

**OM SAI RAM**  
**BIENVENUE À PRASANTHI SANDESH**

**PODCAST 258, L'ÉTAT DE TRANSCENDANCE**

le 12 septembre, 2024

*Extrait de l'ouvrage du Professeur Anil Kumar  
intitulé « Sai-Chology », pages 79-84.*

**L'ÉTAT DE TRANSCENDANCE**

Même si nous avons certaines exigences spécifiques, lorsque nous entrons dans l'état de transcendance, nous pensons : « Si j'ai tout ce dont j'ai besoin, c'est parfait. Toutefois, grâce à Dieu, même si je ne l'ai pas, je serai capable de m'organiser ». Cela advient quand nous allons au-delà des sens. La transcendance est possible à condition qu'il y ait une compréhension parfaite. Si nous sommes incapables d'aller au-delà de nos limites, c'est qu'il y a un manque de compréhension. On est en mesure d'entrer dans la transcendance par la juste compréhension.

Lorsque Baba est pour nous de première importance, les inconvénients de nourriture et de logement à Puttaparthi passent en second plan. Ayant cette attitude, nous montrons avoir vraiment compris le vrai but de notre séjour ici. La première chose est servir Bhagavān. Par cette compréhension, nous accédons à l'état de transcendance, qui n'est autre que le fait de dépasser nos obsessions. Cela est possible par la grâce du Seigneur, par notre totale acceptation puisée dans le silence sublime.

L'acceptation totale est la raison pour laquelle certaines personnes sont heureuses. Bhagavān se réfère souvent aux nombreux fidèles qui viennent de loin et ont parcouru de longues distances, en particuliers les étrangers. Il dit souvent : « Regardez les visages de tous ces étrangers. Ils viennent avec le sourire aux lèvres. Ils sont très heureux. Même si J'appelle en interview seulement un ou deux de ces gens, tous les membres du groupe en ressentent de la joie. Si Je leur dit : 'Comment allez-vous ?' ils sont tous contents. En fait ils serrent la main de ceux qui ont eu l'interview, parce que la vibration divine les rejoindra eux aussi. Tel est l'état de leur félicité. Tandis que vous, vous êtes insatisfaits, bien que chaque jour Je circule parmi vous et vous adresse la parole. Quel est le problème ? »

Donc nous ne sommes pas heureux à cause de notre insatisfaction, notre manque de compréhension, nos attentes, nos obsessions et notre fausse image et personnalité. Peut-être ne sommes-nous pas anxieux pour le fait que Bhagavān nous parle ou pas, mais nous nous préoccupons de ce que les autres pourraient penser de nous.

Quand d'autres nous interrogent, nous avons à inventer une histoire. Donc nous sommes effrayés de l'opinion publique, parce que notre image pourrait être compromise pour quelque raison. Nous avons peur que notre fausse personnalité soit totalement

bousculée, affectant notre vanité et notre ego. Une telle préoccupation dépasse même le bénéfique qu'une interview aurait pu nous accorder. Ceci est l'expérience de nombreuses personnes, sans exception. Le fait est que le bonheur disparaît à cause de notre fausse image et de tout ce qui l'accompagne.

### LA SĀDHANĀ OU PRATIQUE SPIRITUELLE.

Nous accomplissons nos pratiques spirituelles de deux façons : l'une avec la tête et l'autre avec le cœur. Comment pratiquons-nous avec la tête ? Certaines personnes peuvent réciter des poèmes d'un seul souffle et d'autres chanter des mantras sans interruption. Tout cela est exercé par l'esprit. Les pratiques spirituelles exercées par l'esprit sont inutiles, futiles et nous mènent à l'échec. Cela, parce que la spiritualité transcende l'esprit.

Nous ne sommes pas l'esprit. Bhagavān dit : « L'esprit est semblable à un singe fou. Le corps est une bulle d'eau ». C'est pourquoi la pratique spirituelle faite avec la tête est vaine. Dieu et la spiritualité sont au-delà de l'esprit, qui n'est en fait qu'ego.

Les gens qui prétendent avoir accompli ceci et encore cela, en fait se situent encore entre les limites de l'esprit. Toute proclamation du « faire » vient de la tête – comme les actes d'adoration, la récitation de prières, etc. Par cela nous ne contribuons pas au bien du monde. Tous ces actes relèvent de l'esprit.

Une fois que l'esprit entreprend une *sādhanā*, il commence par se noyer dans un état de mémoire. Il évoque des événements et des objets du passé. L'esprit est en fait simple mémoire et celle-ci s'exprime par les lettres et les mots.

La récitation, le chant sont uniquement nés de la mémoire. De plus, la répétition est lassante, mécanique et simple routine. Tout ce qui est fait par l'esprit tombe au niveau de la machine. Dans une telle activité mécanique et routinière, il n'y a aucune fraîcheur, aucune beauté, ni excitation ou émerveillement. C'était la même chose hier et sera la même chose aujourd'hui.

Si notre vie devient mécanique, elle ne vaut plus la peine d'être vécue. Qu'il s'agisse de la vie de famille ou la vie professionnelle, religieuse ou sociale, elle ne devrait jamais être mécanique. Une existence façonnée sur un programme rigide n'a aucun charme et nécessite des changements.

### LA SĀDHANĀ ACCOMPLIE AVEC LE CŒUR

Lorsque nous accomplissons notre *sādhanā* avec le cœur, la mémoire n'importe pas ; ce qui compte, c'est la **signification**. Nous devrions désirer **percevoir le vrai sens**, pas simplement se souvenir du Nom.

Quand nous chantons des *bhajans*, nous devrions contempler par exemple la signification de « Krishna » - qui signifie « celui qui apaise ou éteint la soif du désir ». Alors le chant devient bien plus significatif, quand nous chantons « Krishna », « Krishna » ! Une telle émotion vient directement du cœur et renforce notre dévotion.

Nous pouvons tirer le vrai sens et la juste émotion, quand nous faisons du cœur le fondement. C'est très différent de la tête, qui travaille uniquement de mémoire. Que se passe-t-il quand nous demeurons sur le sens et l'identifions ? Alors tout *mantra* récité devient cantique. Tout ce que nous lisons, entendons et faisons est poésie et musique. Cela donne à la vie du charme, de la beauté, de l'attrait et du dynamisme, car le cœur est devenu le fondement, l'écran ou la toile de fond. Nous dansons sur la scène du cœur.

Que se passe-t-il quand nous mettons l'esprit de côté ? Rien de ce que nous faisons n'est une fin en soi. Habituellement nous chantons des *bhajans* uniquement pour les *bhajans*. Chanter des *bhajans* est un moyen pour arriver à un but, qui est d'être dans la félicité. Nous pratiquons l'adoration ou lisons des livres uniquement pour être heureux.

Donc **toute *sāadhanā* spirituelle est un moyen en vue d'un but**, pas une fin en soi. C'est un simple véhicule ou méthode. Une voiture est un simple instrument pour vous mener à destination. C'est un simple moyen, pas une fin en soi. Le cœur verra toute chose agissant comme un moyen, un véhicule, pour nous amener à l'état de félicité.

Maintenant nous devrions nous soustraire au « devenir » et entrer dans l'état de l'« être ». Nous pouvons le réaliser en pratiquant une *sāadhanā* orientée sur le cœur, non sur la tête. Cette orientation sur le cœur nous rendra vraiment vivants et rendra notre existence passionnante, émotionnante et digne d'être vécue. Alors la vie ne sera jamais ennuyeuse.

### **ÉCOUTER AVEC OUVERTURE D'ESPRIT**

L'activité spirituelle requiert trois choses importantes : la première est l'écoute – *sravanam*. Il faut écouter patiemment. Malheureusement nous ne le faisons pas. Nous écoutons en pensant. Nous pensons et écoutons en même temps. Dès lors nous ne faisons réellement aucun des deux. Nous écoutons pour pouvoir contredire l'interlocuteur, et le faisons avec des préjugés et des interprétations. Notre procédé de l'écoute est entièrement négatif, sans aucune réceptivité. Dans une telle situation nous n'en tirons aucun bénéfice.

**Écouter avec ouverture d'esprit, en silence total et avec une attitude d'acceptation, est vraie spiritualité.**

Donc quand nous entendons parler Bhagavān, nous ne devrions pas simplement l'entendre. Nous avons à l'*écouter*. Certaines choses futiles, nous pouvons les entendre et les oublier. Mais il y a d'autres choses que nous devons écouter et nous en souvenir pour la vie.

Le Prof. Anil Kumar partagera avec nous d'autres perles spirituelles, lors de la prochaine session. Merci de votre attention.

**OM SAĪ RĀM**