

# OM SAI RAM

## BIENVENUE À PRASANTHI SANDESH

### PODCAST 278, «DE L'ACTION A LA DELIVRANCE»

le 12 juin, 2025

*Extrait de l'ouvrage du Professeur Anil Kumar  
intitulé « Sai Vedam », pages 226-234.*

#### **L'ACTION EST NECESSAIRE POUR LA PURIFICATION**

Ce *karma yoga* vous aidera. Si vous passez en revue la littérature Saiï, vous constaterez que Swami a répété encore et encore cette citation, cette belle affirmation : *Cittasya śuddhaye karma* – signifiant que l'action est nécessaire pour purifier l'esprit. Je n'ai pas obtenu un diplôme en lavage de vaisselle, allant à la cantine laver les assiettes pour le simple plaisir de le faire. Non, cette activité m'aide à purifier mon esprit et mes pensées. Je peux aller offrir mon aide dans les échoppes de l'ashram, ou prêter mes services à l'hôpital, mais je pratique tous ces services pour ma propre purification. Donc le champ de l'action nous aide à sortir de notre sommeil, de notre torpeur et indolence, et à passer de la qualité *tamas* au stade suivant : *rajas*.

Au chapitre sixième de la *Bhagavad Gītā*, le 3<sup>e</sup> verset dit : « *yogam karma kāranam ucyate* ». Que veut dire cela ? Cela signifie que le *karma*, le champ de l'action, est la raison ou la voie pour le yoga, ou juste sentier spirituel.

Donc le champ de l'action est la juste voie spirituelle à suivre, afin de s'émanciper du niveau *tamasique* et de progresser vers le niveau *rajasique*, comme le dit la *Gītā*.

Bhagavān va encore plus loin. Que dit-Il ? : « Avant de mettre son camion en marche, le chauffeur prend place sur le siège, pose les deux mains sur le volant et salue son véhicule, lui offrant ses hommages. Avant qu'un danseur ne commence sa performance sur l'estrade, il offre ses hommages au pavement. Quand un musicien joue du *tabla*, du *mrdanga* ou du tambour, il commence par saluer ces instruments. Pourquoi ? « Ô Dieu, je Te remercie de me donner cette opportunité, ce champ d'action. Je T'en prie, aide-moi à avoir le succès dans cette opération ». Voilà pourquoi Swami a répété plusieurs fois dans Ses discours : « *Tasmai namah karmani* - mes salutations et hommages au *karma*, le champ de l'action qui m'est donné ».

Ainsi, pour sortir de la qualité *tamasique* et se purifier l'esprit, il est prescrit de suivre la voie du *karma yoga*, de participer au champ de l'action. Pour cela il faut que l'on adopte une attitude respectueuse et révérencielle envers ce champ de l'action. Par exemple, je suis professeur. L'enseignement est l'activité que Bhagavān m'a réservée. Vous êtes ingénieur. Cela est le *karma* ou l'action que Dieu vous attribue. De même la pratique de la médecine est le champ d'action d'un médecin. Nous devrions tous avoir une attitude respectueuse envers notre *karma*.

Ce que l'on appelle *karma yoga* est lorsque je salue mon travail avec un esprit

d'amour, de révérence, d'adoration et d'admiration. En effet, le *karma*, le travail ou l'action, devient alors *yoga* – une pratique spirituelle, une voie divine.

*Yoga* signifie connexion, un lien établi entre l'individu et le Cosmos, ou Dieu. Le *karma yoga* tisse une communion et une communication. C'est un véhicule, c'est une connexion entre Dieu, l'Âme ou Conscience suprême, et la personne individuelle. Le simple fait de me procurer un salaire pour acheter mon pain quotidien n'est pas *yoga*. Il ne s'agit pas d'une pratique spirituelle. Mais si on le fait avec Amour, cela devient *karma yoga*. Voilà pourquoi Baba dit : « Le Devoir fait avec Amour est désirable. Le Devoir fait sans Amour est déplorable. L'Amour sans Devoir est divin ». À présent vous pouvez comprendre comment le *karma yoga* peut aider à nous faire passer de la qualité *tamas* à la qualité *rajas*.

Le pas suivant est celui-ci : comment progresser du domaine *rajasique* à la nature *sattvique* ? L'action, ou *karma*, nous aide à nous émanciper de la qualité *tamas*, somnolence ou indolence. Alors nous assumons un esprit *rajasique*. Cela signifie que nous devenons actifs, pleins de désirs, d'énergie éclatante et remplis d'enthousiasme, de dynamisme, d'émotions, d'espoir, d'attitudes et d'objectifs. Un homme jeune devrait être naturellement *rajasique*. Dans ses discours adressés aux jeunes de ce pays, Swami Vivekananda disait que les jeunes devraient cultiver ce *raja yoga*. Cet esprit d'activité, de dynamisme et de leadership est nécessaire pour la jeunesse, et il devient *raja yoga*.

On l'appelle « égoïsme », s'il s'agit simplement d'une émotion orientée vers le profit, ou d'une énergie visant à tuer ou à heurter les intérêts d'autres personnes. Il s'agit d'égoïsme, si c'est une voie qui mène uniquement à poursuivre ses propres buts de vie. L'esprit *rajasique*, dans une perspective positive, est appelé *raja yoga* et est très utile. Dans le cas négatif, l'esprit *rajasique* est une servitude et, comme tel, il existe aussi longtemps que je me noie misérablement dans l'égoïsme.

### LA VOIE DE LA DEVOTION

Comment sortir de cette mentalité *rajasique* ? La voie de *bhakti* – dévotion – nous aidera à nous émanciper de cet état mental *rajasique*. Quelqu'un demandera : « Comment devriez-vous entrer en action ? » En ce moment, je suis lecteur et j'enseigne en toute satisfaction. Supposons que quelqu'un me dise : « Anil Kumar, à partir de demain, vous n'êtes plus nécessaire dans l'enseignement ». Je devrais me sentir tout aussi satisfait. Si je ne suis heureux qu'en enseignant, il s'agit d'un attachement ou d'une servitude. Bien sûr, étant enseignant, je suis attaché à ma profession et, si l'on me disait : « Nous n'avons plus besoin de vos services », j'en ressentirais de la peine. Toutefois je ne devrais pas être attaché à mes actes.

Donc *faites votre devoir, mais soyez prêts à le quitter*. Ne vous attachez à rien. Voilà ce qui est appelé *raja yoga*. **Soyons attachés au détachement. Désirons être sans désirs.** Agissons, mais soyons prêts à tout quitter à n'importe quel moment. Cela n'est possible que par la voie de la dévotion, ou ce que l'on appelle *bhakti*.

À ce sujet, la *Bhagavad Gītā* mentionne très clairement certains points. « *Bhaktireva gariyasi* » - la *bhakti* ou dévotion est vraiment la seule voie. Les fils de *rajas* sont étroitement noués, tissant l'étoffe même de l'esprit humain. Dès lors, pour s'extraire

de cette mentalité *rajasique*, de cette tendance émotionnelle de la structure mentale, la dévotion est la seule voie.

### **OBTENIR LA CONNAISSANCE UNIQUEMENT PAR LA VOIE DE LA DEVOTION**

Nous pensons souvent obtenir la *jñānam*, ou connaissance suprême, en nous contentant de lire des livres ou en entendant parler d'elle. Cela est tout à fait faux ! Nous confondons la Connaissance avec l'érudition. Il n'y a rien de plus erroné. La *jñānam* véritable naît de l'action et de l'expérience. On ne peut l'acquérir par la lecture de livres. Vous pouvez être experts pour avoir passé en revue tous les ouvrages disponibles en librairie. Vous pouvez emporter avec vous une masse de bouquins. Toutefois cela, c'est la vie d'un âne. Bhagavān Lui-même a dit : « S'il n'y a aucune expérience, l'homme érudit n'est pas plus qu'un âne ». Comment cela ? L'âne porte sur son dos une énorme charge de bois de santal, mais il ne sait rien du parfum, de la fragrance du bois de santal. D'une façon similaire, une personne peut avoir lu au sujet de la connaissance suprême, dans les livres empilés sur son dos comme sur celui d'un âne. Cependant la simple lecture ne donne pas l'expérience réelle, qui est comme la fragrance ou l'essence du sujet traité dans ces livres.

C'est pourquoi la *Bhagavad Gītā* dit : « *Bhaktyat jñānam prajyat* ». Que signifie cette expression ? Vous ne pouvez acquérir la connaissance suprême qu'en suivant la voie de la dévotion. Pourquoi ? Parce que la dévotion vous apporte l'expérience. Sans dévotion, la connaissance n'est rien de plus qu'un ordinateur. Elle se réduit à une collection de données enregistrées. Pour avoir l'expérience directe et véritable, je dois avoir de la dévotion. Cela nous aide à passer à l'esprit *sattvique*.

Maintenant nous arrivons au troisième niveau, l'esprit *sattva*. Un état d'esprit imprégné de la qualité *sattva* est pieux, équanime, tranquille et imperturbable. Cependant *sattva* n'est pas la fin de tout. Les trois qualités nous enchaînent. L'esprit *tamas* est une chaîne de fer, l'esprit *rajas* est une chaîne d'argent et l'esprit *sattva* est une chaîne d'or. Mais une chaîne reste une chaîne. La différence n'est que dans le métal. Même si ma chaîne est en or, elle me lie et m'empêche d'être libre. À cause de cet emprisonnement je ne suis pas heureux. Mon insatisfaction ne disparaîtra qu'avec ma délivrance.

*Jñānam*, ou la voie de la sagesse, est le seul moyen qui nous aidera à sortir de l'esprit *sattvique*. Vous pourriez demander : « Au-delà de cela, où allons-nous ? » Nous irons dans un état sans attributs, au-delà des trois *gunas*. Le terme *gun'ātīta* signifie « celui qui transcende les *gunas*. Cela n'est possible qu'en acquérant la *jñānam* authentique, la connaissance suprême.

*Le Prof. Anil Kumar nous révélera d'autres gemmes spirituelles, lors de la prochaine session. Merci de votre attention.*

**OM SAĪ RAM**