à accepter tout ce qui nous est donné, positif ou négatif qu'il soit. Si un événement positif arrive, nous en sommes

reconnaissants envers Dieu. Si la chose est négative, nous remercions Dieu de nous avoir donné une bonne leçon. Chaque circonstance de la vie est une leçon à apprendre et un terrain d'entraînement pour notre évolution vers un état supérieur. C'est pourquoi la spiritualité demande **de ne pas agir**. Bien entendu, il ne s'agit pas d'entretenir la paresse et l'inertie. Cela signifie que la question n'est pas de « faire » ou de « devenir » quelqu'un ou quelque chose. Le « rien faire » est « être ». Être, demeurer dans l'Être, dans le Soi.

Voici un exemple : si l'on désire devenir un médecin ou un avocat, on aura à étudier, à passer des examens, à se présenter pour un colloque, et finalement à être sélectionné. D'autre part, on ne doit rien faire pour devenir Monsieur X ou Y, car on l'est déjà. On ne « devient » pas une entité, parce qu'on l'est déjà.

La spiritualité est l'étude et l'expérience de l'« être » et non du « devenir ». Le « faire » entre en jeu quand il y a un processus de devenir. Lorsqu'on est dans l'« être », on est dans la « non-action »

LA VIE EST DEBORDANTE DE DESIRS

L'existence est un faisceau de désirs. Seul le nombre varie. Certains en ont peu et d'autres beaucoup. Certaines personnes préfèrent n'avoir qu'un seul désir qui comble tous les autres. C'est un peu comme avoir un désir « vente en gros » qui satisfait le millier d'autres. Nous pouvons qualifier nos désirs de « buts » ou d'« idéaux ». Mais aussi élevés et nobles soient-ils, il s'agit toujours de désirs ; ils ne meurent jamais ni n'arrivent totalement à leur terme. Ils continuent à se multiplier jusqu'à notre dernier soupir. Si quelqu'un déclare : « Je n'ai pas de désir », il ne fait que prouver qu'il en est plein. En vérité, la vie n'est qu'un faisceau d'ambitions et d'aspirations.

Tout cela ne fait que se multiplier. Les objectifs se multiplient également de cette façon. Dans la *Bhagavad Gītā* il est dit : « Même prier pour sa délivrance est un désir ». Le titre du dernier chapitre de la *Gītā* est ceci : *moksha, sanyasa, yoga*. Cela signifie : comme pratique spirituelle, abandonne même le désir de la délivrance. Alors, qui est libre de songer ?

LES DESIRS ELABORENT NOTRE IMAGE

Notre existence est comblée d'objectifs et d'idéaux, qui sont, en réalité, notre appétit pour les choses du monde. Ils forgent notre personnalité et notre image, incluant aussi nos ambitions, nos aspirations et notre perspective de vie. Ce qui importe vraiment, c'est que notre ego est affecté par ces qualificatifs. Si un membre du service volontaire *Seva Dal* nous arrête et nous fait des reproches, notre ego est blessé et nous ressentons de l'humiliation. Cela parce que nous pensons être très importants et populaires. Nous avons construit nous mêmes cette fausse image et cette personnalité, et lorsqu'elle est ciblée en public, nous ressentons de la honte. Nous invitons le heurt, à cause de cette personnalité artificielle élaborée en nous depuis longtemps. Le fait est que les désirs, les objectifs et les idéaux fabriquent une image de nous-même.

Si nous souhaitons avoir une gorgée d'eau de coco, nous devons nous rendre chez le vendeur. Ou si nous désirons des gâteaux de la cantine, il nous faut y aller. Mais la fausse image de « personne très importante » nous fait préférer que ces

choses nous soient livrées à domicile, au lieu d'aller nous-mêmes les prendre. On ne peut pas supporter l'idée de ce que les autres penseront à nous voir faire la file. Donc, nous nous surestimons. Pourtant, à d'autres moments nous ne correspondons pas à cette image ou personnalité. Nous voulons être libres, mais l'image créée ne nous permet pas cette liberté. Nous considérant comme très importants, nous nourrissons une certaine attitude hautaine qui nous empêche de circuler librement parmi les gens. Une personne qui ne parvient pas à communiquer aisément avec tout le monde est un cas psychologique. Si l'on ne peut pas sourire, on est quasiment mort.

Quand nous n'arrivons pas à communiquer aisément ni à socialiser, parce que notre image nous interdit de le faire, nous commençons à nous condamner nous-mêmes. L'image édifiée nous mène à nous juger. Restant à distance de choses simples et d'amis, nous nous sommes emprisonnés, en vertu du prétendu titre « intellectuel » que nous avons forgé. Ainsi nous avons trahi notre liberté et nos liens avec le monde naturel. Alors nous nous lamentons d'être en esclavage. Si d'autres heurtent cette image de nous, cela suscite un sentiment de honte et d'auto-condamnation. Alors c'est un monde négatif dans lequel nous patageons, plein de détresse et de victimisme.

LE JUGEMENT DE SOI MENE A L'OBSESSION

Quand nous avons la tendance à nous condamner, toute chose devient obsession. Si une personne déclare qu'elle mange peu ou se soumet au jeûne, ou si quelqu'un d'autre dit rester en veille jusqu'à minuit en récitant le *Saï mantra*, cela n'a rien à voir avec la spiritualité. En fait cela ne fait que démontrer qu'il y a chez ces personnes une obsession pour la nourriture ou pour le sommeil. Nous devons apprendre à ne jamais torturer notre corps. Apprenons à respecter la vie. C'est la tendance à se torturer qui nous fait sacrifier la nourriture et le sommeil. La torture n'est pas religion et ne devrait jamais être une philosophie de vie. En vérité la philosophie est félicité et la religion est joie. Au lieu de faire de l'existence une vraie torture, un fardeau ou une punition, nous devrions la percevoir comme une danse, un rire et une extase.

Quand nous sommes obsédés par des choses telles que la nourriture et le sommeil, nous devenons désenchantés. Si, après avoir célébré une certaine *pūja*, nous ne constatons aucun résultat, nous sommes déçus. Nous cherchons des personnes qui nous apporteront des résultats positifs, ou un lieu dont nous pouvons tirer profit. Cette sorte de mobilité et de changement de loyauté, cette circulation de lieu en lieu, advient à cause de notre abattement. Beaucoup de gens déplorent qu'ils viennent ici depuis vingt ans, mais en vain. Ils n'ont même pas de gratitude pour le fait d'être encore en vie. Les gens de cette sorte sont aussi extrêmement égoïstes. Avec une attitude de ce type, comment peut-on prospérer ?

L'obsession n'est autre que dépression et suppression, menant à la frustration et à la mélancolie. Elle finit par s'exprimer comme torture de soi. La vie devrait être un épanouissement, pas seulement un remplissage. L'épanouissement est vie, pas le fait de remplir la vie de désirs, d'objets, de pouvoir et de position sociale. Il est bien plus important d'épanouir notre existence.

Lorsque nous entreprenons quelque chose, nous devenons pleins de désirs. Cela

mènera à la création d'une personnalité ou d'une image artificielle, qui conduira à la frustration et à l'auto-condamnation. Mais comment pouvons-nous simplement « Être » ? **En n'agissant pas, nous pouvons entrer dans une vie d'Être.** Qu'est-ce que l'Être ? Le fait de ne pas faire. Une fois que nous arrêtons le faire, nous serons dans un état d'Être. **Nous sommes l'Être même.**

Le Professeur Anil Kumar continuera à nous motiver à rejoindre l'état de l'Être, lors de la prochaine session. Merci de votre attention.

OM SAÏ RAM