

## OM SAI RAM

### BIENVENUE À PRASANTHI SANDESH

#### PODCAST 276, COMMENT SUIS-JE ?

17 avril, 2025

*Extrait de l'ouvrage du Professeur Anil Kumar  
intitulé « Sai Vedam », pages 213-219.*

#### COMMENT SUIS-JE ?

Nous avons souvent entendu Bhagavān poser la question : « Qui suis-je ? ». Bien que cette interrogation ait été répétée maintes fois, nous ne sommes toujours pas en mesure d'y trouver une réponse, sans parler de faire l'authentique expérience de qui nous sommes réellement.

En prélude à cette question : « Qui suis-je ? », nous devrions enquêter, explorer et comprendre la réponse à deux autres questions : « Que suis-je ? » et « Comment suis-je ? ». Les **quoi** et **comment** nous permettront de connaître le **qui**, c'est-à-dire la dernière question. Le « Que suis-je ? » a été traité dans un chapitre précédent. Ce chapitre-ci traite de « Comment suis-je ? ».

Si je suis *tamasique* de naissance – borné, inerte, passif, indifférent, endormi, paresseux, etc. - y a-t-il moyen d'en sortir ? Si je suis *rajasique*, - émotif, passionné, énergique, plein d'aspirations et d'ambitions, hyperactif et aux désirs insatiables (parfois même des désirs interdits), puis-je modifier mon état ? Si je suis *sattvique*, c'est-à-dire pieux, équilibré, équanime, mentalement calme, pur et sage – est-ce là le sommet et la fin de tout ? Ou existe-t-il un état au-delà de celui-là ? La question « Comment suis-je ? » est traitée ici en deux phases.

Nous sommes des êtres humains et le Divin nous a donné une intelligence dotée de sens du discernement, de compétence, de jugement et d'esprit inquisiteur. Cela nous permet de dépasser notre état existant et d'atteindre l'état suivant. Dieu nous a aussi donné la possibilité d'en sortir.

#### LA CONSCIENCE DE SOI

Maintenant, comment suis-je ? Est-ce que je vis consciemment ou dans la distraction ? Enquêtons. De quoi devrais-je être conscient ? De ma profession, de mon travail ? Oui, je réussis très bien dans mon travail. Conscience de ma nationalité ? Oui, je l'exprime par mon esprit patriotique. Conscience de mes titres académiques ? Oui, je passe les examens avec de hautes mentions. Donc je suis conscient de mon statut académique, de ma tendance politique, de mes gains financiers, de ma famille et de ma société. Mais fort malheureusement, je ne suis pas conscient de mon propre Soi. Voilà la tragédie !

L'homme est capable d'atteindre la lune, mais il n'arrive pas à rejoindre son Soi intérieur. Il peut voyager à des centaines de milliers de kilomètres à bord d'un vaisseau spatial, ou lancer une sonde lunaire, telle que Apollo 12, ou Apollo 13. On dépense des milliards de dollars, uniquement pour recueillir une poignée de

poussière lunaire ! Mais avec cela, l'homme n'est pas capable de s'intérioriser d'une virgule, et donc il n'arrive pas à comprendre ce qu'il est. C'est cela que disait Bhagavān. Il ajoutait que l'être humain est très important. Il a fait de grands progrès technologiques et scientifiques. Il peut grimper à la cime des montagnes, même sur la plus haute du monde, le Mont Everest. Il peut nager dans l'eau comme un poisson et voler dans l'air comme un oiseau. Mais il est incapable de marcher sur la terre avec ses deux pieds, en bon être humain. Il ne peut pas entrer en lui-même. Voilà le malheur.

Nous vivons dans la conscience de ce monde, mais pas dans celle de notre vraie nature. Je peux être fort et bien situé. Pourtant, à moins d'observer et explorer ma vraie nature intérieure, je suis misérable et déchu. Ma vie est une lacune, un vide. Sans conscience du propre Soi, la vie est vide de sens. Ceci est essentiel : nous devrions être conscients de notre Soi intérieur.

### **CORPS, MENTAL, INTELLIGENCE**

De quoi devrions-nous être conscients ? Nous devrions être conscients de la Vie. Qu'entend-on par « vie » ? La vie a deux aspects. Bhagavān donne cet exemple : une orange, ou une banane, est faite d'une couverture extérieure, appelée peau. Cette pelure amère couvre et enferme le fruit sucré à l'intérieur. De même la vie est composée de deux parties. La première est Corps-Mental-Intelligence. Ces trois choses sont basées sur, ou élaborées par, les *gunas* ou qualités.

Ces trois qualités – *sattva*, *rajas*, *tamas* – sont présentes dans notre système et dans tous les aspects de notre personnalité, y inclus le corps, le mental et l'intelligence. Mon attitude, mes paroles, mes pensées, ma conduite et mes relations reposent sur ces trois *gunas*, connues aussi comme traits, substrats ou attributs.

La triade corps-mental-intelligence, qui constitue la personnalité humaine, dépend des *gunas*. Cela est très bien expliqué dans la *Bhagavad Gītā*, Le Chant Céleste, au chapitre 14, intitulé *Gunatraya Vibhaga Yoga*. Dans ce chapitre les trois qualités, ou attributs, sont magnifiquement classifiées, expliquées, analysées scientifiquement et présentées rationnellement. Leur explication annule tout doute, et satisfait notre enquête et exploration de la personnalité humaine par un raisonnement logique. Dieu a réservé treize *slokas* (ou versets) du 6 au 18, pour expliquer clairement ces trois qualités ou *gunas*.

### **PRAKRITI OU ÉTAT NATUREL**

Les corps, mental, intelligence sont des instruments. Nous pouvons aussi les appeler 'matière', état naturel ou *prakṛti*, en sanskrit. Du point de vue philosophique, nous pouvons les appeler *māya*, qui signifie 'se qui disparaît'. Le corps n'est pas permanent, il est illusoire, temporaire, éphémère. Il n'a rien d'éternel ou de permanent. C'est pourquoi, tout ce qui est constitué de *gunas* ou qualités, est simplement matière, nature, *prakṛti* ou *māya*.

En ce 14<sup>e</sup> chapitre, 3<sup>e</sup> *sloka*, le Divin sous forme du Seigneur Krishna appelle aussi ce qui est fait de *gunas*, du nom de *mūla prakṛti*, nature-racine ou encore *mahad yonir*, la grande matrice. De plus ce corps est aussi appelé 'champ'. Ce sont divers noms pour indiquer la même chose. N'importe lequel de ces noms peut nous fasciner et attirer notre attention, sondant profondément notre mémoire. Dieu aime la

variété, l'épice de la vie. Il ne martèle pas, toujours de la même manière et dans le même style. Il a Son propre style divin et unique de communiquer. Il recourt à plusieurs termes tels que 'matière', 'champ', 'nature', matrice, *prakṛti*, *māya*, *mūla* et *mahad yonir*, pour indiquer que la personnalité est constituée d'attributs.

Si nous passons notre existence à nous identifier avec le corps, le mental et l'intelligence, ainsi qu'avec les qualités que nous exhibons, nous devons renaître encore et encore. Ce n'est que le cycle de vie. Le 5<sup>e</sup> *sloka* dit clairement, par le terme *nibadhnanti*, que les *gunas* nous tiennent en éternelle servitude. Nous sommes liés et enchaînés, parce que nous pensons être les *gunas*. Nous nous limitons aux corps, mental et intelligence. Nous nous identifions avec la matière. C'est pourquoi nous naissons à nouveau, encore et encore. Ceci est l premier aspect de « Comment suis-je ? »

Personne ne souhaite renaître. Pour citer une expression de Bhagavān Baba : « Le journal d'aujourd'hui sera demain du papier à jeter ». Personne ne s'intéresse à voir les nouvelles d'hier. Je suis né, afin de ne plus renaître. Je meurs, afin de ne plus jamais mourir. Cela signifie que je devrais couper court et terminer ce cycle de vie. Il ne devrait plus y avoir d'interruption. Nous ne pouvons pas naître encore et encore, des centaines de milliers, ou même des millions de fois. J'ai eu des vies dans le passé, dont je ne suis pas conscient. Il se peut que de nombreuses autres vies soient en attente pour moi. Pour combien de temps devrais-je continuer ce cycle d'affliction ?

En effet, le cycle des naissances et des morts n'est qu'une somme d'afflictions. Toute joie et tout plaisir dont nous faisons l'expérience, se conclut en déplaisir et en tristesse, car ils sont momentanés. Les plaisirs passent avec le changement des circonstances. Rien sur terre n'est permanent. C'est pourquoi nous devrions aspirer à la délivrance. Cette délivrance est également appelée « le Royaume des Cieux », selon la Bible, l'état de *nirvāna*, selon le Bouddhisme, et *moksha* selon l'Hindouisme. Pour nous tous, c'est la délivrance. Nous devrions être libérés de cette servitude et des trois *gunas*. Ceci est le second aspect de « Comment suis-je ? »

*Le Prf. Anil Kumar nous donnera d'autres révélations inspirantes lors de la prochaine session. Merci de votre attention.*

**OM SAĪ RĀM**