

**OM SAI RAM**

**BIENVENUE À PRASANTHI SANDESH**

**PODCAST 277, TRANSCENDER LES GUNAS (QUALITE)**

**le 29 mai, 2025**

*Extrait de l'ouvrage du Professeur Anil Kumar  
intitulé « Sai Vedam », pages 219-226.*

### **LA TRANSCENDANCE DES QUALITES**

Qu'entend-on par « transcendance des *gunas* » ? Cela signifie que vous devriez savoir que vous n'êtes pas les qualités, les attributs, la conduite, le comportement, les pensées, les actes, les sensations et perceptions, dont vous faites l'expérience. Vous êtes au-delà de tout cela. Vous dépassez les *gunas*. Une fois que vous avez la conviction d'être au-delà du corps-esprit-intelligence, au-delà des perceptions, sensations et pensées, et aussi au-delà de tout objet, émotion et désir, vous transcendez les *gunas*. Après tout, vous pouvez adopter un certain comportement, mais au tréfonds de vous-même, vous n'êtes pas ces qualités. Non, vous les dépassez. Comment le savoir ?

Lorsque je suis allongé sur mon lit et que je jouis d'un profond sommeil, je ne fais absolument aucune expérience. Durant la nuit, alors que la fraîche brise du ventilateur au plafond écarte les moustiques, mon corps est passif et mon esprit est en état d'inconscience. En cet état de profond sommeil, je suis dans la non-dualité, je n'ai aucun *guna* (qualités, attributs ou expériences). Je suis au-delà, transcendant mon corps, mon esprit et mon intelligence.

Les qualités d'une personne qui dépasse les attributs, sont expliquées au 14<sup>e</sup> chapitre de la *Bhagavad Gītā*, versets 22 à 25. Si j'ai transcendé les *gunas*, je ne suis ni tamasique, ni rajasique, bien sûr que non ! Suis-je sattvique ? J'en doute. Alors quel est l'avantage de dépasser les trois *gunas* ?

Quel est le résultat et que se passe-t-il, lorsque nous surpassons les attributs ? Au verset 20, Dieu profère la promesse et nous assure que nous atteindrons le *nirvāna*, la délivrance, ou ce que l'on appelle paradis – *amritamaśnute*, immortalité. Vous pourriez déclarer : « Non, je ne veux pas cela ! » Très bien, alors demeurez dans la servitude. Si vous pensez être le corps, l'esprit et l'intelligence, telle est votre voie. Ou bien vous pourriez dire : « Non, non ! Je veux dépasser les trois *gunas* ». Là, il s'agit d'une route ou voie totalement différente. Il vous faut choisir l'une ou l'autre.

Que va-t-il se passer, quand vous transcendez les *gunas* ? L'effet sera que vous ferez l'expérience d'exister au-delà de vos corps-esprit-intelligence. C'est ce que l'on décrit comme le « Je » réel. Ce vrai « Je » en vous est appelé de divers noms, tels que Dieu, énergie, *ātma*, Brahman, *Paramātmā*, Source ou Père.

Bhagavān nous conseille de nous demander constamment : « Qui suis-je ? » Une femme dira : « Je suis une femme », un homme dira : « Je suis un homme ». Le

« je » est commun à l'un et à l'autre, donc vous n'êtes ni une femme ni un homme. Alors qui êtes-vous ? Vous répondez : « Je suis un lecteur », ce qui est une profession. « Je suis un Indien », mais l'Inde est un lieu auquel on appartient. Ce n'est pas le réel « Je ». Vous pourriez dire : « Je suis un jeune homme ». Vous êtes jeune aujourd'hui et demain, en attente du darshan, vous devrez vous asseoir sur les banc réservés aux personnes âgées.

Mais alors, qui êtes-vous ? Vous n'êtes ni l'âge, ni la profession, ni le pays, ni le genre. Le « Je » réel est ce que l'on appelle Dieu, énergie, Brahman, ātma ou Paramātma. Au 3<sup>e</sup> verset, il est appelé *garbham* – graine, germe, fœtus. Au 4<sup>e</sup> verset, on l'appelle Père, celui qui établit la graine. Même la Prière biblique dit : « Notre Père qui êtes aux cieux, que Votre Nom soit sanctifié... » Jésus parlait aussi de Dieu comme Père. Où demeure ce Père, la Divinité ? La Bible déclare : « Le Royaume des Cieux est en vous ». Ce Royaume des Cieux n'est pas situé ailleurs, géographiquement déterminé en un autre lieu ou plan d'existence. Donc ce « Royaume » en moi, ce « Je » réel en moi, est au-delà des *gunas*. Si l'on reste enchaîné à ces *gunas*, on vit en servitude, rien de plus. Cette servitude entraîne la répétition du cycle des naissances et des morts. C'est en transcendant les *gunas* que l'on s'assure la délivrance ou *moksha*.

Très bien ! Quelle est la procédure ou la voie pour passer d'un état à l'autre ? À présent je me sens limité, fini, enchaîné. Comment puis-je aller d'ici à là ? L'homme est enchaîné par les *gunas* ; comment donc peut-il être délivré ? Quand va-t-il sortir de prison ? Il en sera libéré aussitôt que la période de punition aura pris fin. D'une façon similaire, vous pouvez rompre toutes les chaînes des *gunas* aussitôt que vous saurez que vous êtes au-delà des attributs, et en ferez l'expérience, et que le « Je » réel les transcende. Cette expérience, nous l'appelons « prise de conscience ». Cette « prise de conscience » est exactement la transcendance des *gunas*, ou le fait de demeurer au-delà d'eux. Cette prise de conscience vous apporte la délivrance.

La Dévotion, telle qu'elle est mentionnée au verset 26, est la seule voie. Il est clairement dit : « *Bhakti yogena sevate* ». Cela signifie que, par la voie de la dévotion, vous atteindrez certainement cet état de transcendance des *gunas*. Cette voie vous rendra totalement libres de la servitude de devoir répéter les cycles de vie l'un après l'autre. C'est cela qui est mentionné au chapitre 14 – *Gunatraya vibhaga yoga*.

Maintenant abordons un autre aspect. Cette transcendance, c'est quoi ? Comment vais-je reconnaître une personne qui dit être au-delà des trois *gunas* ? Après tout, il peut s'agir d'une simple prétention de sa part. En effet, prétendre cela à son propre sujet, signifie que l'on vit encore sous la domination d'un *guna*, un très mauvais (*rajas*). Donc gardez-vous de dire cela. Qui êtes-vous pour le prétendre ? Vous n'avez rien transcendé du tout ! Alors, comment reconnaître qu'une personne a vraiment transcendé les qualités ? Avant d'aborder cette question, laissez-moi vous rapporter une belle description que Bhagavān nous a donnée à propos de cet aspect.

### **L'ACTION EST TRES NECESSAIRE**

Une personnalité tamasique est ainsi : « D'accord, monsieur, je suis très violent. Je suis plein de haine et de jalousie. J'ai un ego épouvantable. Je suis content quand les autres sont malheureux. Je peux perdre une opportunité, mais je serai

encore plus satisfait si vous aussi perdez une chance. Tel est mon tempérament. Que le monde croule, pourvu que je sois dans le confort ».

Cela est ce que nous appelons « caractère tamasique ». Mieux vaut ne pas en parler davantage, car nous disposons de trop d'exemples. Maintenant, comment dépasser cette qualité *tamas* ? La façon de surpasser cet esprit tamasique est par l'action – *karma*. Grâce à l'action, l'on peut aller au-delà et convertir nos tendances animales en attitude rajasique.

Il n'y a aucun intérêt à déclarer : « Dieu m'a fait ainsi ! » N'oubliez pas que Dieu a également créé l'action pour que vous puissiez l'accomplir et sortir de votre condition mentale. Votre philosophie de convenance « Que puis-je y faire ? » ne s'applique pas ici. Nous cherchons une excellente convenance, non la conviction. Or la conviction est bien plus importante que le fait de s'échapper ou se soustraire. Donc l'action est vraiment nécessaire. Il ne s'agit pas d'imagination, d'érudition, de connaissance livresque, d'hypothèse ou d'illusion. Si vous ne faites rien du tout, votre esprit restera tamasique. Voilà pourquoi Swami a toujours insisté sur le fait que chacun fasse quelque chose, quelque soit son âge ou sa langue. Vous devriez faire ce qui est en vos capacités.

« À présent, je ne peux plus rien faire. J'ai dépassé les quatre-vingts ans. Que pourrais-je encore faire ? » Vous pouvez au moins avoir des paroles d'encouragement pour les autres personnes. Si une personne est déprimée, vous pouvez lui dire : « Allons, mon ami, ne vous préoccupez pas. J'ai connu des jours de ce type. Je ne suis pas arrivé à ce point par une vie aisée, oh non ! Ma vie n'a jamais été parsemée de roses. Moi aussi je suis passé par des buissons d'épines N'ayez crainte, mon cher jeune homme. Vous connaîtrez des jours heureux dans le futur ».

Voilà un exemple de ce qui devrait vous venir à l'esprit. Nous ne devrions pas nous déprimer ni nous sentir frustrés. Nous devrions aider nos frères humains à avoir de l'enthousiasme et être heureux, non leur permettre de se sentir insatisfaits pour des raisons futiles.

Donc, même si je ne peux pas entreprendre un travail ou une action, je peux au moins émettre quelques paroles de soulagement, de sympathie et d'amitié. Nous pouvons exprimer ces qualités de sympathie, amitié, intérêt, attention et amour, qui nous feront quitter notre esprit tamasique.

*Le Prof. Anil Kumar nous offrira d'autres conseils précieux lors de la prochaine session.*

*Merci de votre attention.*

**OM SAÏ RAM**