

Denis Marcil

Sathya Sai Baba

**LA TRANSFORMATION  
SPIRITUELLE**  
Du Monde



Du même auteur  
La prophétie Celui qui vient  
Monde Céleste  
Secrets du Maître Divin  
Nouveau Monde

Édité en 2001 par  
**Sadhana Publications Spirituelles**  
Sherbrooke, Qc. Canada

© 2001 Sadhana Publications Spirituelles  
© 2016 Édition Denis Marcil  
Tous droits de traduction et reproduction réservés.

Dépôt légal : 1<sup>e</sup> trimestre 2001  
Bibliothèque nationale du Québec  
Bibliothèque nationale du Canada

ISBN : 2-922849-07-4  
ISBN : 978-2-922849-07-3

**Ce livre est dédié à Sathya Sai Baba  
celui qui, par son exemple de vie et son  
enseignement, a su transformer mon cœur.**

Le 23 septembre 1995, Sathya Sai Baba a  
bénéfié l'ébauche qui allait devenir ce livre.



**«WITH LOVE»  
Baba**

## INTRODUCTION

Au retour d'un deuxième voyage en Inde, au début de 1994, dans une de mes méditations, un sentiment profond me suggérait de parler de la situation du monde dans lequel nous vivons et de sa transformation qui était en marche. Ce rêve éveillé me suggérait de parler de cette transformation à partir de ma propre transformation intérieure, chose que je trouvais difficile à exprimer verbalement en public, mais que l'écriture comme voie d'expression, avec mes difficultés et limites, serait capable de rendre plus facilement.

Je n'ai pas la prétention d'être un écrivain, loin de là, je me considère plutôt comme un simple aspirant sur le sentier et un instrument entre les mains de Dieu, désirant livrer un message d'espoir pour les années à venir. L'écriture de cet ouvrage, qui est l'aboutissement d'un travail intérieur de plus de trente ans, est avant tout pour moi considéré comme une « sadhana », un exercice de discipline spirituelle que je me suis imposé afin de mieux me transformer. Tout le long de la rédaction de ce livre, je me suis remis en question, j'ai laissé tomber des préjugés et une vision nouvelle de la vie s'est ouverte devant moi.

Je tiens ici à remercier mon épouse Lucille pour son soutien moral et sa compréhension dans ma démarche intérieure. Je veux remercier aussi quelques personnes en particulier : Rhodina, Jean-Marie, Marie-Andrée, Johanne, Alain et Marjoleine qui ont su me guider et m'apporter leur aide précieuse ainsi que leurs conseils dans l'écriture.

Ce livre n'est pas une autobiographie, mais le compte rendu d'un travail de transformation intérieure entrepris à la suite de ma rencontre avec Sathya Sai Baba. Bien que ma démarche spirituelle ait commencé dans les années soixante alors que j'étais jeune adulte et que je débutais parallèlement une vie professionnelle comme policier, ce n'est que tout récemment que la grande transformation a vraiment commencé.

À l'époque de mes débuts comme néophyte et aspirant à la connaissance de la « vérité », une soif de savoir me poussait à la lecture d'écrits ésotériques et d'ouvrages sur les grands mystères de la vie et de la mort, de notre raison d'être en ce monde et du pourquoi de toute chose. La grande question classique venait hanter mon esprit : « Qui suis-je ? ».

Après plusieurs années de recherche intellectuelle, bien que la lecture ait abondamment nourri mon mental, mon âme restait vide. Je n'avais presque rien changé à mes mauvaises habitudes de vie. Je cherchais encore, par tous les moyens, le plaisir des sens; Dieu et la dévotion n'avaient aucun attrait pour moi.

Dans ma quête du savoir, au cours de l'année 1983, j'avais lu, entre autres, un article dans une revue qui décrivait l'existence d'un être exceptionnel à l'image de Jésus. Cet homme prodiguit

miracles et enseignements autour de lui. Par son pouvoir divin, il pouvait guérir les malades au simple toucher, multiplier la nourriture et matérialiser des objets d'un simple geste de la main. Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, qui vivait en Inde, était présenté comme une descente du Divin sur terre dont la mission déclarée était de rétablir la fraternité entre les hommes. Son but était d'apporter la paix dans le cœur de l'homme par un renouveau spirituel de l'humanité. Son enseignement, semblable à ceux des grandes religions de notre monde, était basé sur l'amour du prochain et le service désintéressé.

J'étais fasciné par ce que je venais d'apprendre et en même temps sceptique, car aucun média d'information n'en avait jamais parlé. Était-ce possible dans notre monde de haute technologie et de communication qu'un tel personnage ait été tenu à l'écart alors que le monde avait tant besoin de solutions à la crise qui le menaçait et le menace encore. Enfin, me disant que l'Inde était loin de mon pays et ne voyant pas la possibilité de vérifier ces informations dans l'immédiat, je laissai cet article dans l'oubli.

Sans que je m'en rende compte, l'article sur ce Sai Baba de l'Inde avait laissé une graine de semence au fond de mon cœur. Plusieurs années se sont écoulées avant que cette graine puisse germer en moi et qu'un intérêt nouveau surgisse pour ce personnage énigmatique et mystérieux de l'Inde.

Ce n'est que cinq ans plus tard, alors que j'exerçais ma nouvelle profession de libraire, que des livres parlant de Sathya Sai Baba attirèrent à nouveau mon attention. J'étais de plus en plus fasciné et intrigué par ce Sathya Sai Baba. Je voulais tout savoir sur cet homme que l'on disait divin. D'un autre côté, le doute était encore présent dans mon esprit. Je ne voulais surtout pas me laisser avoir par un gourou qui se prétendait le Maître des maîtres.

Pour me rassurer, je décidai de visiter le centre Sri Sathya Sai de Montréal. Les témoignages obtenus dans ces lieux confirmèrent et enrichirent ceux dont j'avais déjà pris connaissance par mes lectures. Les fidèles de Baba que je rencontrais, spécialement ceux qui revenaient de l'Inde, rayonnaient d'une lumière particulière. Ils avaient tous un point en commun : l'amour dans leur cœur. Cet amour, je pouvais le ressentir et il nourrissait mon âme. Mon besoin grandissant d'amour exigeait encore plus, je devais me rendre en Inde afin de vérifier par moi-même ces dires et goûter plus intensément cet amour.

En 1992, j'effectuais mon premier voyage en Inde à la rencontre de Sri Sathya Sai Baba. L'expérience intérieure d'ouverture du cœur qui a résulté de ce voyage fut la confirmation que j'étais sur le bon chemin et que j'avais enfin trouvé «ma voie». N'ayant plus à chercher ailleurs, je décidai de mettre en pratique dans ma vie, de façon graduelle, les enseignements de ce Maître exceptionnel.

Quelques mois après ce retour de l'Inde, j'ai entrepris une formation de psychothérapeute en relation d'aide qui avait déjà été prévue l'année précédente, mais qui avait été reportée à plus tard, à cause d'un voyage en Europe qui ne pouvait être annulé. Cette formation fut essentielle, non seulement pour devenir un thérapeute, mais pour effectuer un travail en profondeur sur moi-même : m'aider à « accepter les choses que je ne pouvais changer » et me donner « le courage de changer » ce que je n'aimais pas. Je me devais de mettre de l'ordre dans les introjections « achetées » dans mon enfance, les années passées dans l'armée et ma carrière de policier, qui furent toutes marquées par une forte autorité. Les enseignements de Baba, eux, allaient se charger de la transformation spirituelle

de tout mon être. C'est pourquoi j'ai aussitôt approfondi les enseignements de Sathya Sai Baba à travers ses écrits dont je me suis largement inspiré pour la rédaction de ce livre.

Depuis quelques décennies, nous entendons parler de transformation sociale, économique et même culturelle, mais rien ne semble bouger. Pourtant, nous savons tous qu'il existe un malaise dans notre société d'aujourd'hui et qu'un changement serait plus que souhaitable afin d'apporter la paix et l'harmonie dans le monde. Mais comment changer le système social dans lequel nous vivons sans se changer soi-même? Cela n'est pas possible.

Il est admis que la transformation de la société commence toujours par la transformation intérieure de l'individu. Ceux qui s'engagent dans cette tâche découvrent que le changement, bien que lent, est possible et durable. Ces individus deviennent alors des modèles et des exemples à suivre.

Sathya Sai Baba est venu dans notre monde justement pour nous aider à nous transformer de l'intérieur afin de créer autour de nous une société meilleure, une société où chaque individu pourra, un jour, vivre en paix et en harmonie avec lui-même et avec le reste du monde.

Les enseignements de Sathya Sai Baba sont simples et à la portée de tous. Ils sont basés sur les grandes valeurs morales et la dévotion et ils peuvent être mis en application aussi bien par un aspirant à la spiritualité que par un érudit hautement versé dans les connaissances spirituelles. La présentation des enseignements de Sathya Sai Baba dans cet ouvrage n'est qu'un survol de tout ce qui peut avoir été révélé par ce dernier car sa totalité nécessiterait en réalité plusieurs volumes.

Sathya Sai Baba, dans sa grande mission de transformation basée sur l'amour, veut enseigner à l'homme comment passer de son état actuel de nature « animale » (influencé par les mauvaises qualités) à l'état d'Homme-Humain et plus tard passer à l'état d'Homme-Divin, créant ainsi sur la terre le retour de l'âge d'or. Sous l'inspiration et la direction de Sathya Sai Baba, nous allons passer ensemble à travers les trois étapes de la nature humaine et découvrir par nous-mêmes la voie qui nous aidera à devenir un être entièrement Divin.

Ce livre est une invitation aux enseignements de Baba qui sont présentés parfois dans un style de fermeté qui est propre à Sathya Sai Baba, style que j'ai adopté dans certaines parties de ce livre afin de mieux représenter son message. Baba doit être vu comme un père et une mère qui veulent bien éduquer leur enfant. Il le fait avec fermeté afin que nous ayons une bonne structure de base, mais aussi avec beaucoup de douceur et d'amour. Baba veut avant tout notre bien et notre bonheur qui sont le prélude à la grande transformation du monde.

\*\*\*

Lors d'une entrevue avec Sathya Sai Baba le 23 septembre 1995, ce dernier me dit à quatre reprises : « Tu as le temps ! ». Ce temps est arrivé, soit plus de 20 ans plus tard, de publier ce livre.

L'auteur

## **Première Partie**

### **L'HOMME ET SA NATURE**

#### **De l'illusion à la réalité**

**« Ô Seigneur,  
si je tire mon bonheur des choses de ce monde,  
fais-moi oublier ces choses irréelles et  
montre-moi le bonheur éternel. »**

**Sathya Sai Baba**

#### **Chapitre 1**

#### **LA DESCENTE DU DIVIN**

##### **Bhagavan Sri Sathya Sai Baba**

L'Inde est reconnue depuis des millénaires comme un pays de très haut niveau spirituel et religieux. Bon nombre d'histoires nous relatent la vie des grands saints et maîtres spirituels originaires de ces contrées. Plusieurs parmi eux furent connus des Occidentaux au cours du siècle dernier. Quelques Maîtres authentiques attirèrent des disciples sérieux qui, à leur contact, ont vu leur vie se transformer. De retour chez eux, par leur rayonnement et leur enthousiasme, ces personnes incitèrent d'autres chercheurs à se rendre en Inde afin de découvrir ces hommes et ces femmes hors du commun qui avaient trouvé la paix intérieure et l'union avec Dieu.

En 1926, la naissance d'un enfant dans la famille de Peddra Venkapa Raju et Easwaramma Raju changea le cours de la vie de Puttaparthi, paisible petit village du sud de l'Inde. Les jours précédant le 23 novembre 1926, jour de la naissance de Sathyanarayana Raju, des phénomènes étranges se manifestèrent dans la maison familiale : la nuit, les instruments de musique se faisaient entendre sans

que personne ne les touche. Ces signes étaient de bon augure et annonçaient la venue d'un être exceptionnel dans cette demeure.

Au cours de son enfance, le jeune Sathyanarayana se différenciait des autres enfants du village. Son comportement très éveillé pour son âge troubloit ses parents. Il s'objectait à toute consommation de viande, nourrissait les défavorisés du village avec la nourriture dont il disposait pour lui-même, fuyait les endroits où l'on maltraitait ou tuait les animaux et cherchait toujours à rendre service autour de lui.

Dès l'âge de huit ans, il composait déjà des chants religieux, de la poésie et des pièces de théâtre pour son entourage. À l'école, pour faire plaisir aux autres enfants et parfois par nécessité, il sortait d'un sac de papier vide, des crayons, du papier, des bonbons et autres sucreries. Il disait que cela ne venait pas de lui mais de la « Shakti » (personnification de la force et de l'énergie primitive, l'énergie de la Mère divine) qui obéissait à ses ordres.

Le 8 mars 1940, à l'âge de treize ans et demi, Sathyanarayana tomba sur le sol, inconscient. Les gens pensaient qu'il avait été piqué par un scorpion noir. Il n'en était rien. L'enfant venait de commencer un étrange processus de transformation qui dura plusieurs jours. À son réveil, il pouvait commenter des textes sacrés qu'il n'avait jamais lus et chanter des chants en sanskrit qu'il n'avait pas appris.

Toute son enfance fut marquée par divers phénomènes qui agaçaient grandement ses parents : les matérialisations qu'il réalisait n'étaient pas chose courante dans ce coin de pays. Les parents, découragés, ne sachant plus quoi faire avec lui, approchèrent des médecins et des exorcistes pour comprendre ce genre de manifestations et autres comportements considérés comme « anormaux » et éventuellement les empêcher de gré ou de force. Aucune intervention ne réussit à contenir la divinité de l'enfant.

Le 23 mai de la même année, il réunit tous les membres de sa famille autour de lui ainsi que d'autres personnes du village. Il matérialisa alors des fleurs, des fruits, du riz et des sucreries pour eux. Près de la moitié du village accourut sur les lieux. C'est alors que Sathyanarayana déclara à tous : « *Je suis Sai Baba* ».

Dans les jours qui suivirent, les paysans du village voulurent des preuves de son authenticité. Sai Baba demanda que des fleurs de jasmin soient déposées dans ses mains. D'un geste rapide, Baba lança les fleurs qui, en retombant sur le sol, formèrent le nom de Sai Baba en télugu, sa langue maternelle. C'est alors qu'il mentionna qu'il était la réincarnation du grand saint Sai Baba de Shirdi décédé en 1918. En signe de dévotion, il dit : « *Je suis venu afin d'écartier tous vos soucis. Rendez-moi hommage tous les jeudis, gardez vos esprits et vos demeures (corps) propres et purs.* »

Il délaissa alors l'école, disant qu'il n'en avait plus besoin et prévint sa famille de son départ : « *Je m'en vais, je ne vous appartiens pas; mes fidèles m'appellent; j'ai mon travail.* » Il prit alors le nom de Sathya Sai Baba pour éviter toute confusion entre lui et le saint de Shirdi.

Dès les premiers jours suivant cette déclaration publique, les gens commencèrent à affluer dans le petit village où les routes étaient presque inexistantes. Les premiers pèlerins indiens durent s'y rendre en charrette tirée par des bœufs et traverser la rivière à gué. Les pèlerins, de plus en plus nombreux,

devaient être logés et nourris durant leur séjour, ce qui causait un grand problème d'intendance puisqu'aucun lieu d'hébergement n'existeit. Sathya Sai Baba voyait à tout pour le bien-être de ces pèlerins et, lorsque la nourriture venait à manquer, il multipliait les aliments au grand émerveillement de tous.

Durant les trente deux premières années de sa vie, Sathya Sai Baba accorda une certaine importance aux « miracles » parallèlement à l'enseignement. Il voulait démontrer avant toute chose qu'il n'était pas un homme ordinaire, mais une incarnation de nature divine. À maintes occasions, soit en présence de plusieurs milliers de personnes soit en présence de petits groupes, Sathya Sai Baba utilisa son pouvoir de création afin de matérialiser divers objets : statuettes représentant des divinités indiennes, bagues, colliers, médaillons, pierres précieuses, rosaires, fruits, fleurs, cendre sacrée et autres choses ou objets qu'il distribuait alors autour de lui sans rien demander en retour.

Les guérisons accomplies par Sathya Sai Baba ne se comptaient plus tellement elles étaient nombreuses. Il a redonné la vue à des aveugles, fait entendre des sourds, guéri des cas de cancer en phase terminale, de SIDA, de lèpre, et il a même ressuscité plusieurs personnes décédées.

La matérialisation de « lingams », pierres de forme ovale, était et restera toujours pour tous un grand mystère. Chaque année, à la nouvelle lune de février, et ce jusqu'en 1977, Baba sortait de sa bouche une pierre qui s'était formée dans son ventre. Dans les années suivantes, et ce jusqu'en 1998, ce « lingam » ne sortait plus de sa bouche, mais il était matérialisé d'un simple geste de sa main. De nouveau, le 14 février 1999, Sathya Sai Baba a fait sortir un « Lingam » en or de sa bouche devant une foule de plusieurs milliers de personnes. Cette pierre, aux grandes propriétés curatives, symbolise l'univers et la création. Cet « œuf cosmique » était et est encore aujourd'hui remis à un fidèle pour son bien-être et celui de son entourage.

Tout ce que Sathya Sai Baba accomplissait avait un but précis et démontrait qu'il n'était pas un être humain ordinaire, mais une incarnation divine sous forme humaine. Une telle incarnation divine en Inde est connue sous le nom d'Avatar.

### **L'Avatar Sathya Sai Baba**

Dans la Bhagavad Gita, texte sacré de l'Inde et vieux de plus de 5000 ans, il est écrit : « *Chaque fois que l'ordre défaillie, ô Bhâratide (l'Inde), et que le désordre s'élève, c'est alors que moi, je me produis moi-même.* »

*Pour la protection des bons et la destruction des méchants pour rétablir l'ordre, d'âge en âge, je viens à l'existence. »*  
Bhagavad Gita, ch. IV, Verset 7 et 8.

En effet, à chaque période critique de l'histoire de l'humanité, un Être divin descend sur terre dans un corps physique afin d'éclairer et de guider l'humanité souffrante. Depuis l'origine de notre monde, des AVATARS (descente de la Conscience Divine) se sont manifestés parmi nous afin de rétablir l'ordre universel (la loi morale) et nous conduire vers la paix et l'unité entre les peuples.

Un Avatar est un être réalisé qui n'a plus rien à apprendre du monde où il se trouve. Il vient enseigner aux peuples de la terre, la fraternité entre les hommes et la paternité de Dieu. Un être de cette nature est un guide, un phare qui nous indique le chemin vers la réalisation du Soi, l'union avec Dieu.

La venue d'un Avatar apporte toujours des changements majeurs dans le pays où il habite ainsi que dans la vie de tout homme qui cherche Dieu; cette venue a pour but d'élever la conscience du genre humain et de lui faire découvrir le beau, le bon, le vrai et le juste en toute chose. Bien qu'il ait choisi de s'incarner dans une période difficile, ce n'est jamais au hasard que cette descente s'effectue. Elle survient pour contrer la décadence sur terre et répond à l'appel des sages et des saints qui ont prié avec dévotion. Seul un appel fait avec ferveur et dénué d'égoïsme peut atteindre les hautes sphères célestes et ainsi recevoir une réponse favorable.

La venue d'un Être divin sur terre est chose rare et peut être précédée par l'envoi d'énergie particulière dans le monde afin que l'humanité soit préparée à recevoir ce réformateur. Cette libération d'énergie provoque l'affrontement des forces des Ténèbres contre les forces de la Lumière. Cette guerre entre ces deux grandes puissances est très bien décrite dans le Mahabharata, livre très ancien de l'Inde, qui relate le combat entre les Pandavas, qui représentent les forces du Bien et les Kauravas, qui représentent les forces du Mal. Ce combat historique avait mis en jeu le sort de l'univers tout entier. Cet affrontement des forces opposées au cours des millénaires passés décrit une situation semblable à celle de notre monde moderne, avec ses conflits d'envergure mondiale d'ordre politique, économique, social et religieux, lesquels se sont soldés en guerres dévastatrices.

L'objet de ce livre n'est pas de discourir longuement sur la doctrine des Avatars et la venue des Maîtres dans le monde. D'autres auteurs mieux qualifiés sur le sujet l'ont fait dans le passé. Mais il semble intéressant de mentionner que, dans « *Un Traité sur le feu Cosmique* », le Maître Djwal Kohl, par l'entremise d'Alice A. Bailey, nous décrit ce qu'est un Avatar :

« *Il est lui-même les trois aspects de la Déité. Il est le Soi et le Non-Soi, Il est Shiva, Vishnu et Brahma en synthèse dans la manifestation. Il est le moyen par lequel la Volonté, l'Amour et le Mental de Dieu deviennent intelligibles et apparents. Il est la force électrique positive et négative, l'équilibre. Il est la flamme, le feu, l'étincelle en manifestation.* »

Dans cet exposé, le Maître tibétain mentionne qu'un Avatar est la synthèse de la Trinité divine en manifestation dans la matière. Il est ce que nous pouvons appeler un Avatar complet, ce qui veut dire qu'il possède les seize attributs divins. Cet Avatar pleinement réalisé est doté d'une Conscience absolue dès sa naissance. Il est Dieu en manifestation sur terre. Aucune autre forme ne peut être plus élevée que lui : il est la totalité et le tout.

Sathya Sai Baba a souvent mentionné dans ses discours qu'il était un Avatar de Vishnu (Père pour les Chrétiens) et qu'il représentait la Trimurti (Trinité) hindoue formée des trois dieux qui symbolisent respectivement le pouvoir de destruction de Shiva, de conservation de Vishnu et de création de Brahma.

Nous pouvons reconnaître l'Avatar complet par l'observation de ses pouvoirs de Création, de Conservation, de Destruction, de Connaissance des existences précédentes et de Dispense de la grâce. Ces pouvoirs s'appliquent au passé, au présent et au futur : ce qui constitue les quinze premiers attributs d'un Avatar. Ces attributs, tels que présentés, ne s'appliquent qu'à des êtres de nature divine.

Le seizième élément est le plus important; il comprend les trois qualités suivantes : l'Omniprésence, l'Omnipotence et l'Omniscience. L'Avatar qui possède ces trois qualités, en plus de la maîtrise totale des quinze autres, est appelé un Avatar complet. Il peut être partout à la fois, créer ou matérialiser par la pensée tout ce qu'il veut quand il le veut et en outre, il a la connaissance de

toute chose sans jamais l'avoir étudiée.

Dans « *Mon Baba et Moi* », John Hislop raconte une conversation au cours de laquelle Sathya Sai Baba a expliqué les quinze attributs de base qu'un homme ordinaire doit maîtriser sur le plan physique avant de s'approcher du seizième attribut. Ce sont la maîtrise totale des cinq sens d'action : parler, prendre, marcher, éliminer et manger; des cinq sens d'aperception : l'ouïe, le toucher, la vue, l'odorat et le goût; des cinq éléments : la terre, le feu, l'eau, l'air et l'éther. Il se peut qu'une personne arrive au cours de sa vie à maîtriser partiellement l'un de ces quinze attributs. Cette maîtrise ne fait pas de cette personne un être réalisé pour autant. Seule une démarche spirituelle sincère, sur une des multiples voies de la réalisation, en complémentarité à cette maîtrise, fera d'elle un être réalisé.

Nous reconnaissons toujours un arbre à ses fruits. Il en est de même pour un Avatar dont les actions et les paroles doivent être en harmonie constante. Sathya Sai Baba a toujours dit : « ***Ma vie est mon message et mon message est amour*** ». Durant sa vie, Baba a démontré plus d'une fois, par ses actions, qu'il était bien un Avatar complet. Par amour pour ses fidèles, il est apparu physiquement à plus d'un endroit à la fois; il a été vu sur tous les continents du monde venant secourir des fidèles en difficulté. Les millions de fidèles qui ont eu la chance de le côtoyer de près peuvent témoigner que Baba sait tout de leur passé et de leur futur. Tous ont observé Son Omnipotence, ses « jeux divins » ou « miracles ».

Sathya Sai Baba connaît tout et sait tout. Il peut facilement interpréter les écritures sacrées de toutes les religions du monde, et même en corriger les erreurs d'interprétation.

Par exemple, au mois de mars 1940, alors qu'il n'avait que treize ans et qu'il habitait chez son frère à Uravakonda, un village voisin de Puttaparthi, Baba composa des poèmes et interpréta le Védânta considéré comme l'achèvement philosophique des Védas, les plus anciennes Écritures sacrées de l'Inde. Poursuivant ses révélations, il fit venir l'érudit de l'endroit et le corrigea dans son interprétation du Bhâgavatam, un traité sur la vie de Krishna et sur la dévotion.

Dans un discours fait le 25 décembre 1972, Sathya Sai Baba a signalé une omission la Bible en ces mots : « ***À l'instant où Il se fondit dans le suprême principe divin, Jésus communiqua à Ses fidèles une chose qui, depuis, a été mal interprétée par de nombreux commentateurs. (...) Celui qui m'a envoyé viendra à nouveau. Son nom sera Vérité. Il portera un vêtement de couleur sang. Il sera de petite stature, avec une couronne sur la tête.***

Toutefois, l'un des pouvoirs les plus émouvants et les plus saisissants de l'Avatar Sathya Sai Baba - pouvoirs qui sont d'ailleurs bien au-delà de ce que nous pouvons observer par nos sens externes - c'est la transformation du cœur de l'homme par l'amour. Cette transformation par l'amour est la base de tout changement dans le monde. Baba a consacré toute sa vie à cette entreprise qu'il s'est engagé à réaliser avant de quitter ce monde. Seul un Avatar peut accomplir un travail aussi grandiose. À l'heure actuelle, la réforme de l'éducation, par le retour aux valeurs morales, telle qu'entreprise dans ses écoles et collèges en Inde, se propage non seulement dans son pays natal mais aussi vers d'autres régions du monde, ce qui est un signe indubitable que le travail de l'Avatar est déjà bien commencé.

## Ma découverte de Sathya Sai Baba

L'Avatar est comme un phare; il projette sa lumière dans toutes les directions à la fois afin d'éclairer le chercheur de vérité. Pour ceux et celles qui sont sensibles à cette lumière, l'appel qui les conduira auprès du Maître divin viendra à travers un rêve, une expérience mystique ou psychique, une lecture, ou encore à la suite d'un événement tragique ou heureux.

C'est en lisant la revue française « *Le Monde Inconnu* », en 1983, que je reçus cet appel et que je pris connaissance pour la première fois de l'existence de Sathya Sai Baba. Engagé à cette époque dans l'Ordre de la Rose-Croix et le Martiniste, deux ordres traditionnels et initiatiques, j'avais appris que « le maître apparaît lorsque l'élève est prêt. » C'étaient là des paroles connues de tous les mystiques et qui donnent de l'espoir à tous ceux qui cheminent sur l'un des sentiers de la spiritualité. Je me demandais comment le Maître pourrait bien m'apparaître. Il m'était difficile de me faire une idée précise à ce sujet. Mon attente - infantile il est vrai - était toujours de voir un maître se matérialiser devant moi et me dire : « Voici, je suis le maître que tu attends. » Mais cet événement tant attendu ne se réalisa pas ainsi.

Le Maître avait employé, avec moi, un moyen tout autre; il avait utilisé cet article de revue pour apparaître à l'élève que j'étais, mais l'élève ne l'a pas reconnu, pas immédiatement du moins. Cinq ans se sont écoulés avant que je ne m'intéresse à nouveau à ce Maître de l'Inde. Sans nier son existence, l'élève, pris dans sa recherche intellectuelle, n'était pas encore assez prêt pour découvrir toute l'importance de ce divin personnage qui désirait se manifester à lui. Mes lectures se poursuivirent encore des années. Les ouvrages de Michel Coquet, en 1988, *La Doctrine des Avatars et Demeure de Paix Suprême* vinrent éveiller à nouveau ma curiosité, mais pas assez pour m'inciter à chercher à rencontrer Sathya Sai Baba que je trouvais toujours hors de ma portée.

Un doute persistait toujours dans mon esprit et je ne voulais pas m'aventurer dans une voie orientale dont je ne connaissais pas tous les fondements et les buts. Deux autres années passèrent avant que je ne lise *L'incarnation de l'amour* de Peggy Mason/ Ron Laing et *Le Saint homme et le psychiatre* de Samuel H. Sandweiss. Je lus ces deux volumes presque d'un seul trait. Ils décrivaient l'expérience des auteurs et leurs relations avec Sathya Sai Baba. Leurs témoignages touchants et sincères ont su éveiller en moi le besoin d'amour véritable que je cherchais.

Le récit de Peggy Mason vint toucher une corde sensible au fond de mon cœur. Je fus très ému de lire l'histoire de sa vie et son long cheminement spirituel; ce ne fut qu'à l'âge de 70 ans qu'elle put enfin trouver la lumière qui transforma sa vie. Peggy Mason, cette adepte de la nature, par son amour pour les êtres humains et son ouverture du cœur pour tout ce qui vit, a éveillé en moi mon besoin intérieur de me rapprocher de Dieu, chose que j'avais négligée durant toute ma vie. L'expérience de cette grande dame a dissipé, en grande partie, mes doutes. Elle a non seulement fait germer la semence dans mon cœur, mais elle a été également le fertilisant qui a fait grandir en moi ce besoin de recevoir et d'exprimer l'amour.

À la lecture de ces ouvrages, il m'était plus facile de m'identifier à Ron Laing et Samuel Sandweiss qui étaient de formation scientifique et de nature plus rationnelle. J'ai observé leurs questionnements et leurs expériences avec Sathya Sai Baba. Tous deux, indépendamment l'un de l'autre, reçurent lors de leur rencontre avec cet homme divin, tant et tant d'amour. Les larmes de joie qu'ils laissèrent couler sur leurs joues firent fondre leurs doutes, comme neige au soleil, au sujet de la divinité de

Sathya Sai Baba. Je fus très ému par leurs témoignages au sujet de leur transformation intérieure. Cela fut un des éléments qui m'indiquait que je ne faisais pas fausse route. La certitude était présente dans mon cœur. Au fond de mon être, je savais que ce personnage de l'Inde était celui dont j'attendais depuis toujours le retour, celui que mon cœur avait tant souhaité rencontrer.

J'eus l'occasion de lire et relire ces ouvrages dans les années qui suivirent. La semence qui avait été déposée dans mon cœur sept ans auparavant avait germé et était prête à se manifester dans ma vie de tous les jours. Ces lectures inspirantes mettaient du baume sur mon cœur et m'apportaient une lueur d'espoir pour les années à venir; elles venaient contrebalancer toutes les prophéties pessimistes que certaines revues et livres dits du Nouvel âge voulaient me faire croire.

Il ne me restait qu'une chose à accomplir pour être vraiment sûr de ne pas me tromper : c'était de me rendre en Inde et de vérifier par moi-même les propos de ces merveilleux récits. Mais je ne me sentais pas encore prêt pour un tel voyage. Auparavant, je voulais faire le point sur ma démarche antérieure et, au besoin, couper les liens avec les organisations dont je faisais partie et où je ne me sentais plus utile. Durant cette période de ma vie, je m'éparpillais dans plusieurs mouvements, je cherchais la « meilleure voie », celle qui ne me demandait pas trop d'effort, de travail sur moi. Grandes étaient mon erreur et mon illusion. La réalité est toute autre. J'avais compris qu'il était impossible d'avancer spirituellement et, par le fait même, de reconnaître le Maître qui veut « apparaître », sans un travail en profondeur sur soi.

L'Avatar est venu pour m'aider, me guider et m'offrir la possibilité de le servir, mais ma résistance au changement était tellement grande que j'ai dû attendre encore quelques années avant de vraiment m'engager sur la voie. Cette voie, que Sathya Sai Baba nous propose, est celle de la libération, celle qui nous permettra de sortir du cycle des « ténèbres » dans lequel nous sommes pris, individuellement et collectivement.

### **Le message de Sathya Sai Baba**

La voie de la libération que Sathya Sai Baba nous propose fait partie de sa grande mission de transformation du monde. Depuis le début de sa vie publique en 1940, Baba a déclaré à maintes reprises les raisons de sa venue parmi nous, en particulier à travers ses discours adressés à ses étudiants et à ses fidèles.

Le 23 novembre 1968, jour de son quarante-troisième anniversaire, Sathya Sai Baba livra au monde un exposé très révélateur intitulé : « Pourquoi Je M'incarne » publié dans *L'aube d'une nouvelle ère* de A. et S. Craxi. L'introduction de son discours reprenait les paroles de Krishna dans la Bhagavad Gita comme étant les siennes, témoignant ainsi de sa nature divine.

*« Je m'incarne d'ère en ère pour protéger les hommes vertueux, pour détruire ceux qui se complaisent dans le Mal, pour rétablir la Moralité et la Vertu sur une assise ferme. À chaque fois que le désordre règne de par le monde, le Seigneur s'incarne et prend forme humaine de façon à indiquer à l'humanité le chemin de la Paix. »*

\*

*« Ma véritable mission n'est pas seulement d'accomplir des guérisons, de contrôler ou de soulager les misères individuelles. Non, Ma tâche est autrement plus importante, et le soulagement que Je peux apporter à certains est pour ainsi dire fortuit, comparé aux véritables desseins que Je me suis assignés. Ma mission est la protection des Véadas et*

*des Sastras (écrits sacrés) afin d'en montrer la valeur à tous les peuples. Je réussirai, rien ne pourra m'arrêter ou me retarder, car lorsque le Seigneur décide de faire quelque chose, rien au monde ne peut L'en empêcher. »*

\*

*« Je suis venu pour protéger le Sanathana Dharma c'est-à-dire la Sagesse des Anciens (la loi morale et la vertu). Ma mission est de répandre la joie autour de moi et Je suis toujours prêt à venir parmi vous, non pas une, mais deux ou trois fois, et aussi souvent que vous Me voulez. »*

\*

*« Essayez donc de vous rapprocher de Moi, mais dans votre cœur et vous serez récompensés, car vous aussi pourrez acquérir une fraction de cet amour suprême. C'est une grande chance qui vous est offerte. Soyez certains que vous serez tous libérés. »*

\*

*« La plupart des gens hésitent à croire que les choses iront beaucoup mieux dans un futur proche, que la vie sera heureuse et pleine de bonheur, et que l'âge d'or fera à nouveau son apparition. Je vous affirme que ce corps divin n'est pas venu en vain et qu'Il réussira à écarter la crise qui menace l'humanité. »*

\*

Dans des exposés subséquents, Sathya Sai Baba a dévoilé l'avenir de l'humanité en ces mots :

*« Une révolution est en marche, qui n'a rien à voir avec la politique, l'économie, la science ou la technologie et qui est bien plus puissante et profonde qu'aucune autre révolution jamais faite auparavant, et c'est la révolution spirituelle. Son rôle est d'éclaircir la vision intérieure de l'homme. »*

*« Je suis venu pour allumer la lampe d'amour dans vos cœurs, de manière à ce qu'elle brille, jour après jour avec encore plus d'éclat. Je ne parle pas au nom d'une religion spécifique. Je ne suis pas venu faire de la réclame pour quelque secte que ce soit, ni pour aucune cause ou principe. D'ailleurs, je ne rassemble pas des partisans pour quelque doctrine que ce soit et je ne me propose pas d'attirer des disciples ou dévots à ma cause. Je suis venu pour vous parler d'une foi universelle, de cette voie d'amour, de la vertu d'aimer et de cette nécessité d'aimer. »*

\*

*« Un des buts principaux de ma mission est d'engendrer la renaissance spirituelle de l'humanité par la démonstration et l'enseignement des valeurs suprêmes de VERITE, d'AMOUR, de PAIX, de CONDUITE JUSTE et de NON-VIOLENCE »*

## Chapitre 2

### LE COSMOS ET LE MONDE

#### L'unité de Dieu par delà l'illusion

Hermès Trismégiste, nom donné par les Grecs au dieu du Savoir égyptien Thôt, aussi appelé le « trois fois grand », nous a laissé cette phrase célèbre : « **Ce qui est en haut est comme ce qui est en bas.** » Par ces mots, nous devons comprendre que l'homme est le reflet de l'univers, le microcosme dans le macrocosme. L'homme est à l'image de l'infiniment grand.

Comprendre le cosmos et saisir le sens réel du monde n'est pas chose facile. Notre intellect et nos facultés psychiques n'étant pas pleinement développés, notre compréhension globale de l'univers en est nécessairement restreinte. L'illusion qui découle de notre interprétation faussée par nos perceptions nous induit en erreur et parfois même nous fait voir l'homme comme le centre de l'univers. Nous avons cette fâcheuse tendance à ramener tout ce qui nous entoure à nous-mêmes et oublions que nous sommes aussi des particules de cet univers.

Pour bien illustrer cette réflexion, imaginons que nous sommes des petites fourmis de nos jardins qui essaieraient de comprendre l'immensité de la terre sur laquelle elles vivent. La terre est tellement grande comparativement à leur fourmilière qu'elles ne peuvent en comprendre la totalité. Alors, elles pourraient émettre toutes sortes de tentatives d'hypothèses limitées par leur perception restreinte.

Les astrophysiciens et les astronomes tentent depuis fort longtemps de découvrir les confins de notre univers, au moyen de leurs puissants télescopes, mais ils n'y parviennent pas. Cet univers semble s'étendre encore et encore, jusqu'à l'infini. Tout récemment, grâce au télescope Hubble, des savants ont découvert dans le cosmos un ensemble de particules qui seraient composées d'une sorte d'intelligence créatrice responsable de l'expansion et de la contraction de l'univers.

Avec cette découverte, nous pouvons nous demander si la science n'est pas sur le point de « découvrir » Dieu. Il est fort possible que ce soit le cas. C'est d'ailleurs ce que Sathya Sai Baba a confirmé à Isaac Tigrett, un fervent fidèle américain, au cours de l'année 1995. Cette découverte serait un point majeur dans le rapprochement de la science et de la spiritualité.

Sathya Sai Baba, dans sa grande sagesse, nous enseigne que Dieu est partout, qu'Il est présent dans tout ce qui existe dans l'univers et qu'Il serait Lui-même l'univers. Par exemple, Baba nous dit que Dieu est comme l'eau de l'océan qui entoure le poisson : l'eau est en dessous, au-dessus, à côté,

en arrière, en avant et à l'intérieur de lui. Enfin, le poisson est lui-même composé d'eau et de quelques autres matières qui sont aussi Dieu.

C'est une illusion qui nous empêche de voir Dieu dans tout. Cette illusion nous le fait chercher à l'extérieur de nous et nous le fait situer quelque part dans le cosmos ou ailleurs dans un endroit inaccessible à l'œil nu. Le fait de limiter notre vision intérieure et notre existence divine engendre le phénomène de l'illusion, alors qu'en fait tout est éternel et divin au niveau de l'âme.

Pour trouver Dieu au-delà de l'illusion, nous n'avons pas à vérifier dans un puissant télescope; nous n'avons qu'à regarder autour de nous. Dieu se trouve dans la nature, dans les arbres, dans les plantes, dans l'eau, dans les roches, dans tous les êtres. L'homme n'est pas séparé de la nature; nous en faisons partie à part entière. Dieu est en l'homme comme dans toutes choses. Ce sont nos limites humaines qui nous empêchent pourtant de voir cette Énergie divine qui compose chaque partie de notre corps. En fait, elle constitue la totalité de notre être.

C'est l'Énergie qui unit toutes les choses et tous les êtres selon les grandes lois de l'univers de l'attraction, de la répulsion, de la cause à effet, de l'apparition des cycles, etc. Ces lois de l'univers - qui sont divines - introduisent la notion d'ordre universel ainsi que la logique et les conséquences qui s'ensuivent. Notre perception de cette Énergie divine et de l'ordre universel est limitée du fait même de notre nature humaine et de notre tendance à tout réduire à cause de la perception de nos sens. Outre nos sens, notre mental et notre ego veulent également tout ramener à eux; ils veulent contrôler toutes nos perceptions et nous projettent alors dans l'illusion que le moi est le centre de notre être, voire même de tout ce qui nous entoure.

Sathya Sai Baba dans son merveilleux livre *Dieu est Unité*, parle de la création et du cosmos en ces mots :

*« Beaucoup sont hantés par le problème de l'origine du cosmos, et se demandent comment il a bien pu prendre forme. Ils avancent de nombreuses théories et des hypothèses contrastantes, mais un chercheur digne de ce nom n'a pas besoin de tourner autour du pot! Comment les rêves naissent-ils et comment prennent-ils forme? Quelle en est la cause? La réponse est simple : c'est le sommeil! C'est ainsi que l'illusion est la cause du cosmos. Ce dernier est aussi fantastique et éphémère qu'un rêve. Il est impossible d'établir des lois qui puissent expliquer et gouverner ses mystères infinis. C'est une perte de temps que de vouloir découvrir l'origine du cosmos ou quand il prendra fin! Vous êtes une partie de la création, alors essayez plutôt de vous connaître vous-mêmes et ne perdez pas de vue vos destinations. »*

Dieu est Unité ch. II. 8

Comment sortir de cette illusion? Pour y arriver, nous devons nous tourner vers l'intérieur de notre être afin de trouver le chemin qui nous conduira à l'union avec Dieu, la voie qui nous fera découvrir que tout ce qui existe est Dieu. C'est ce chemin que Sathya Sai Baba est venu nous montrer durant cette période difficile de l'histoire de l'humanité appelée l'ère de Kali ou encore l'âge de fer qualifié d'âge noir.

### **L'âge noir de Kali**

Dieu est à l'origine de l'univers. Par la Pensée suivie du Verbe, le son « OM », Dieu a créé tout ce qui existe et vit dans ce grand univers qui nous entoure. Baba, à ce sujet, dit ceci :

*« Ce monde manifesté que l'on perçoit, on le nomme cosmos. Il est action ou effet. Toute action est précédée d'une cause. Cette cause, c'est Dieu. Donc, Dieu et le cosmos sont liés en tant que cause et effet. La relation est*

*interdépendante et inséparable. »*

Sanathana Sarathi, avril 1993

Dieu a donné l'impulsion première. Le mouvement dans la matière et l'ordre universel se sont manifestés avec tous les rouages subtils de leur organisation. La loi des cycles a imposé son rythme et a donné les jours, les saisons, les années et les ères cosmiques.

L'étude de l'existence des cycles peut devenir captivante si nous nous y intéressons de près, qu'il s'agisse de la précession des équinoxes avec ses douze signes basés sur le zodiaque, aussi connus en Occident sous les noms d'ères du Poisson et du Verseau, termes que nous utilisons à notre époque, ou encore, dans le « Manvantara » hindou, sous les noms de quatre âges : âge de fer, d'airain, d'argent et d'or. Ces approches, qu'elles soient occidentales ou orientales, ont leur façon propre de décrire les périodes qui régissent le temps. Toutes deux, par des calculs astronomiques et mathématiques, ont établi la durée de chaque ère cosmique pouvant s'étendre sur des milliers d'années. (Lire à ce sujet *Secrets du Maître Divin* du même auteur)

Nous devons admettre que peu de personne, à ce jour, connaisse avec certitude la date précise du changement d'une ère vers une autre. Entendons ici le changement réel, non le changement établi par calcul mathématique. Un changement d'ère ou de cycle, bien qu'établi de façon approximative dans le temps, ne peut survenir définitivement que lorsque le comportement des individus change; ce qui se traduit par l'adoption de nouvelles attitudes dans les façons de penser et d'agir, jamais autrement. Pour les Occidentaux, nous avons beau dire que nous sommes dans l'ère du Verseau depuis les années soixante, en réalité rien de majeur n'a changé dans la mentalité des gens; nous sommes encore dans l'ère du Poisson.

Tant et aussi longtemps qu'une transformation personnelle des individus n'aura pas lieu, nous allons demeurer dans le cycle précédent. Même si nous admettons que nous sommes dans une période de passage entre deux ères, cette transition ne prendra fin que lorsqu'un certain pourcentage de gens seront éveillés à leur propre transformation intérieure et que ce nombre sera suffisamment élevé pour influencer et modifier les vieux concepts de notre ère déchue.

L'ère du Poisson qui se termine est, en beaucoup de points, semblable à l'ère de Kali de l'Orient. Toutes deux sont caractérisées par l'immoralité dans le monde, l'injustice sociale, la déchéance religieuse, l'égoïsme, la confusion et la discorde entre les gens ainsi que par la déviation des voies qui conduisent à Dieu.

Sathya Sai Baba est beaucoup plus explicite à ce sujet et décrit la situation de l'ère de Kali, l'âge noir, en ces mots :

*« Les richesses sont vénérées comme un Dieu, l'orgueil est devenu un credo, l'égoïsme est camouflé dans l'intellect. L'ego s'étale et le désir est une parure. La droiture n'a plus que valeur de symbole dans le monde. La compassion s'est asséchée, la gentillesse est sur le déclin. L'hypocrisie est devenue la « griffe » de la vie actuelle. L'Amour et la tendresse sont devenus indécents. Les Saintes Écritures n'intéressent plus personne, la vie est un fardeau et l'esprit humain est à la dérive, la gratitude en tant que vertu s'est évaporée; dans l'ère de Kali, ce sont là les qualités d'une personne bien éduquée. »*

*Quarterly Magazine - Printemps 1994. Prema 22*

Nous pouvons dire que la notion du devoir a disparu dans le comportement de bon nombre d'individus. La réclamation de droits, souvent légitimes, a pris beaucoup de place. La prière et la dévotion occupent peu de temps. Le sport, de même que les divertissements, captivent l'attention à un point tel que les vedettes sont les nouveaux héros, voire de véritables dieux vénérés par des foules en délire.

Ces signes ne mentent pas; ils sont la réplique exacte de ce qui avait été prédit il y a plus de 5000 ans dans les « Puranas », textes sacrés de l'Inde où l'on décrivait déjà la décadence de notre époque actuelle, à savoir l'âge noir de Kali.

Toutefois, ces mêmes écrits mentionnent que nous nous dirigeons vers une ère nouvelle : une ère de paix, d'harmonie et d'amour. Ils affirment également qu'à chaque changement d'ère, un Être divin se manifeste dans le monde afin de nous donner une nouvelle ligne de conduite pour l'ère à venir. C'est pour cela que nous avons parmi nous, durant cette période de transition, la présence de l'Avatar Sathya Sai. Sans son aide précieuse, il nous serait difficile de passer d'une ère à une autre en évitant l'autodestruction, compte tenu de l'agressivité et de l'égoïsme de l'homme. Par sa présence et son action constante, l'Avatar contient nos pulsions de destruction et développe notre pouvoir divin. C'est ainsi que le chaos est évité, grâce à son Énergie divine qui se répand en permanence sur le monde.

La transition entre ces deux ères de même que la transformation des individus se font à un rythme à peine perceptible. Elles sont comme l'eau d'un lac qui baisse d'un degré tous les jours à l'approche de l'hiver. Un beau matin, lorsque nous regardons attentivement à l'extérieur, nous réalisons qu'une couche de glace recouvre entièrement le lac. Le gel a fait son œuvre, la transformation s'est effectuée au cours d'une seule nuit sans que personne n'ait eu de pouvoir quelconque sur la date et l'heure de ce phénomène.

Cette transformation lente est en marche grâce à des millions d'individus conscients. Ils travaillent sans relâche à la création de l'avenir par la transformation de leur présent. Rien ne peut les arrêter, car ils savent intérieurement, dans leur cœur, qu'il est possible de vivre la paix et l'amour dans le cadre de sociétés multiples et différentes.

## **La société**

L'homme, afin de bénéficier de certains services, a choisi de s'organiser et de vivre en société avec ses semblables. Il est donc de notre devoir d'être reconnaissants envers la société que nous avons créée puisque nous en retirons d'immenses bénéfices. Donner, recevoir, redonner, voilà notre rôle à tous.

Soutenir l'entraide mutuelle et le service dans les diverses activités sociales de notre milieu est l'un de nos premiers devoirs. Notre but doit toujours être le bien-être de notre prochain afin que nous puissions vivre en harmonie les uns avec les autres.

Dans notre société, l'un des problèmes majeurs découle de l'obsession de certains à satisfaire leur intérêt personnel sans tenir compte des autres membres de cette même société. Ne sachant maîtriser ses désirs, l'être humain s'épuise à les satisfaire. Il affiche une certaine considération pour le bien-être des autres, mais en réalité c'est pour lui-même qu'il accomplit ses actions.

Notre société actuelle vit une grande remise en question; aucun domaine n'est épargné : les enjeux économiques, les relations sociales, la conception de la justice, la structure du monde du travail, l'orientation de l'éducation, etc. Les élus des différents paliers gouvernementaux tentent, sans trop de succès, de trouver des solutions à tous les problèmes. Il est regrettable qu'on consacre beaucoup de temps à la critique, au dénigrement ou à des débats favorisant des opinions partisanes au lieu de considérer réellement les vrais problèmes, soit le bien-être de la population.

Sathya Sai Baba mentionne souvent qu'une nation sans pureté dans le service, sans moralité et sans amour est une nation condamnée. Ces comportements conduisent toujours les peuples vers une autodestruction irréversible. Seul l'amour de soi et des autres peut « soigner » et « guérir » le monde. C'est un devoir pour chacun d'entre nous de développer cet amour pour que le monde retrouve le sens de la bonté.

La société dans laquelle nous vivons, au même titre que chacun des individus qui la composent, démontre des signes évidents de déclin propre à l'âge de Kali, l'âge noir.

La société doit, elle aussi, se transformer et trouver sa voie dans la nouvelle ère qui s'ouvre devant nous. Baba enseigne que les manifestations principales de la société sont l'expression de la Divinité. C'est pourquoi nous devons investir notre temps et notre énergie dans le but d'aider, de réconforter, de consoler, de supporter et d'aimer les autres autour de nous. C'est la seule façon de trouver l'unité entre nous et Dieu.

L'engagement que nous assumons individuellement et collectivement envers la société conditionne notre évolution spirituelle et nous rapproche davantage les uns des autres afin que nous puissions tous ensemble créer une grande fraternité de paix et d'amour sur terre.

### **Mon besoin de comprendre**

Depuis mon enfance, je m'interrogeais sur les grands mystères de la vie : « Qui suis-je? », « D'où je viens? », « Où je vais après la mort? », « Quelle est la raison de notre monde? », « Pourquoi vivons-nous en société alors qu'il semble y avoir tant de discorde entre les gens? », « Pourquoi le sexe est considéré comme mal? », « Pourquoi la religion catholique se prétend la meilleure? », « Pourquoi ceci et pourquoi cela? ». Les réponses de mon entourage, parfois simplistes, loin d'étancher ma soif de connaissances, suscitaient de nouveaux questionnements qui restaient eux aussi sans réponse.

À l'âge de 23 ans, j'ai commencé à ressentir un besoin plus pressant de connaître le secret de ces mystères. Par manque de littérature spécialisée sur le sujet dans nos librairies et bibliothèques au milieu des années soixante, je me suis tourné vers les livres et les revues américaines qui ont su apaiser momentanément cette soif.

Plusieurs années plus tard, dans le cadre de mon travail de policier, j'ai occupé un poste de gestionnaire pendant plus de douze ans. Mon horaire de travail étant régulier, je disposais de mes soirées pour entreprendre des recherches en ésotérisme et occultisme. C'était pour moi tout un monde à explorer. Je voulais lire tout ce qui me tombait sous la main, je voulais tout connaître, c'était devenu une véritable passion.

En plus des interrogations de mon enfance, la connaissance des origines de l'homme, des cycles cosmiques et de l'existence du monde invisible me préoccupaient autant et même davantage que ma vie quotidienne. J'avais besoin de lire pour satisfaire ma curiosité et, par la même occasion, ces nouvelles connaissances rehaussaient mon prestige. Tout mon être en réclamait tant et plus à cette époque.

C'était difficile pour moi d'exprimer mes émotions et je me repliais sur moi-même; j'étais ma propre prison. L'expression de soi n'avait pas été encouragée alors que j'étais enfant et ce n'était pas un hasard si j'avais choisi un milieu de travail rigide et fermé. Par moments, dans un élan de libération, j'avais besoin de m'exprimer, je répétais donc aux autres ce que j'avais appris dans les livres et j'ajoutais mes propres commentaires. Par ce verbiage intellectuel, j'avais l'impression d'être important et j'attirais à moi la reconnaissance dont j'avais tant besoin.

Les belles paroles écrites sur le sens des mystères de la vie par des auteurs que je considérais comme étant crédibles me gardaient dans une illusion de grand savoir intellectuel. Je prenais plaisir aussi à comparer les versions différentes et parfois contradictoires de ces auteurs sur le même sujet ou les approches philosophiques des différents mouvements d'éveil spirituel. Comment discerner ce qui semblait vrai de ce qui semblait faux? Comment choisir entre toutes ces « vérités » se disant inspirées? Cela devenait un problème insoluble pour moi.

Comme profane, je me suis grandement égaré dans ce besoin inné de comprendre. Ma curiosité fut satisfaite à beaucoup de points de vue il est vrai, mais je n'étais pas plus comblé intérieurement. Je vivais un manque existentiel, je cherchais encore le sens profond de mon existence et le but réel de mon incarnation.

Les expériences de visualisations, de régressions dans les vies antérieures et de renaissances n'ont que partiellement répondu à mon interrogation. Ils m'ont permis d'explorer différents niveaux altérés de conscience et de satisfaire une curiosité qui, autrement, n'aurait pas été comblée. Heureusement, aucune conséquence négative n'a découlé de ces expériences même si beaucoup d'émotions les accompagnaient. Elles furent toutes relativement bien assimilées après leur dénouement, ce qui ne fut pas le cas pour d'autres participants qui assistaient à ces ateliers de croissance personnelle.

Je devais continuer à chercher encore et encore par divers moyens : mouvements spirituels, lectures, cours, ateliers, séminaires et expériences personnelles avant de m'arrêter sur les enseignements de Sathya Sai Baba. J'ai mis beaucoup de temps à comprendre que la vraie recherche devait être celle du Soi à l'intérieur de nous et non la recherche d'expériences psychiques, de pouvoirs occultes ou de connaissances livresques qui, dans bien des cas, ne font qu'enorgueillir notre ego et nous maintenir dans une forme d'illusion qui nous empêche d'avancer.

### **Sathya Sai Baba et le monde**

Lors d'un discours, au printemps 1992, Sathya Sai Baba a dû répondre à un étudiant qui s'interrogeait sur la réalité de Dieu et du monde dans lequel nous vivons. À ce sujet, Baba a déclaré ceci :

*« Mon garçon, ne perds pas ton temps à réfléchir à de telles questions. Pourquoi te soucies-tu de la réalité ou de l'irréalité du Créateur et du monde? Laisse cette question à Dieu et au monde. Tout d'abord, découvre la vérité à ton sujet. Tu peux penser que tu es réel. Mais n'est considéré comme réel que ce qui ne subit aucun changement pendant les*

*trois périodes de temps que sont le passé, le présent et le futur. À la lumière de ce critère, puisque ton corps subit constamment des changements et puisqu'il est susceptible de périr à tout moment, il est considéré comme illusoire. Il en est de même pour le reste du monde. »*

Sanathana Sarathi, juillet 1992. Prema18

Le monde, du point de vue divin, est un rêve, une illusion cosmique, mais pour le commun des mortels, il est réel. C'est le lieu qui nous permet d'exister et d'expérimenter la vie sous une forme humaine. Cette réalité est nôtre et nous ne pouvons y échapper sous aucun prétexte. Sathya Sai Baba, parlant du monde, de la société et des individus riches et pauvres qui la composent, s'exprime ainsi :

*« La société est un groupement d'êtres humains constituée de gens riches, pauvres et de classe moyenne. Servir la société c'est avant tout servir l'homme. Si un homme est riche, c'est qu'il a pu s'enrichir grâce aux autres hommes de la société. Sans l'aide et la coopération des autres, l'homme serait incapable de s'élever dans la société. Les choses étant ainsi, le devoir le plus important de l'homme est de servir son prochain. Dans la société, chaque homme est responsable de sa qualité et de sa grandeur. »*

*« Ceux qui sont cultivés et instruits devraient sanctifier leurs connaissances en se chargeant d'instruire les autres. Le vrai rôle du médecin serait de s'occuper des malades. Ses connaissances médicales devraient être mises gratuitement à la disposition de ceux qui n'ont pas les moyens de payer. L'homme d'affaires devrait se fixer un revenu minimum et consacrer le revenu excédentaire au bien-être de la société. »*

Discours du 19 novembre 1990.

Le monde est notre demeure. Nous n'avons qu'une seule terre où nous pouvons expérimenter la vie sous une forme humaine; selon Baba, l'incarnation sur terre est un privilège rare et la vie ne doit pas être gaspillée. Nous devons considérer l'ensemble de l'humanité comme une grande famille issue de la même source divine.

*« Nous sommes tous unis les uns aux autres. Nous sommes tous nourris par la même terre et réchauffés par le même soleil. Nous sommes tous issus de la même Divinité. Chaque pays est un espace dans la Maison du Père. »*

*« Les dangers qui guettent toujours la société dans laquelle nous vivons sont :*

*La politique sans principe.  
L'éducation sans caractère.  
La science sans humanité.  
Le commerce sans morale.  
La richesse sans travail.  
La dévotion sans foi.  
La vie humaine sans vertu. »*

Discours du 20 février 1992 et du 7 mars 1997.



## Chapitre 3

### LA NATURE DE L'HOMME

#### Les quatre catégories d'homme

Les dictionnaires nous décrivent l'homme comme étant un être (mâle ou femelle) appartenant à l'espèce animale la plus évoluée de la terre. Selon Baba, dans chaque être humain, il y a une partie d'animalité, d'humanité et de Divinité. La différence marquante entre l'animal et l'homme, c'est que ce dernier possède un mental qui lui confère le pouvoir de se renseigner sur le pourquoi et le comment des choses. L'homme, grâce à son intellect, peut discerner entre le bien et le mal, le vrai et le faux.

Cette faculté de discernement a été grandement affectée au cours de la période de l'âge noir qui caractérise notre époque. L'homme est devenu complètement inconscient de sa vraie nature, celle qui est amour et compassion. Selon Baba, l'homme se conduit plus mal que les animaux, car il ne cherche que la satisfaction égoïste de son intérêt personnel et l'accumulation de possessions. Il a perdu le vrai sens de la vie et, par le fait même, le chemin qui le conduisait au Divin.

L'homme, dans son entier, n'est pas seulement composé d'un corps qu'il doit satisfaire à tout point de vue et d'un intellect, mais d'un mental qui lui permet de comprendre ses actions et d'une âme qui est de source divine. De ces quatre parties, le mental a une part très importante à jouer dans le déroulement de sa vie. C'est le mental qui maintient l'homme parfois dans un état animal ou le fait cheminer vers un état plus humain et qui, un jour, le conduira infailliblement vers le Divin.

À ce sujet, Sathya Sai Baba a décrit, dans un discours fait le 25 mai 1993 au collège de Brindavan, les quatre catégories d'hommes selon leur inclinaison mentale :

#### « L'Homme Animal »

« *Est considéré comme Homme Animal celui qui gaspille sa vie à la recherche uniquement des plaisirs sensuels, de sa naissance à sa mort. On peut en fait affirmer qu'il est pire que les animaux, car au moins ces derniers agissent par instinct tandis que cette brute d'homme n'a aucune considération pour quoi ou qui que ce soit, puisqu'il n'exerce aucun contrôle sur ses tendances de plus en plus démoniaques.*

#### « L'Homme Démoniaque »

« *Est considéré comme Homme Démoniaque celui qui prend plaisir à boire des boissons alcoolisées. L'homme démoniaque passe son temps dans des activités d'inertie : telles que manger, boire, dormir. Il ne s'intéresse égoïstement qu'à ses propres intérêts et plaisirs et ne pense jamais à rendre les autres heureux. Il ne connaît ni la gentillesse ni la compassion. On ne trouve en lui pas même la plus petite trace de discernement ou d'objectivité. C'est dans sa nature de râiller, d'abuser et de heurter les autres. Il y a pire, la vue même d'hommes grands et sains éveille en lui des sentiments de jalousie et de haine. Une personne dont l'esprit est remplie de pensées et de sentiments aussi mauvais est appelée*

*Homme Démoniaque.*

### **« L'Homme Humain »**

*Est considéré comme Homme Humain celui qui se réjouit de la vérité et de la droiture et qui a foi dans les directives des Saintes Écritures. Il met en pratique dans sa vie quotidienne les principes de vérité et de droiture, considère que le devoir ou les responsabilités sont plus importants que les droits et les priviléges et est doté de vertus telles que la gentillesse, la compassion, la générosité, la charité et la tolérance. Ainsi, l'Homme Humain mène la vie tranquille d'un chef de famille.*

### **« L'Homme Divin »**

*Est considéré comme Être Divin celui qui se réjouit d'être en communion avec Dieu, d'être toujours établi en Dieu, de consacrer toutes ses actions à Dieu, de considérer que toute chose est Sa manifestation et de ressentir joyeusement toute forme en tant que reflet du Divin. Cet Homme Divin baigne dans une plénitude tout au long de sa vie.*

*Si on comprend bien ce qu'est le mental, si on le discipline et si on l'utilise pour se débarrasser des qualités négatives basées sur l'égoïsme, il sera le guide qui aidera à mener une vie fructueuse et bien remplie. C'est tout simplement à cause de ses pensées égoïstes que l'homme ne réussit pas à réaliser le but de la vie humaine (...).*

*De la naissance à la mort, l'homme consacre tout son temps et toutes ses énergies à manger et à dormir. Cela est-il digne de la condition d'homme? Il y en a qui se vantent de leur érudition ou de leur pèlerinage ou de leur dévotion ou des rituels qu'ils accomplissent ou de leurs positions importantes. Croire que de tels accomplissements sont élevés est une erreur.*

*Un homme ne peut être qualifié d'homme véritablement supérieur que lorsqu'il reconnaît que tout ce qu'il a, il le doit à Dieu. »*

Sanathana Sarathi, octobre 1993.

Après la lecture de cet énoncé de Baba, nous pouvons déterminer avec justesse dans quelles catégories ou combinaisons de ces dernières nous nous trouvons. Le but premier est de savoir où nous situer dans l'échelle de l'évolution spirituelle et, après réflexion, être déterminé à progresser vers un état plus élevé. L'homme éveillé, à la découverte de lui-même, dans son empressement, voudrait franchir tous les stades d'évolution dans une seule existence. Bien que cela soit possible, Baba le met en garde à ce sujet et dit : « **Ne prenez qu'une marche à la fois.** »

*« Ne regardez pas en arrière pour savoir où vous en êtes, une marche à la fois doit suffire à vous donner assez de courage pour affronter le prochain effort. Faites attention de ne pas glisser. Chaque pas vous rapproche de la victoire finale, ne perdez pas un instant. »*

Sathya Sai nous parle. Vol. 1

Les « marches » parfois trop hautes que nous nous mettons à enjamber portent à l'essoufflement et au découragement et sont causes d'abandon en cours de route.

L'évolution intérieure est comparable à l'ascension d'une montagne, elle doit être gravie lentement avec persévérance et courage. Aucun alpiniste ne se lance au hasard dans une telle aventure d'escalade sans avoir étudié en détail au préalable le parcours, les montées vertigineuses, les risques possibles de chute et les haltes obligatoires. Il doit avoir en plus une motivation intérieure intense et une grande détermination à vouloir atteindre le sommet, qu'il sait être très élevé.

Le cheminement spirituel nous permet de nous dépasser, de nous éléver et d'aller au-delà de ce que nous sommes. Il permet aussi de changer notre vision et de voir les choses sous un angle différent. En somme, cette « escalade » intérieure nous permet d'évoluer vers quelque chose de supérieur et de différent.

### **Pourquoi évoluer?**

Rien n'est stationnaire dans la nature ainsi que dans l'univers. Tout est en perpétuel mouvement, en mutation et en transformation. Les arbres poussent et les animaux évoluent. C'est une action parmi d'autres dans leur plan de vie et leur but est d'atteindre une certaine maturité dans leur règne. De même que notre planète et tout notre système solaire, après qu'ils auront accompli le travail pour lequel ils furent créés, retourneront à la Source qui les a fait naître.

La nature et les êtres de notre terre se transforment depuis des millions d'années, par une mutation génétique, en liaison avec la sélection naturelle qui opère dans leur propre milieu de vie. L'homme est apparu au cours de cette mutation, il était un simple animal avec très peu de qualités humaines. Au cours des âges, son rôle a été, et est encore, de devenir un être complètement humain sans aucune trace d'animalité. Et enfin, le but final de son évolution est de retourner à Dieu, son Créateur. Baba à ce sujet nous dit ceci :

*« La création est une manifestation de la volonté du Divin et tous les êtres de la création sont des représentants du divin. La venue de l'homme a pour but de proclamer au monde la gloire du Créateur car l'homme est à l'image du Créateur. »*

Si l'homme est à l'image du Créateur, nous devons bien comprendre que ce n'est pas le corps dans sa forme physique qui est à cette image, comme il nous le fut enseigné dans le passé, mais bien l'âme qui est de même essence que Dieu. Le corps - le véhicule de l'âme, - nous est prêté afin de permettre à notre être de passer de l'état animal à l'état divin à travers l'homme.

La loi naturelle de l'évolution nous incite, comme être humain, à nous éléver à un niveau de conscience supérieur afin que nous comprenions la vérité de toutes les lois qui nous entourent. Selon une de ces lois, nous devons apprendre, au cours de notre cheminement, à transcender le cycle de cause à effet qui est responsable de nos nombreuses incarnations sur terre. Nous devons aussi transcender notre ego et arriver à un état qui nous permettra de contrôler les forces de la nature et de devenir maître de notre destinée. Enfin, nous devons chercher par tous les moyens à nous unir à Dieu, et, un jour, nous fondre avec la Source divine qui nous a donné la vie. C'est seulement après ces étapes que nous pourrons réaliser que nos nombreux passages sur terre sont arrivés à leur fin. Ainsi, par notre évolution dans la matière, nous avons participé au grand « Jeu » divin qui restera peut-être toujours un mystère pour notre compréhension humaine limitée et restreinte.

Cette description peut paraître excessive pour l'entendement humain. Pourtant, c'est le cheminement normal de l'évolution que chacun d'entre nous doit emprunter un jour ou l'autre au cours de ses existences. Il n'y a aucun autre moyen d'échapper à la vie terrestre. Le but final restera toujours le même : atteindre la perfection complète de son être avant de retourner à Dieu et de se fondre pour l'éternité dans l'Océan divin.

Le plaisir et l'attrait des sens, qui influencent le mental, nous retiennent dans les catégories inférieures de la nature humaine. C'est le mental qui nous empêche de nous éléver vers notre

destinée divine. Enracinés profondément dans le monde matérialiste, nous avons perdu le sens spirituel de la vie. La compétition et la technologie d'aujourd'hui, dans beaucoup de cas, nous maintiennent dans la servitude et la dépendance des biens matériels. Très peu d'entre nous peuvent se passer des appareils que la science nous offre. Nous vivons en fonction d'un système de consommation qui nous pousse à accumuler encore et encore des biens de toutes sortes, nous éloignant ainsi de notre but réel.

Depuis le début du vingtième siècle, une évolution technologique sans précédent dans notre histoire a eu lieu. Par contre, nous avons connu un appauvrissement spirituel et une stagnation pour ne point dire un recul dans ce domaine. La cause de tout cela, entre autres, est la recherche du bonheur par la possession de biens de toutes sortes, l'attachement au corps au détriment de l'âme qui l'habite et la satisfaction de son « petit moi » par le plaisir des sens.

Évoluer intérieurement ne veut pas dire rejeter ce que la science nous offre, mais ne pas nous attacher au bien de la science qui souvent éveille en nous des qualités inférieures de nature animale comme l'envie, la jalousie et l'égoïsme. Nous pouvons utiliser tout ce qui est mis à notre disposition : maison, automobile, ordinateur et autres comme des instruments utiles à notre bon fonctionnement d'être humain et non les considérer comme une fin en soi.

Sathya Sai Baba nous rappelle à l'occasion dans ses discours que nous devons avant tout nous libérer de l'animalité en nous et devenir hommes :

*« Vous devez pouvoir affirmer : « Je suis un homme. Je ne suis pas un animal. » Pour cela, il faut se débarrasser des caractères animaux, comme l'ego, la jalousie ou la haine, et développer des qualités humaines d'amour, vérité, sacrifice et joie. Considérer les souffrances comme des nuages passagers. La félicité ne s'atteint que par l'union avec Dieu. »*

Discours du 11 avril 1994.

Dans notre évolution vers Dieu, nous devons tenter par tous les moyens de nous défaire du caractère animal que nous avons hérité de notre passé lointain. Pour atteindre ce but, nous devrons connaître l'existence des trois qualités de la nature qui influencent notre comportement de vie et tenter de les contrôler.

### **Les trois qualités de la nature**

Depuis les premières recherches en psychologie humaine, la science a toujours tenté de classer les gens selon leurs comportements, leurs qualités et leurs attitudes. Ce genre de classement s'est modifié selon le temps et les chercheurs. Les uns ont dit que l'homme était soit indifférent ou méfiant, soit sympathique ou froid. D'autres ont classé l'individu en types bilieux, sanguins, nerveux ou flegmatiques ou, tout simplement, en auditifs ou visuels.

De récentes recherches tentent de classer l'homme selon le type d'intelligence : rationnel, pragmatique, esthète ou intuitif. Plus tard, d'autres chercheurs apporteront de nouveaux qualificatifs selon l'évolution de l'humanité.

Sathya Sai Baba, pour sa part, enseigne qu'il y a trois aspects de la nature ou qualités, qui s'appliquent à tout ce qu'il y a dans l'univers. Ce sont les trois forces de création, de conservation et de destruction à la base du grand « jeu divin ». Chaque chose sur notre planète en est imprégnée et nul ne peut y échapper. Ces qualités se remarquent chez les plantes, les animaux ou l'homme. Chez l'être humain, ces qualités sont observables dans son comportement, ses habitudes, sa façon de penser et d'agir. Elles sont la base de sa vie et se manifestent dans son mental et à travers les cinq sens de son corps. Il s'agit des qualités connues sous les noms : d'équilibre, de passion et d'inertie.

### **La qualité de l'équilibre**

La qualité de l'équilibre, appelée la blanche, comprend les aspects de la pureté, du calme, de la douceur, de la santé, de la bonté, du courage, de la vertu et de l'énergie. Elle a des effets de légèreté, de tolérance, de joie, d'harmonie, de patience, de paix et d'amour. Elle se rapporte également à la méditation, au recueillement, à la dévotion, à l'action juste et à la non-violence. Elle est en rapport avec le contrôle total des sens et l'harmonie intérieure parfaite.

La nourriture qui est en relation avec cette qualité est saine, pure, douce et fraîche. Elle se compose de fruits, de légumes doux, de lait, de fromage, de noix, de céréales à grains entiers et d'eau. La langue ne prononce que paroles de vérité, de douceur, de tendresse et réduit son expression au minimum. Les yeux ne regardent que ce qui est beau, agréable, paisible et joyeux. Les oreilles n'écoutent que les paroles et les musiques inspirantes et douces. Les mains font le bien, la charité, la générosité et agissent au service du prochain.

### **La qualité de la passion**

La qualité de la passion, appelée la rouge, est en rapport avec tout ce qui est passionné, excitant, actif, dynamique, frénétique, intoxiquant. Les effets favorisent la passion, la colère, l'orgueil, la grossièreté, l'arrogance, la jalousie et la haine.

La nourriture est excitante, forte, piquante et riche. Elle se compose de viandes, de poissons, d'œufs, de piments, d'épices, de café, de sucre blanc et dérivés. La langue exprime des paroles de critique, de commérage, de bavardage, de mensonge, de haine et d'impertinence. Les yeux regardent la violence, le mal, le scandale, la fausseté et la sensualité. Les oreilles n'écoutent que ce qui est violent, agressif et fort. La main sert à blesser, à voler, à violenter, à détruire et à nuire à son prochain.

### **La qualité de l'inertie**

La qualité de l'inertie, appelée la noire, est en relation avec tout ce qui se rapporte à l'ignorance, la lourdeur, la passivité, l'impureté, les ténèbres et l'attachement des sens. Les effets sont le sommeil, l'indolence, la paresse, les désirs et les actions perverses.

La nourriture est lourde, envirante et amère. Elle se compose de viande de porc, d'œufs, d'ail, de citron, de charcuterie. Des aliments faisandés, chauffés, bouillis ainsi que les « prêts-à-manger », les boissons alcoolisées et les vinaigres. Dans ce que la bouche reçoit, nous devons considérer aussi le tabac, les stupéfiants et les drogues. La langue exprime le commérage, la médisance, la grossièreté. Les yeux regardent la pornographie, les horreurs et les scènes macabres. Les oreilles écoutent le

mensonge, le libertinage et la sensualité. Les mains impures ne recherchent que le plaisir, l'abus, la sexualité, l'inertie, la faiblesse et la satisfaction du désir des sens.

Les trois qualités énumérées servent à faire passer l'homme de la joie au chagrin, de la peur au courage, de la haine à l'amour. L'équilibre parfait n'arrive jamais, selon Baba, et l'homme voyage continuellement à travers les trois aspects de la nature qui sont soumis à de multiples permutations, combinaisons et modifications. Ces qualités empêchent l'individu de réaliser la Réalité suprême qui le libérera de l'incarnation. Pour y parvenir, l'homme doit trouver l'équilibre entre ces trois qualités; trop d'une et pas assez de l'autre entrave le mouvement de l'action harmonieuse et l'empêche d'avancer.

### **La Voie Royale**

La Voie Royale est la voie du milieu, qualifiée de « saine ». Elle est l'équilibre que nous devons tous rechercher pour notre Réalisation intérieure. À ce sujet, Sathya Sai Baba nous dit :

*« Le sathwa-gouna (qualité de la santé et de l'équilibre) est lumière, constance, pureté et altruisme. Ceux qui possèdent ces qualités n'ont pas de désirs et ils sont prêts à recevoir la Connaissance de l'âme. Ceux qui sont influencés par la qualité de passion accomplissent des actions teintées par l'ego. Quant à ceux qui sont sous l'influence de la qualité de la lourdeur (inertie), ils sont enveloppés par les ténèbres de l'ignorance et avancent à l'aveuglette, sans pouvoir discerner le bien du mal. »*

Gita Vahini, ch. 23

La présentation de ces trois qualités de la nature nous fait voir que le travail de transformation doit se faire à tous les niveaux de l'être humain : le physique, le psychique et le spirituel. Ces trois parties de l'être sont directement influencées par les qualités de l'équilibre, de la passion et de l'inertie et ne peuvent être séparées l'une de l'autre. Travailler à une meilleure alimentation, et en même temps, avoir un comportement grossier et violent n'a pas de sens, de même que prier et méditer chaque jour et ensuite subvenir à ses besoins avec des revenus de provenances illicites.

Pour mieux illustrer la Voie Royale, nous devons prendre la qualité « de l'équilibre » comme base ou voie du milieu : la voie entre les deux colonnes, la rouge et la noire, chère aux Francs-Maçons, Martinistes et autres sociétés initiatiques. Ou encore, nous devons considérer la voie de l'équilibre comme le moteur central de toutes nos actions. Pour qu'un moteur électrique fonctionne efficacement, il doit être alimenté en énergie par le courant positif et négatif. De même, pour que nous trouvions l'équilibre et fonctionnions harmonieusement, nous devons utiliser la qualité de la passion et celle de l'inertie avec grande modération. Trop d'énergie d'un côté et pas assez de l'autre entraîne des difficultés de fonctionnement, de là la nécessité de trouver le juste équilibre entre les forces de la nature.

Chacune de ces trois qualités de la nature est une énergie puissante qui a une influence permanente sur toutes nos actions. Le but est de se défaire des tendances « animales » contenues à l'intérieur des qualités de la passion et de l'inertie. Ces tendances négatives nuisent à notre avancement, car elles nous maintiennent dans un état inférieur à notre nature humaine. Nous devons par tous les moyens chercher le juste équilibre sur la voie du milieu, et plus tard, beaucoup plus tard au cours de notre évolution, aller au-delà de cette voie, sur la Non-Voie, pour se fondre dans l'Océan de la Divinité.

Nous sommes à une époque où l'humanité entière cherche sa voie. Influencée fortement par les qualités de la passion et de l'inertie, elle n'a pas encore trouvé son équilibre. De même, dans nos vies, bien avant de connaître l'existence de la voie du milieu, nous devons tous sans exception expérimenter à des degrés différents, les qualités de l'équilibre, de la passion et de l'inertie afin de trouver le bonheur, un bonheur qui n'est qu'éphémère et de courte durée et qui demande constamment à être renouvelé.

### **Ma recherche du bonheur**

Lorsque j'ai lu pour la première fois les qualités de la nature enseignées par Sathya Sai Baba, un flot ininterrompu de souvenirs a fait surface dans ma mémoire. La vision de mon attitude et de mon comportement passés s'est montrée dans toute sa clarté : les joies et les manques de mon enfance, ma recherche du bonheur, mon grand besoin de liberté et surtout mon besoin d'être reconnu comme individu à part entière.

Dans cette introspection, j'observais comment je me butais à l'autorité des parents que je trouvais trop restrictive à mon égard. Dans cette adolescence, dont je ne garde pas un très bon souvenir, j'avais avant tout besoin d'attention et d'amour. À défaut de combler mes manques de toutes sortes, bien avant l'âge de la maturité, je quittais la maison familiale afin de m'engager dans l'armée pour une période de trois ans pendant laquelle mon rêve de liberté et d'aventure fut grandement comblé.

En rejetant mon enfance, j'ai aussi rejeté Dieu de ma vie et même refusé de lire ce Nom où qu'il soit ou de l'écrire. La simple vue du mot Dieu éveillait en moi de l'agressivité et de la colère, en souvenir d'un Dieu vengeur et des punitions reçues pour les « péchés » que j'avais commis aux yeux de mes parents. Cette colère refoulée se tourna contre la nature, que je prenais plaisir à détruire dans le sport de la chasse aux animaux petits et grands. À cette époque, j'étais loin de me douter que cette activité serait un jour abandonnée pour un autre genre de destruction, celui de mes défauts et de mes faiblesses.

Ne connaissant pas, faute d'exemple, ce que pouvait être l'amour véritable pour tous les êtres de la création, je ne le transmis pas à mes enfants. Dans la recherche de l'amour et du bonheur, je consacrais mes efforts à la satisfaction de mes désirs, soit par mes jeux de séduction auprès des autres femmes ou la fuite dans la lecture. Je négligeais les besoins affectifs réclamés par mon épouse et mes enfants. Je pensais à moi d'abord et avant tout. Je croyais aimer mais, en réalité, j'aimais ce que les autres m'apportaient : le contentement de mes sens.

Mon comportement reflétait les qualités de la passion et de l'inertie tel que lues dans les enseignements de Sathya Sai Baba. Cette vie ne m'avait apporté aucune satisfaction durable, ma recherche de bonheur étant basée uniquement sur l'assouvissement de mes sens et la sécurité matérielle. J'étais fortement attiré par le cheminement spirituel, mais je ne voulais pas perdre les plaisirs des sens qui stimulaient ma vie. Je n'avais le courage de couper aucun de mes désirs même si les enseignements de Baba mentionnaient que le plus grand bonheur est celui de s'unir à Dieu, un Dieu qui me semblait tellement inaccessible.

Délaisser le plaisir des sens dans la quête du bonheur matériel pour rechercher le bonheur suprême dans l'union avec Dieu était presque impensable pour moi. Cela me demandait un effort au-

delà de mes capacités à l'époque. Mon ego ne voulait rien perdre de ses acquis passés et mon être n'était pas prêt à un engagement aussi profond dans la voie spirituelle.

Dans mes réflexions, l'anecdote du médecin qui voulait aider un patient très mal en point dans son corps physique me revint en mémoire. Il disait à cet individu, dans un dernier recours, qu'il devait faire d'énormes sacrifices pour retrouver la santé. Il devait couper complètement les produits alimentaires raffinés, les sucres, les viandes, les boissons alcoolisées, le tabac; changer ses pensées, son mode de vie et son milieu de travail; réduire ses relations sexuelles au minimum et apprendre la relaxation... Enfin, il lui dit après réflexion : « Tu ne vivras peut-être pas plus vieux avec tout ce régime de vie, mais tu vas trouver la vie plus longue. »

Je ne voulais pas trouver la vie plus longue, mais je n'étais pas heureux de la façon dont je vivais. Le manque n'était pas à l'extérieur dans la satisfaction des désirs, mais à l'intérieur, dans mon âme. J'en étais à un point dans ma vie où quelque chose devait changer. Je me sentais en équilibre entre le matériel et le spirituel, entre un acquis qui ne me rendait pas complètement heureux et un bonheur futur hypothétique qui, si je voulais y arriver, me demanderait beaucoup d'efforts personnels et de renoncement.

Dans ma recherche du bonheur, j'avais surtout besoin d'apprendre à m'aimer avant d'aimer les autres. La découverte de ce point m'apportait déjà une joie au cœur, et en même temps j'avais peur du changement. Changer, c'était accepter de perdre certains acquis dans ma vie. Je me suis sérieusement interrogé si j'étais prêt à courir ce risque. Ma foi était-elle assez grande pour entreprendre une discipline spirituelle sérieuse? Est-ce que ma conviction intérieure était plus forte que mes doutes?

Je sais, pour les avoir lus et mis en pratique, que les enseignements de Baba sont imprégnés d'une force et d'une énergie puissante et insoupçonnée qui peuvent transformer le mal en bien, le mauvais en bon et l'amour sensuel en amour véritable. Les trois « P » de Baba me revenaient à la mémoire : Patience, Persévérance et Pureté. Avec de la patience et de la persévérance, je devais être en mesure d'atteindre la pureté intérieure.

Armé de la vertu de patience qui était innée en moi, je voulais m'engager dans le changement, bien que craintif et hésitant au départ. Je voulais avant tout me défaire des tendances animales en moi et atteindre au moins le comportement d'homme humain.

### **Sathya Sai Baba et l'homme**

Sathya Sai Baba mentionne que dans cette période sombre de l'histoire humaine, nous assistons à une augmentation de la tendance animale chez l'homme, ce qui est la cause de son éloignement du Divin.

*« Étudier correctement l'humanité revient à étudier l'homme. La vie humaine est très précieuse et d'une grande valeur. Elle est sainte et sacrée. La vie est véritablement digne d'être vécue. Mais aujourd'hui, sans la connaissance pour la valeur de la vie, les gens en font mauvais usage, s'attachant à poursuivre des buts matériels et le plaisir des sens. Même les oiseaux et les animaux jouissent des plaisirs sensuels. Si les êtres humains également ne font que goûter aux plaisirs physiques, quelle est la différence entre l'homme et l'animal?*

*Où est le genre humain aujourd'hui? C'est au niveau le plus bas que se situe la nature animale. L'humain est au*

*milieu et la Divinité en haut. Les hommes sont au milieu mais doivent développer de plus hautes aspirations. Aujourd'hui, les gens regardent toujours vers le bas, c'est pourquoi ils deviennent semblables aux animaux. »*

Discours du 11 avril 1991

À une autre occasion, Sathya Sai Baba a mentionné que le vrai sens de la vie était autre que la satisfaction des sens. Nous devons apprendre à nous différencier des animaux afin de nous définir vraiment comme des êtres humains.

*« Ne vous illusionnez pas dans la croyance que la vie a été donnée pour manger, boire et profiter des autres plaisirs physiques. Ceci n'est pas la raison de la naissance humaine, qui est une rare bénédiction. Quelle est la différence entre l'être humain et les animaux? Ce sont des qualités telles que la bonté, la compassion, la tolérance, la sympathie qui distinguent les êtres humains des animaux. Mais l'homme a tendance à oublier ces qualités tant il est absorbé par les désirs égoïstes et mondains. Ceux qui portent les lunettes de l'égoïste ne voient que l'égoïsme partout autour d'eux. Une vision défectueuse donne l'impression d'un défaut dans la création. Mais il n'y a rien de mauvais dans la création. Tous les défauts sont liés à une vision défectueuse. »*

Discours du 23 novembre 1993.

Sathya Sai Baba mentionne que le monde en général est bon. C'est notre perception fausse, influencée en grande partie par les médias, qui nous fait voir le monde mauvais. Si nous portons des lunettes noires, nous allons voir le monde en noir, mais si nous portons des lunettes roses, nous allons voir le monde de cette couleur. Par cet exemple, Baba veut que nous regardions le monde avec nos lunettes de bonté et d'amour afin d'y trouver ces qualités chez les gens que nous voyons ou rencontrons.

Nous voyons en général plus facilement les défauts des autres que leurs qualités. La perception de ces défauts indique souvent que nous les avons à l'intérieur de nous. Le fait de les voir chez les autres éveille en nous ce que nous n'aimons pas de nous-mêmes. C'est pour cela que les qualités animales de l'homme sont toujours plus visibles que les vertus.

Dans notre recherche du bonheur et de l'équilibre, nous devons développer une vision plus élargie de la vie et du monde. Nous devons non seulement apprendre à découvrir les qualités de notre nature d'homme humain, mais apprendre à nous tourner vers notre être intérieur afin d'y découvrir le Soi.

La découverte du monde extérieur et du monde intérieur se fait dans la recherche de la connaissance objective et de la connaissance de l'âme, deux formes de connaissance qui sont à la base de notre vie.

## Chapitre 4

### LA QUÊTE DU SAVOIR

#### **Les formes de connaissances**

De la naissance à la mort nous recevons un nombre incalculable d'informations qui sont captées par nos cinq sens. En particulier, ce sont nos yeux et nos oreilles qui ont les rôles majeurs d'intercepter les images et les sons qui nous entourent. Tout ce qui est vu et entendu s'enregistre dans notre mémoire, et au besoin, nous pouvons faire appel à cette mémoire pour ramener à la conscience objective l'information que notre mental réclame. C'est à partir de ce principe que les institutions d'éducation ont été établies afin de transmettre la connaissance objective à l'homme.

Le goût d'apprendre et de connaître nous est inculqué dès la petite enfance et en principe nous poursuit toute la vie durant. La société démocratique dans laquelle nous vivons encourage fortement l'accumulation du savoir intellectuel. Elle tente par divers moyens de libérer le peuple de l'ignorance afin que les gens se prennent eux-mêmes en main. Nous pouvons facilement observer qu'un peuple instruit est un peuple qui vit dans des conditions matérielles supérieures à ceux qui n'ont pas eu le privilège de recevoir une instruction adéquate.

La connaissance intellectuelle est nécessaire et même essentielle dans notre vie moderne. Avec les années, elle a pris une place énorme dans toutes nos activités au point de nous faire oublier qu'il existe une autre forme de connaissance, qui est beaucoup plus subtile : celle de l'âme. Cette connaissance est perçue au-delà des cinq sens de l'homme. Elle est en relation avec un sixième sens que nous pouvons qualifier d'intuitif.

Sathya Sai Baba enseigne qu'il existe bien deux formes de connaissances : la connaissance matérielle, celle du monde qui nous permet d'analyser et de comparer les choses et la connaissance spirituelle, celle de l'âme, qui n'est visible que par les yeux du cœur. Les deux sont essentielles, car sans la première, il nous serait difficile de saisir le sens de la seconde.

## Connaissance matérielle

La connaissance matérielle est le fait et la manière de connaître les choses du monde. Elle est à la base de la vie matérielle que nous connaissons tous. La connaissance intellectuelle et livresque nous permet de comprendre ce qui nous entoure. Elle nous permet d'apprendre un métier ou une profession et ainsi de gagner adéquatement notre vie. De nos jours, au nom de la science, beaucoup de gens s'arrêtent à cette connaissance temporelle et profane, bien que changeante, afin de trouver une explication et une compréhension de la vie.

La connaissance intellectuelle que nous avons acquise par l'étude devrait être utilisée convenablement soit pour notre propre épanouissement soit pour aider la société dans laquelle nous sommes. À ce sujet, Baba dit :

*« La connaissance sans l'action est inutile tout comme l'action sans connaissance n'est que sottise. »*

Si la connaissance intellectuelle n'est pas accompagnée d'action ou si elle n'est pas utilisée adéquatement, elle restera une érudition stérile qui risque avec le temps de développer en nous la vanité et l'orgueil. Mise à profit, elle peut rendre à notre entourage des services énormes par la transmission d'un savoir ou par des actions concrètes qui autrement seraient perdues.

Notre connaissance purement intellectuelle, bien que très utile dans le domaine spécifique de la science, peut être un obstacle à notre cheminement intérieur. Elle peut nous limiter dans notre ouverture d'esprit et nous garder prisonnier du monde rationnel. Elle peut même, chez certains individus, être un élément défensif et devenir un paravent contre nos pires défauts qui seront cachés sous le couvert de paroles intelligemment choisies.

La connaissance matérielle est celle qui domine le monde et n'a donc pas besoin d'être élaborée davantage, car elle nous est familière à tout point de vue. Nous allons regarder de préférence un autre genre de connaissance, qui est selon Baba, de loin la plus importante : la connaissance spirituelle.

## Connaissance spirituelle

La connaissance spirituelle est la Connaissance de l'âme individuelle. C'est la connaissance qui détruit l'illusion et qui nous révèle Dieu qui habite en nous. Baba l'appelle : « *la juste Connaissance, la Connaissance la plus proche de la Vérité.* » La Connaissance de l'âme est de connaître par l'intérieur, par la voie du cœur, elle nous fait comprendre que nous sommes avant tout une âme qui habite un corps physique. L'âme individuelle c'est la vie sous forme d'énergie qui est à l'intérieur de notre corps. Elle est composée de notre conscience, de notre personnalité et du Soi qui est l'étincelle divine. L'âme individuelle est reliée à l'âme Universelle ou à l'Être suprême, elle est une partie de Dieu sous forme d'Énergie divine qui habite en nous.

Cette forme de connaissance va au-delà du savoir rationnel, elle est en relation avec l'intellect et l'intuition. C'est elle qui nous donne la certitude intérieure que nous ne sommes pas seulement un corps, mais une âme vivante qui utilise un corps comme véhicule à son expérience. Cette certitude de croire qu'une chose existe va au-delà de la foi religieuse. Elle est une conviction intérieure qui se présente sous forme d'expérience d'union profonde et indélébile avec Dieu. Cette expérience fait dire à ceux qui la vivent : « Je ne crois pas, je sais. »

La Connaissance de l'âme ne s'apprend pas dans les livres, elle s'expérimente par une discipline spirituelle assidue, le contrôle des sens, le détachement du monde sensoriel et la dévotion exclusive à Dieu. C'est pour nous tous la seule façon de découvrir réellement la vraie Connaissance, celle qui nous unit au Divin, à la Source de toute chose.

Sathya Sai Baba, dans la Gita Vahini nous parle de la Connaissance de l'âme en ces mots :

*« La Connaissance (de l'âme) est le trésor que les hommes gagnent par leurs propres efforts quand ils purifient leur mental et cherchent à obtenir la Grâce de Dieu. (...) La Connaissance est le chemin qui porte tout droit à la Libération. C'est pourquoi l'on dit que c'est le plus sacré qui soit. Il s'ensuit que l'ignorance (de la Connaissance) est la chose la plus méprisable qui soit au monde. »*

Dieu et son disciple. ch. XI.

Nous devons bien comprendre que la Connaissance de l'âme, c'est de reconnaître que Dieu habite en nous sous la forme du Soi. Le Soi dénote l'unité de l'homme avec le Créateur. Il est le résident de notre être sous la forme d'essence divine. De même, le Soi est immanent, il est dans chaque être et dans chaque élément. Rien dans la nature n'est séparé de Dieu et de son Énergie. Découvrir Dieu ne demande pas un exercice mental mais nous oblige à « descendre » à l'intérieur de nous tout en faisant abstraction du monde extérieur en oubliant le corps, son véhicule physique.

La connaissance de l'âme et du Soi sont les éléments essentiels qui permettent de réussir sa vie spirituelle alors que la connaissance temporelle ne sert qu'à gagner sa vie matérielle.

### **Mon besoin de connaître**

Trois décennies me furent nécessaires avant que je prenne conscience du fait que l'essentiel était la recherche du divin en toute chose, et non l'accumulation d'un savoir livresque qui ralentissait mon avancement spirituel. Il va de soi qu'un bagage intellectuel est nécessaire et non négligeable dans notre société. Nous avons le droit de poser des questions, de chercher des réponses et de nous instruire sur des sujets spécifiques. Ce que je déplore dans mon cas, c'est que ce bagage de connaissances ait pris beaucoup trop de place et en ait laissé si peu à la mise en application des bons principes de vie enseignés.

Les quelques milliers de livres que j'ai lus sur la spiritualité, l'ésotérisme et le monde invisible ont satisfait ma curiosité intellectuelle, mais n'ont pas réellement changé ma façon de vivre. Ils ont, par contre, ouvert ma conscience à des horizons nouveaux et préparé mon âme à une démarche plus profonde. La lecture ne m'a pas rendu plus « spirituel » bien que je connaisse beaucoup de choses sur le sujet. L'érudition n'a pas fait de moi un « homme humain » dans le sens que Baba l'entend, j'ai préféré me cacher derrière cette érudition afin de ne pas voir les défauts que j'avais à corriger. Cette connaissance livresque, bien qu'elle m'ait sensibilisé sur les avantages d'une vie meilleure, sur les comportements et les attitudes que je devais changer dans ma propre vie, ne m'a que très peu incité à passer à l'action pour changer ma personnalité.

Après toutes ces années de lecture, ma quête du savoir m'a conduit aux enseignements de Sathya Sai Baba, lesquels, par une force inconnue, ont graduellement transformé ma vision des choses. Son message simple et clair, qui touche l'essentiel au-delà des concepts intellectuels, m'a incité cette fois-ci à abandonner la théorie pour m'engager plus profondément dans une démarche intérieure.

« *Abandonnez toutes les théories auxquelles vous tenez, les doctrines qui vous sont chères, les systèmes de connaissance qui vous ont encombré le cerveau, les préférences que vous avez accumulées, la poursuite de la gloire, de la richesse, de l'instruction, de la supériorité... Vous vous rendez compte que tout n'est que jeu de l'Esprit.* »

Sathya Sai Baba dans *Le Singe Piégé*.

À mon grand étonnement, j'ai réalisé que ce n'était pas l'accumulation de connaissances livresques qui avait de l'importance, mais la transformation du cœur par l'amour et le service. Transformer mes heures de lecture en périodes de réflexion et de méditation m'a demandé une grande force de caractère que j'ai d'abord eu beaucoup de difficulté à acquérir. Avec la pratique, mon cœur m'a révélé ses secrets. Cette expérience était de loin préférable à tous ces mots contenus dans mes livres qui restaient, dans bien des cas, lettres mortes à mon esprit. Dieu ne s'apprend pas dans les livres, il est vrai, mais c'est grâce à ces livres, à cette connaissance rationnelle, je dois le reconnaître, que je me suis interrogé à nouveau sur le rôle de Dieu dans ma vie.

### Baba et l'érudition

Dans un exposé daté du 2 août 1984, Sathya Sai Baba a décrit en ces mots le vrai sens de la Connaissance spirituelle :

« *Il existe différentes variétés de connaissance dans ce monde, la musique, la peinture, la sculpture, la danse. C'est ce que l'on appelle la connaissance séculière. Parmi les différentes catégories de connaissance, celle du Moi supérieur est la connaissance suprême. Les hommes ne trouvent ni la paix ni le bonheur dans les arts temporels tels que la musique, la sculpture, la peinture ou la danse. On ne peut les obtenir que grâce à la connaissance spirituelle. Ce ne sont pas les règles de grammaire qui vous sauveront à l'heure de votre mort.*

*La connaissance du Moi supérieur et la connaissance de Dieu sont une et même chose. La Connaissance de l'âme vous aide à comprendre et à voir l'unité dans la diversité. C'est ce qui vous fait gagner l'immortalité. C'est l'éducation spirituelle qui donne cette connaissance divine. »*

Lors d'un exposé le 24 mars 1993, Sathya Sai Baba a expliqué à des étudiants l'effet de la connaissance livresque au détriment de la Connaissance de l'âme.

« *De nos jours, les gens font des études leur vie durant, mais ne mettent guère en pratique ce qu'ils ont appris. La pratique est plus essentielle que la simple acquisition de connaissance. Ce qui importe, ce n'est pas l'accumulation d'information, mais la transformation de soi. À quoi servent toutes ces données que vous avez rassemblées? Combien en avez-vous mis en pratique? Quel bonheur en avez-vous retiré? Voilà la réponse: d'être un héros pour ce qui est de rassembler des informations, et d'être un zéro pour ce qui est de les mettre en pratique. De cette façon, on gâche sa vie au lieu de lui donner un sens.*

*Pour chacun, la première étape consiste à comprendre son vrai Moi, le Soi. Dans bien des cas, les gens développent des doutes en grandissant et en étudiant de plus en plus de livres. À quoi leur servent les études si ce n'est à remplir leur tête d'un bric-à-brac livresque? Il n'y a aucune différence entre un ouvrage dénué de conscience et un mental rempli de connaissance livresque. Les deux sont pareillement stériles. »*

Supplément Prema 8

La connaissance de l'âme nous fait découvrir le Soi qui est à l'intérieur de chacun de nous. Cette connaissance nous permet de comprendre également que le but de la vie est vraiment la recherche de l'union avec Dieu et non la satisfaction de notre ego dans les multiples voies matérielles qui s'offrent à nous.

La connaissance de l'âme nous conduit immanquablement vers une remise en question globale de notre être. Elle nous oriente vers une introspection de soi et permet de nous interroger plus profondément sur la grande question de la vie : « **Qui suis-je?** »

## Chapitre 5

### UN TEMPS D'INTROSPECTION

En tant qu'être humain, il est tout à fait normal au cours de notre existence de prendre un temps d'arrêt, plus ou moins long, afin de réfléchir sur ce que nous avons accompli dans notre vie jusqu'à ce jour. Cette pause, volontaire ou non, peut nous révéler des secrets sur nous-mêmes et être une occasion de rajuster notre façon de vivre. Ce processus exige cependant une attention particulière.

Nous avons pu observer que nous sommes régis par des cycles qui nous influencent tout le long notre existence. Nous savons aussi que des transformations majeures ont lieu lorsque nous passons de l'enfance à l'adolescence ou de l'adolescence à l'âge adulte. Au cours de la vie adulte nous connaissons tous, - pour ceux qui ont atteint ces âges, - l'influence de la quarantaine ou de la cinquantaine sur notre comportement. Ce sont des périodes où souvent une remise en question s'impose.

Nous devons nous observer et être attentifs à tout changement dans nos comportements au cours de ces périodes. Nous devons aussi surveiller notre façon de réagir à certaines situations qui se présentent à nous et réfléchir sur nos questionnements face au sens de la vie. Si nous passons par-dessus ces signes avertisseurs de changements qui surviennent pour nous inciter à un arrêt dans notre course à travers les âges, le corps peut se rebeller et nous obliger à un arrêt, cette fois-ci involontaire, sous forme de maladie, d'une période de dépression ou les deux à la fois.

Dans ces circonstances, nous n'aurons pas d'autres choix que de nous arrêter pour un laps de temps plus ou moins long afin de faire le point sur notre vie. Cette période est importante et ne doit pas être négligée. Elle ne doit surtout pas être freinée par des médicaments trop puissants et encore moins par la fuite dans la boisson, la drogue ou autres formes d'évasion. Ce moment d'arrêt doit être considéré, pour chacun d'entre nous, comme une période de réflexion normale sur le chemin de la vie, mais jamais comme une épreuve insurmontable ou une punition.

Baba nous parle, dans ses enseignements, de l'importance de l'introspection dans notre vie. Nous devons apprendre à nous observer, à nous connaître et à remplacer ce qui ne va pas par quelque chose de meilleur, entre autres le mal par le bien et la haine par l'amour. Nous devons apprendre à mettre en application dans notre quotidien les valeurs humaines que sont la Vérité, l'Action juste, la Paix, l'Amour et la Non-violence. Sathya Sai Baba mentionne aussi toute l'importance de se transformer soi-même avant de vouloir, par des paroles et des actes, transformer le monde autour de nous.

Avant de penser exprimer quelque conseil que ce soit autour de nous, il faut toujours commencer par effectuer ce travail de changement sur nous-mêmes. Le vrai message de transformation intérieure doit être véhiculé par notre exemple personnel et pas autrement. Sathya Sai Baba, en tant qu'exemple vivant de son enseignement, a toujours appuyé ses paroles par des actions qui étaient en harmonie avec sa pensée, c'est pour cela qu'il dit souvent :

**« Ma vie est mon message, mon message est amour. »**

Bien avant d'avoir un regard sur notre objectif futur et avant même de changer quoi que ce soit dans nos vies, nous devons suivre un certain processus afin que le changement souhaité soit durable. Nous devons reconnaître que nous possédons tous à l'intérieur de nous ce processus d'analyse dans notre inconscient et qu'il se manifeste de façon spontanée lorsque les circonstances le demandent. Mais dans beaucoup de cas, malheureusement, nous le faisons faire afin d'éviter de nous remettre en question.

## **Processus de transformation**

Ce processus simple de transformation comprend quatre étapes. Nous allons pouvoir l'analyser objectivement et l'utiliser immédiatement pour une introspection. Il comprend la découverte de soi, le lâcher prise, la maturation et l'action.

### **1. La découverte de soi**

La première partie du processus de transformation est la découverte de soi. Nous devons d'abord commencer par nous regarder intérieurement avant de vouloir changer quoi que ce soit. Nous devons faire notre examen de conscience et observer ce que nous n'aimons pas de nous-mêmes ou ce qui ne va pas dans notre vie. Nous pouvons observer aussi ce que nous désirons changer dans notre façon de penser et de vivre. Ce processus d'introspection permet l'identification et la reconnaissance de nos mauvaises habitudes, de nos erreurs, de nos faiblesses ou de ce qui nous fait souffrir moralement ou physiquement.

Cette prise de conscience est capitale, car elle nous met en face de nous-mêmes et nous incite à faire le point afin de connaître, avant toute chose, qui nous sommes. Nous avons besoin de voir et comprendre clairement notre comportement avant de vouloir transformer quoi que ce soit. Nous savons qu'une personne qui n'a pas reconnu sa colère, son égoïsme, sa déception, son abus de boisson, de sexe ou ses habitudes négatives, ne pourra rien changer.

Cet examen nous demande toujours une grande humilité basée sur la vérité et l'honnêteté envers soi-même. L'analyse de soi est un pré-requis essentiel au lâcher prise.

## 2. Le lâcher prise

Après avoir pris connaissance de nos comportements et après avoir bien identifié nos habitudes actuelles de vie, nous devons être capables d'abandonner ce que nous ne voulons plus. C'est une période très difficile, car elle demande une grande détermination, de la patience et de la persévérance. La résistance au changement fait partie de la nature humaine. Notre mental, qui a participé au développement d'une habitude, ne cédera pas facilement la place à quelque chose d'autre, même si cette chose est pour notre bien.

Dans le processus de changement, le corps, aussi bien que l'esprit, demande de remplacer ce qui a été enlevé. Ceci est tout à fait normal, le vide demande à être rempli. C'est pour cela que nous devons présenter au corps ou au mental quelque chose de différent et de meilleur. Nous devons remplacer les habitudes bien ancrées comme la colère, la jalousie, la haine ou autres, par le calme, la bonté et l'amour. Les habitudes d'abus de boisson, de tabac et de drogue doivent être remplacées par des pensées saines de santé et de joie. Mais ces pensées seules sont insuffisantes pour que la transformation soit durable. Cela demande en plus, de notre part, une conviction sincère, une foi profonde dans le changement et surtout une implication active dans ce processus de changement.

Dans un commentaire sur la Gita, Sathya Sai Baba a fait à ce sujet une comparaison avec le fermier qui désirait une bonne récolte dans son champ :

*« Le fait de déraciner la haine pour y planter l'amour ne peut pas suffire pour assurer la bonté. Avant toutes choses, le champ doit être préparé à recevoir la bonne semence, le cœur doit être débarrassé des broussailles et des ronces, labouré de bonnes actions, irrigué de bonnes pensées. Les jeunes plants doivent être protégés et nourris par une discipline et une foi constante. Nous devons laisser le temps à la récolte de mûrir avant d'être engrangée. »*

Gita Vahini. ch. XXII

Ceci démontre la nécessité non seulement d'entretenir des pensées positives ainsi que la foi dans le processus de changement, mais surtout d'entreprendre les actions appropriées pour que le processus s'établisse progressivement dans notre vie. Nous devons faire en sorte que ces habitudes deviennent permanentes et durables. Pour atteindre ce but, un autre facteur est nécessaire : la maturation.

## 3. La maturation

La maturation est un facteur important dans la transformation. Le changement rapide n'est pas toujours durable. Vouloir se débarrasser de toutes ses mauvaises habitudes en peu de temps est presque impossible. Le temps est nécessaire en tout. La graine de semence que nous mettons en terre ne nous donnera pas de fruits plus rapidement que son cycle naturel de croissance. Tout ce qui existe dans la nature respecte un rythme et un cycle qui lui est propre et l'homme n'en est pas exempt.

De même, comme être humain, lorsque nous sommes prêts à nous libérer de ce que nous ne voulons plus et nous engager dans une transformation, nous devons respecter notre rythme de maturation et notre cycle de croissance afin de ne pas être perturbés.

Dans ce processus de changement, nous devons même accepter le droit à l'erreur et à la rechute dans nos vieilles habitudes du passé, sans pour autant tout abandonner. Comme l'adage populaire le dit : « chuter est humain, se relever est divin. »

*« Si un échec survient, considérez-le comme un défi pour un nouvel effort. Analysez les raisons de votre échec et profitez de cette expérience. Apprenez, en tant qu'étudiants de la Vérité, comment réussir à travers les turbulences de la vie. »*

Sathya Sai Baba

Portia Nelson cité dans *Healing the child within*, fait mention d'un processus de changement qui représente bien la voie de la transformation humaine. Voici l'exemple intéressant qu'il donne :

« - Je marche dans la rue et rencontre un trou béant dans le trottoir. J'y tombe; je me sens perdu, impuissant et découragé, je blâme les autres. Ce n'est pas ma faute. Il me faut une éternité pour en sortir.

- Je marche dans la même rue et rencontre un trou béant dans le trottoir. Je fais semblant de ne pas le voir et j'y tombe encore une fois. Je n'arrive pas à croire que je suis tombé dans le même endroit. Ce n'est pas ma responsabilité si le trou est sur ma route. Il me faut encore longtemps pour en sortir.

- Je marche dans la rue et je rencontre un trou béant dans le trottoir. Je le vois, je tente de l'éviter, mais j'y tombe encore une fois. C'est devenu une habitude. Cependant, mes yeux se sont ouverts; je sais où je suis et pourquoi j'y suis. J'assume l'entièvre responsabilité de ma situation et je reconnaiss mon erreur. J'en sors immédiatement.

- Je marche dans la rue et rencontre un trou béant dans le trottoir. Je me souviens de toutes mes erreurs passées et de ma tendance à tomber dans ce trou. Riche de toute cette expérience, je décèle rapidement le danger et je contourne le trou. »

À cette étape de la transformation, nous devons reconnaître les progrès que nous faisons et en même temps être conscient que cette habitude peut rester attachée à nous le reste de nos jours, mais que, si elle n'est pas nourrie ni entretenue par des pensées négatives émises par notre mental, nous pouvons en avoir la maîtrise presque parfaite.

Ceux qui ont consommé longtemps de l'alcool ou des drogues ou qui ont eu à se défaire de la passion du jeu en savent quelque chose. L'habitude prend du temps à être délogée et demande une vigilance constante et sans relâche dans l'action. Nous devons avoir beaucoup d'admiration pour ceux et celles qui ont réussi à changer leurs comportements qui les maintenaient dans une dépendance quelconque.

#### **4. L'action**

Dans les enseignements de Sathya Sai Baba, une attention particulière est accordée à l'action. Et à ce sujet, Baba dit ceci :

*« L'action est la base de notre existence. C'est pour cela que ce corps nous a été donné. Il est nécessaire que la vie de l'homme soit sanctifiée par ses actions et purifiée par la justesse de ce qu'il accomplit. La connaissance sacrée guide le déroulement de ces actions et nous conduit finalement vers les étapes les plus élevées de la réalisation. »*

En effet, si nous ne passons jamais à l'action avec détermination, il nous sera impossible d'arriver au but. L'action appropriée, dans le but de transformer une habitude, nous demande une grande discipline personnelle, de la persévérance, une confiance en soi et la foi dans la réussite.

Dans l'action, nous devons aussi être capables d'affronter nos peurs, nos angoisses et notre insécurité. Pour nous en libérer, au besoin, nous pouvons, si les circonstances le permettent, les partager avec d'autres personnes qui sont également dans la même démarche que nous et qui savent nous comprendre. Durant cette période critique du changement, il est préférable de choisir nos fréquentations afin de ne plus être influencés par ceux qui ont la mauvaise habitude dont nous voulons nous défaire.

Dans cette étape de l'action, nous ne devons pas oublier l'engagement que nous avons pris envers nous-mêmes et envers Dieu. L'engagement n'est pas seulement un vœu pieux ou une promesse que nous faisons à la légère, mais un acte de détermination dont rien ne pourrait nous détourner.

Dans cette implication active nous devons aussi tenir compte d'un élément très important: le pardon. Se pardonner à soi-même pour tout le mal fait aux autres, pour les souffrances mentales que les autres ont subies à cause de nous. Le pardon c'est aussi le lâcher prise face aux vieilles idées, face à la rancune, à la jalousie ou à la haine. Le pardon sincère nous conduit à la guérison des souvenirs et des attitudes passées et ouvre notre cœur sur un horizon nouveau.

Ce processus d'introspection en quatre étapes est celui, entre autres, enseigné par les grandes écoles de psychologie. Il vient nous apporter une vision plus élargie de l'enseignement de Baba lorsqu'il est question d'introspection. Aucune approche ne devrait être négligée, qu'elle soit psychologique ou spirituelle, pour notre avancement intérieur. Ce sont des outils mis à notre disposition afin de mieux nous connaître et nous faire découvrir notre potentiel humain.

### **Je fais le point**

Je ne m'étais pas arrêté pour faire sérieusement le point sur mon existence avant l'approche de la cinquantaine. Pourtant, un mal de dos qui persistait depuis plus de 10 ans, me faisait souffrir et restreignait mes activités physiques. Ce signal d'alarme en provenance de mon corps criait tellement fort que parfois je devais m'immobiliser pour quelques jours. Selon les spécialistes consultés, il y avait un problème d'usure anormale au niveau des vertèbres lombaires.

Les multiples approches thérapeutiques du corps auxquelles j'ai bien voulu me prêter ont momentanément calmé la douleur lombaire. Mais, au moindre stress ou surmenage dans ma vie, la douleur revenait de plus belle et affectait grandement mon moral et mon caractère. Insatisfait du peu d'amélioration de ma condition, je me devais de faire quelque chose d'autre au lieu d'attendre une solution en provenance de l'extérieur.

Par ignorance ou par crainte de me découvrir, j'avais toujours fui les occasions de me regarder intérieurement. Je n'étais pas entièrement convaincu que la psychologie pouvait me venir en aide

dans un cas de problème physique. Je croyais en la psychologie pour corriger certains troubles émotifs, étudier le fonctionnement psychique, faire le point de sa vie ou encore développer la confiance en soi.

Ce sont ces deux derniers points, et non mon problème de dos, qui m'ont incité à m'inscrire à un certificat en psychologie à l'université de ma région et, plus tard, à poursuivre cette démarche en m'inscrivant à une formation de thérapeute en relation d'aide dans un institut privé.

Mon questionnement m'avait amené à m'interroger, à cette époque, sur la possibilité d'utiliser efficacement les principes de la psychologie dans une démarche spirituelle afin de faire le rapprochement de la tête avec le cœur sans perdre l'un ou l'autre. La confiance m'est venue dans la probabilité d'une telle action après la lecture d'un discours de Baba qui faisait référence, dans sa grande mission d'unification du monde, au rapprochement non seulement de la science et de la spiritualité, mais aussi de la psychologie et de la spiritualité.

J'ai dû vivre ce rapprochement concrètement lors de ma formation de thérapeute. J'avais l'impression que tout avait été mis en place à mon insu pour que je travaille en profondeur sur mes émotions et mes sentiments refoulés, en apprenant à regarder bien en face mes faiblesses, mes manques affectifs, ma colère et ma relation au sexe opposé. Je devais apprendre à me libérer des vieux concepts du passé et à m'ouvrir à une vision nouvelle de la vie en tenant compte de ma démarche spirituelle.

Avec l'approche psychologique, j'ai dû faire face à des contradictions par rapport aux enseignements spirituels de Baba que je tentais tant bien que mal, à l'époque, de mettre en pratique. L'enseignement spirituel me disait de transcender et de contrôler mes sens, d'annihiler mes désirs, de penser aux autres et de rendre service, sans attendre de fruit de mes actions, et de tout dédier à Dieu, même mes défauts.

Cependant, l'approche psychologique que j'étudiais à l'époque enseignait les principes suivants, à savoir qu'il faut exprimer ses émotions, satisfaire ses désirs, écouter ses sens, penser à soi d'abord, prendre sa place, être vu et entendu des autres afin d'être reconnu, et se donner de l'importance.

Mon conflit intérieur a duré plus de trois ans avant que la lumière apparaisse au bout du tunnel. Durant ces années, j'ai demandé plusieurs fois à Baba de m'aider, mais aucune réponse ne semblait venir à mon secours. Je devais, dans un premier temps, par moi-même aller en profondeur dans le passé et toucher à chaque faiblesse de mon être afin de découvrir ma voie, celle qui saurait me propulser en avant vers un mieux-être.

C'est avec beaucoup de discernement qu'au cours de ces années j'ai pu faire la part des choses et pu trouver ce qui devait être un équilibre pour moi. J'ai appris à mieux contrôler mes sens durant les moments de faiblesses tout en ayant une pensée pour Dieu; j'ai aussi développé l'équanimité dans mon regard sur les objets et les êtres afin de ne pas toujours désirer les posséder; j'ai également développé l'écoute active et empathique avec ceux et celles qui vivent d'une manière différente de la mienne sans porter de jugement destructeur. Je tente maintenant d'exprimer plus ouvertement mes émotions sans me sentir coupable de mon comportement. Je ne pense plus seulement à moi, mais aussi aux autres, dans un but de dévouement et de service, sans attendre de récompense en retour.

Ma démarche psychologique, conjointement avec mon cheminement spirituel, a eu pour effet de me rapprocher de Dieu, au lieu de m'en éloigner davantage comme je le craignais au début. L'expression de mes émotions refoulées a permis la libération de blocages et d'introjections de mon enfance. Cette libération d'émotions me permet de vivre aujourd'hui plus intensément le moment présent. La guérison n'a pas eu lieu seulement au niveau du mental, elle s'est répercutee dans tout mon corps et en particulier dans la partie faible de mon dos. Les douleurs lombaires ont disparu à la suite de ce travail en profondeur sur moi et ont laissé la place à une énergie nouvelle pleine de bien-être.

La transformation qui s'est opérée dans mon concept de pensée a également eu un effet sur mes sentiments. Je commence maintenant à comprendre ce que peut être l'amour véritable, celui qui est au-delà des sens et qui se vit de l'intérieur. Dire à quelqu'un « Je t'aime », sans autre intention que d'exprimer l'amour du cœur, n'a jamais été facile pour moi. C'est une chose que je n'ai pas apprise étant enfant. Aujourd'hui, pour corriger cette situation, tout en méditant le matin, en face d'une photo de Sathya Sai Baba, je regarde mon guide bien aimé dans les yeux et je lui dis : « Je t'aime ». Je ne prononce pas ces paroles à la forme physique, mais au Sans Forme divin qu'il représente pour moi. Ces paroles, je les répète mentalement le jour, à l'occasion, lorsque je rencontre des personnes sur la rue. Ces paroles dites dans le silence ont pour effet de me faire sentir en harmonie avec les autres et de répandre autour de moi un peu de baume.

La psychologie (mot qui veut dire entre autres « science de l'âme ») m'a révélé comment utiliser efficacement des concepts psychologiques dans mon cheminement spirituel, de manière à me défaire des souffrances du passé et à créer une ouverture nouvelle face à la vie ainsi qu'une ouverture à la grâce divine. Tout ceci m'a demandé de nombreux efforts qui, après un temps de maturation, ont été récompensés par des résultats concrets.

### **Aide-toi...**

Lorsque nous faisons un travail sur nous-mêmes, nous devons nous attendre à ce que des efforts personnels soient demandés. Il serait utopique de croire que Dieu, l'Être Suprême ou autres divinités fassent le travail à notre place sur une simple demande de notre part. La vie n'est pas ainsi construite. Chaque être humain est appelé, d'une manière ou d'une autre, à faire ses propres expériences et à avancer lentement sur le sentier de l'évolution.

Au cours des années, plusieurs personnes ont témoigné avoir fait appel à l'Omnipotence de Sathya Sai Baba afin de régler un problème personnel, de guérir une maladie incurable ou même de leur éviter un accident fatal. Un certain nombre de ces demandes ont reçu une réponse favorable, d'autres non.

Plusieurs se demandent pourquoi Sathya Sai Baba, dans sa puissance divine, ne répond pas toujours aux demandes, n'enlève pas de la terre les famines, les épidémies et autres malheurs. Pourquoi ne guérit-il pas toutes les maladies des hommes et les souffrances dans le monde? Pourquoi ne règle-t-il pas toutes les guerres? Pourquoi ne fait-il pas ceci ou cela?

Sathya Sai Baba est parmi nous pour la transformation spirituelle du monde. Il n'est pas venu pour annuler les lois naturelles et enlever instantanément tout le karma de la terre en transformant

celle-ci en un paradis où aucun effort ne serait déployé par nous. À ces questionnements, la réponse de Baba fut la suivante :

*« Toute solution instantanée irait à l'encontre de la loi fondamentale de la nature elle-même ainsi que de la loi karmique de cause à effet. Si je faisais disparaître instantanément tous les maux, laissant les gens dans leur état de conscience actuelle, le désordre réapparaîtrait tout de suite; ils se sauteraient à nouveau à la gorge et le monde se retrouverait très vite dans le même chaos. »*

Sanathana Sarathi, novembre 1993.

Baba n'est pas venu pour annuler instantanément tous les problèmes de la terre, mais pour nous montrer comment les surmonter avec confiance et espérance. Si l'Avatar intervenait directement et spontanément sur une échelle mondiale dans la résolution de conflits, cela pourrait arrêter toute évolution sur terre et nuire à notre développement humain.

Dans une autre alternative, l'Avatar nous propose une transformation à plus long terme en nous éllevant graduellement à un plus haut niveau de conscience afin que nous comprenions le vrai sens de la vie. L'Avatar veut encore plus pour l'être humain, il veut l'élever à un niveau divin afin que l'homme puisse par lui-même maîtriser les lois de la nature.

La transformation de l'homme doit se faire impérativement de l'intérieur avant de se manifester à l'extérieur. Elle ne peut avoir lieu sans la guérison du mental et de l'âme. Le changement de nos pensées négatives et de nos mauvaises attitudes est primordial dans tout cheminement spirituel car, sans cela, notre avancement est non seulement difficile mais il devient impossible.

Le fait de traîner en nous depuis notre enfance des blessures émotionnelles, de l'agressivité refoulée, de la rancune, de la haine, des pensées de rejet ou autres souffrances, nous empêche d'avancer vers la Lumière. Ces pensées non libérées de leurs émotions négatives nous maintiennent prisonniers de nous-mêmes. La responsabilité nous incombe de nous en libérer et c'est de notre devoir de prendre tous les moyens nécessaires pour arriver à cette fin.

Après avoir fait un effort personnel et avoir tenté par divers moyens de nous libérer de nos difficultés, nous pouvons, dans certains cas, réaliser que rien ne bouge et même avoir l'impression de régresser. Dans ces cas vraiment difficiles, où rien ne va plus, nous pouvons alors demander en toute humilité l'aide du ciel, à Dieu ou à d'autres divinités.

### **... Et le ciel t'aidera**

Sathya Sai Baba insiste beaucoup pour qu'un travail personnel et individuel soit entrepris avant de solliciter une quelconque demande d'aide à Dieu. Dans sa grande compassion pour le genre humain, Baba nous tend la main et nous offre son aide divine :

***« Si vous faites un pas vers moi, vous me verrez en faire dix vers vous. »***

Sans une action positive de notre part rien ne peut être transformé et aucun échec ne peut être surmonté selon la loi de cause à effet. Si nous nous engageons à faire un pas dans le sens du bien, le ciel multipliera par dix nos efforts.

Nous savons que Dieu est omniprésent, omnipotent et omniscient. Mais ce pouvoir Divin ne signifie pas qu'Il fera le travail à notre place, ou qu'Il nous enlèvera la responsabilité de faire les premiers pas.

Sathya Sai Baba a mentionné que dans les moments difficiles ou pour résoudre un problème particulier et après des efforts personnels sans succès, nous pouvions demander de l'aide à Dieu. Nous pouvons nous adresser au Seigneur, à Jésus, à Baba ou à d'autres divinités comme si nous nous adressions à un père, à une mère ou à un ami afin qu'il nous vienne en aide. Ces demandes peuvent être faites sous forme de prière, d'invocation et de supplication, mais, selon Baba, la demande simple, sans formalité, comme celle qui suit, restera toujours la meilleure :

*« Parlez-moi librement. Dites-moi vos aspirations, confiez-moi vos déceptions et vos échecs, aussi vos inquiétudes et vos problèmes. Parlez-moi à haute voix et aussi par votre cœur. »*

*« Je suis toujours avec toi, à côté de toi, derrière toi, devant toi et en toi. »*

Nos prières et nos invocations faites au Seigneur ne sont pas toujours exaucées et ce pour diverses raisons de nature karmique ou autres. Dans ce cas, nous devons nous abandonner complètement dans les bras du Seigneur et déposer toutes préoccupations ou problèmes à ses pieds. Dans une entrevue accordée à un groupe de fidèles italiens, Baba a déclaré ceci :

*« Laissez-Moi prendre soin de toutes vos affaires. C'est Moi qui y penserai. Je n'attends rien d'autre que votre abandon à Moi. Je n'interviens que lorsque vous savez vous abandonner complètement à Moi et dès lors, vous ne devez plus vous soucier de rien. »*

Revue Prema 33

Lorsqu'on fait un effort personnel d'abandon à Dieu, celui-ci en guise de réponse à nos prières nous aide à transformer nos souffrances en joie, nos faiblesses en forces, nos défauts en qualités et le mal en bien. C'est la voie de l'évolution humaine tracée par Dieu qui fera de nous un Homme dans le sens large du mot.

Dans la première partie de ce livre, nous avons fait un survol de l'homme en décrivant les qualités de sa nature et les catégories inférieures qui le gardent prisonnier à la matière. Nous avons vu aussi que nous pouvions, dans un moment d'introspection, identifier les qualités animales attachées à notre mental et que nous pouvions prendre les moyens nécessaires pour nous en défaire. Ce travail préparatoire est essentiel si nous voulons nous libérer définitivement de notre nature inférieure animale et entreprendre un cheminement personnel vers un sommet plus élevé.

La libération de nos tendances animales nous demande un effort soutenu et une mise en application de certaines règles de vie. Le but avant tout autre chose est de devenir un homme entièrement humain. La deuxième partie de ce livre sera consacrée entièrement à ce but.

**Deuxième Partie**  
**DE L'HOMME À L'HUMAIN**

**Des ténèbres à la Lumière**

« Ô Seigneur  
si je me sens attiré par les biens  
de ce monde, chasse l'obscurité  
qui cache le Soi, la véritable  
réalité de chaque chose. »

**Sathya Sai Baba**

**Chapitre 1**

**LA VIE HUMAINE**

Tous les individus de notre humanité sont en relation les uns avec les autres, car nous sommes tous issus de la même source et nous portons tous en nous une parcelle de l'étincelle divine comme nous le dit Baba dans ses enseignements. À partir de ce principe, nous devenons conscients que toutes les actions que nous accomplissons, bonnes ou mauvaises, ont une répercussion sur l'ensemble des autres membres de la communauté humaine, car nous sommes tous liés les uns aux autres par la même énergie de Dieu.

Le rôle premier de chaque individu est donc de devenir un être humain dans le sens que Sathya Sai Baba lui a donné lors d'un discours fait le 25 décembre 1992 :

*« L'humain suit la voie de la Vérité et de la Droiture. Il s'investit dans des activités strictement en accord avec la Vérité et la Droiture et il use de son sens du discernement avec sagesse. Il s'acquitte de ses responsabilités sans chercher la notoriété, le pouvoir, la richesse ou la célébrité. Une telle personne vit en harmonie avec ses semblables et accomplit son devoir avec foi totale en ces trois préceptes : la fuite du péché (l'erreur), l'amour de Dieu, et la moralité sociale. »*

Sanathana Sarathi, janvier 1993.

Devenir entièrement humain, voilà le but que nous devons tous nous fixer à l'approche de la nouvelle ère qui s'ouvre devant nous. Par notre rayonnement nous pouvons ainsi influencer favorablement les autres et œuvrer à la création d'une société meilleure basée sur les valeurs morales, les vertus et les bons principes de vie commune.

L'humanité de l'homme ne peut se développer qu'à travers les valeurs morales et la voie spirituelle préconisée par Baba. Mais pour arriver à ce choix de vie et prendre conscience de notre rôle humain, nous devons nous éveiller à notre propre spiritualité.

### **L'éveil spirituel**

Il suffit d'observer le monde pour constater que depuis quelques années un changement de valeur et de mentalité se prépare. Si nous regardons bien autour de nous, nous pouvons constater que quelque chose se passe : les vieilles structures s'effritent et sont prêtes à s'effondrer et les nouvelles ne sont pas encore définitivement en place, ce qui crée à l'heure actuelle une insécurité et une instabilité chez l'individu.

Nous assistons, parallèlement au changement de valeur, à une montée de la spiritualité qui a pour effet de conduire l'homme vers une nouvelle vision de la vie et de l'élever au rang d'homme humain. L'élément moteur de cette révolution est l'Amour : le besoin inné que nous avons tous de recevoir et de donner de l'Amour.

Il serait souhaitable que l'élément amour soit à la base de toutes les formes d'éveil spirituel, mais il n'en est pas encore ainsi. Nous devons tenir compte que d'autres éléments et circonstances de la vie peuvent nous placer aussi sur la voie de l'éveil. C'est pourquoi nous devons prendre en considération les crises importantes qui surviennent dans notre vie. Elles peuvent être des occasions de remise en question et d'ouverture à la croissance spirituelle. Malheureusement, nous ne les voyons pas toujours ainsi. Nous considérons souvent les événements qui nous arrivent comme des épreuves, des malheurs et nous laissons le temps arranger les choses afin de continuer notre vie comme par le passé. Très peu d'entre nous considèrent les épreuves comme une opportunité d'éveil spirituel susceptible de nous faire un jour découvrir notre potentiel divin.

*« Dieu n'éprouve Ses fidèles que pour les éléver à un niveau supérieur sur l'échelle spirituelle. »*

Sathya Sai Baba

## Les trois formes d'éveil

L'expérience de l'éveil spirituel peut se présenter à nous sous trois formes particulières comme le mentionne Baba. Elle peut être occasionnée par la peur, l'épreuve ou l'expérience intérieure - ou encore une combinaison de ces trois formes.

La première forme d'éveil peut se manifester à la suite de notre inquiétude profonde face aux événements qui se déroulent à travers le monde, aux difficultés matérielles de notre entourage, aux pertes d'emploi et à l'insécurité par rapport à l'avenir de notre société, à la mort et à ses conséquences douloureuses, ou à l'éventualité prochaine de la fin du monde. La peur est l'élément principal de cet éveil, elle nous pousse à la réflexion, réveille notre foi qui est profondément endormie ou cachée en nous. Cette peur, justifiée ou non, nous incite à prier individuellement ou en groupe afin d'implorer la clémence divine. Cette forme d'éveil atteint un fort pourcentage de notre population occidentale, car le concept de peur a été habilement exploité depuis des siècles par nos milieux judéo-chrétiens.

La deuxième forme d'éveil peut survenir à l'occasion d'un choc émotionnel important à la suite d'un accident, d'un problème de santé, d'une dépression, de la perte d'un être cher, de la naissance d'un enfant handicapé, d'une faillite importante, d'une défaite morale, d'un incendie, d'un événement bouleversant de la nature ou encore d'une expérience surprenante parce qu'inattendue.

Ces épreuves, qui surviennent lorsque l'on s'y attend le moins, doivent être considérées comme des expériences d'avancement sur le chemin de la vie. Après un moment de mûrissement et à la suite d'une réflexion profonde, nos expériences vécues peuvent devenir des éléments de transformation majeure et nous conduire à un véritable éveil spirituel.

Dans beaucoup de cas, ces événements peuvent être accompagnés de moments d'angoisse, de peur, de tristesse, de peine, de découragement ou d'autres émotions reliées au choc et à l'insécurité du moment. Ces réactions sont tout à fait normales bien que difficiles parfois à supporter.

Dans ces moments d'épreuves difficiles, nous serons tentés d'exprimer ouvertement à ceux qui nous entourent ce que nous vivons à l'intérieur de nous. Nous serons tentés aussi de faire des choses que normalement nous ne faisions pas avant l'épreuve. L'environnement social, en particulier la famille, peut s'opposer activement à notre changement de comportement et tenter par divers moyens de nous distraire et de nous détourner de notre période de remise en question. Si nous cédons à cette pression familiale, nous risquons de nous priver ainsi d'une occasion privilégiée d'avancement spirituel.

Les expériences troublantes et quelquefois très douloureuses que nous vivons peuvent s'échelonner sur des années avant d'être intégrées. Lorsqu'elles sont bien assimilées, elles nous conduisent presque infailliblement vers de nouvelles valeurs, une vision élargie de la vie et, dans beaucoup de cas, ces expériences ouvrent notre horizon sur des actions altruistes, humanitaires et une plus grande compassion envers tous les êtres de la terre.

La troisième forme d'éveil est celle qui est la plus naturelle chez l'être humain. Elle est l'énergie de l'âme qui cherche l'union avec la source Divine. Elle est innée depuis notre venue en ce monde. Normalement, si elle n'est pas freinée par notre culture ou autre élément extérieur, elle se développe lentement au cours de notre vie. Pour y parvenir, elle peut utiliser divers moyens : la lecture d'un livre

inspirant, le rêve, la méditation, une rencontre avec un personnage hautement évolué, un cours de croissance personnelle où nos facultés psychiques seront stimulées afin d'éveiller notre clairvoyance ou notre médiumnité, ou encore un événement fortuit de contact avec la Conscience Cosmique qui remettra en question notre façon de vivre et nos valeurs passées.

Cette forme d'éveil peut survenir aussi lors d'événements simples de la vie, par exemple lorsque nous nous émerveillons devant un magnifique coucher de soleil, lorsque nous vivons un moment d'exaltation devant la beauté d'une fleur ou encore lorsque nous nous sentons uni au cosmos en regardant un ciel étoilé. La nature nous propose de multiples façons de contacter l'infini. C'est à nous d'être attentifs et de ne pas minimiser la stimulation qui peut se produire, mais, au contraire, de la nourrir afin qu'elle puisse nous faire grandir.

De ces trois formes d'éveil, la dernière est la plus souhaitable, car elle n'implique pas la peur de la première ni de souffrance de la deuxième. Cette forme d'éveil naturel, si elle est bien assimilée, peut nous conduire en toute confiance à une démarche plus intérieure et nous permettre de nous engager sur les multiples sentiers de la spiritualité avec courage, foi, conviction et détermination.

Nous sommes rarement maîtres du choix d'éveil et de transformation qui peuvent se présenter à nous. Nous devons dès lors considérer cette opportunité comme étant celle qui nous est destinée selon la loi de cause à effet. La refuser, c'est refuser d'avancer sur le chemin qui nous conduit à Dieu.

Pour nous, l'éveil c'est maintenant. C'est pour cette raison que nous devons considérer chaque épreuve ou expérience comme un début de transformation, qu'elle ait mûri longuement à la suite d'un événement particulier survenu dans notre vie ou qu'elle surgisse spontanément sans avertissement.

### **La transformation spontanée**

Nous savons que la transformation normale de l'être humain prend un certain temps. L'homme et la nature évoluent à un rythme qui leur sont propres. Mais il arrive qu'une plante, lorsqu'elle reçoit une attention et des soins particuliers se développe plus rapidement qu'une autre et dépasse de loin sa croissance normale. De même, l'homme qui reçoit une attention particulière sur tous les plans de son être, peut non seulement s'éveiller à sa spiritualité, mais se transformer entièrement et plus rapidement qu'un autre.

Selon plusieurs observations faites dans le passé, il est reconnu généralement qu'un individu malade qui reçoit non seulement des soins sur le plan physique, mais sur les plans psychiques et spirituels, recouvre plus rapidement la santé. Nous devons alors reconnaître l'homme dans son entier et considérer qu'il ne peut être séparé des trois plans de son existence.

Nous sommes unis au Divin et nous ne pouvons en être fractionnés d'aucune façon. Alors, à partir de ce fait, nous pouvons reconnaître que la Conscience Supérieure, qui est en relation avec notre âme, peut jouer un rôle capital dans notre guérison. Selon les circonstances et l'intensité de notre dévotion, nous pouvons qualifier certains retours à la santé de guérison spirituelle.

Au-delà de cette forme de guérison spirituelle qui survient plus ou moins rapidement dans notre vie, il existe une autre forme de guérison beaucoup plus rapide et même instantanée que nous

pouvons qualifier de guérison christique ou divine. Cette forme de guérison consiste à éveiller de façon soudaine la conscience de guérison dans l'âme de l'individu. À la suite de cet éveil, il peut s'ensuivre, dans le corps, une manifestation de transformation spontanée.

Si nous prenons Jésus en exemple, ses pouvoirs de guérison ne sont aucunement contestés. Par un simple regard, une parole, un toucher ou autre geste, Il pouvait transformer spontanément une personne malade de corps ou d'esprit. La guérison se manifestait sur les trois plans : l'âme, le mental qui est le siège de tous les maux, puis le corps. Plus tard, les apôtres, par leur pureté intérieure et leur altruisme, ont continué le travail de « guérisseurs d'âme et de corps » pour le bien de tous.

Plus près de nous, nous avons eu des personnages que nous pouvions qualifier de guérisseurs chrétiens qui, par leur dévouement et leur amour inconditionnel, ont accompli beaucoup de guérisons autour d'eux. Nous pouvons penser entre autres à Padre Pio, le maître Philippe de Lyon, Saint Benoît, le curé d'Ars et quelques autres. Tous ont œuvré au service du Christ avec amour et charité.

Aujourd'hui, de par le monde, bien que rares, nous pouvons découvrir encore des guérisseurs chrétiens. Ils travaillent dans le silence et la discréetion au service de l'humanité. Ils ne demandent rien pour eux-mêmes en retour de leurs actions sacrées. Ils donnent continuellement d'eux-mêmes en union avec Dieu.

En Inde, Sathya Sai Baba, a tous les pouvoirs du Guérisseur chrétien et du Thérapeute divin. D'un simple regard, d'un geste, d'une parole, il a, à ce jour, transformé la vie intérieure de dizaines de millions d'hommes, de femmes et d'enfants qui se sont approchés de lui. Ces personnes ont vu leur colère, leur agressivité, leur angoisse ou leur haine disparaître spontanément au seul contact de cette Énergie divine en manifestation. Plusieurs n'ont même jamais demandé de transformation personnelle, mais le fait d'être près de cette Énergie chrétienne était amplement suffisant.

Sur le plan physique, des personnes ont retrouvé l'usage de la parole et des aveugles ont pu voir à nouveau, d'autres furent guéris de paralysies, de maladies incurables, de cancers en phase terminale et même des personnes décédées furent ramenées à la vie. La transformation a eu lieu non seulement au niveau de leur corps, mais sur tous les plans de leur être.

Selon des milliers de témoignages, ces guérisons chrétiens, pour ne point dire « miraculeuses » se sont produites également à distance, partout à travers le monde dans le secret des foyers, grâce à l'omnipotence, l'omniprésence et l'omniscience divines de Baba.

Le « miracle » de la transformation se produit presque toujours lorsque la personne s'y attend le moins. L'amour, la compassion et la grâce qui émanent de Sathya Sai Baba font fondre les cœurs les plus durs et les égos les plus coriaces. Son regard nous transperce et unit notre âme à Dieu. L'énergie divine qui émane de son Être est AMOUR, AMOUR, AMOUR.

### **Notre première expérience avec Baba**

Une émanation divine d'Amour : voilà ce que nous avons ressenti, mon épouse Lucille et moi, lors de notre premier voyage en Inde au cours de l'année 1992. Lors de notre pèlerinage, nous avions choisi de visiter le nord de ce pays en premier, soit Delhi, Agra, Varanasi et autres, suivi d'un court

séjour à Katmandou au Népal. Durant la troisième semaine de ce séjour, nous nous sommes rendus à Bangalore dans le sud de l'Inde, dans l'espoir de rencontrer Sathya Sai Baba. À notre arrivée dans cette ville, première déception, Baba était déjà parti pour une autre destination.

Selon moi, Sathya Sai Baba ne pouvait qu'être retourné à Puttaparthi, son lieu de naissance où est situé l'ashram Prashanti Nilayam « Demeure de Paix Suprême ». Je ne peux dire si c'est à cause d'une confusion de la langue, une erreur de l'agence de voyage locale ou un « jeu » de Baba, mais le lendemain matin nous partions pour Puttaparthi par une chaleur de 40 ° C, sans air climatisé, dans une voiture taxi qui était sur le point de rendre l'âme, à cause de son âge avancé.

À notre arrivée, deuxième déception, Baba n'y était pas non plus. Selon les informations, il était à 600 kilomètres dans une direction opposée. Le même jour, nous revenions à Bangalore avec le même transport, dans les conditions identiques à l'aller. Nous étions épuisés et découragés. Que faire? Rentrer à la maison ou poursuivre notre quête alors que nous étions si près du but?

Une force intérieure me disait de continuer. Après échange d'opinions avec mon épouse et une bonne nuit de sommeil, dès le lendemain nous reprenions la route vers le sud, dans une voiture plus confortable, conduite par un chauffeur très sympathique à notre démarche. Après plus de huit heures de route, nous arrivions enfin dans le village de Kodaikanal situé à 2000 mètres d'altitude dans les montagnes du Palani. Un décor magnifique empreint de calme et d'harmonie nous attendait. Selon notre chauffeur et guide, Baba devait y séjourner quelques semaines afin d'y visiter ses écoles.

Avant mon départ pour ce voyage mémorable en Inde, j'avais secrètement demandé à Sathya Sai Baba « l'ouverture du cœur », mais sans rien préciser de plus. Plusieurs semaines s'étaient écoulées depuis et j'avais oublié cette demande.

Dans le village en question, après plusieurs démarches, nous avions enfin déniché une chambre dans une auberge située à plus de deux kilomètres de l'endroit où résidait Sathya Sai Baba. Depuis notre arrivée dans ce village, quelque chose se passait en moi. Je trouvais euphorique le fait que tous les gens que je rencontrais voulaient me rendre service. J'avais la nette impression de « flotter », de vivre dans un rêve. Je n'avais jamais goûté, avec autant d'intensité, ce sentiment de fraternité et d'amour qui pouvait unir les êtres humains sur la terre. J'avais l'impression d'être en union avec chaque personne que je croisais et être ami depuis de longue date avec celles qui m'adressaient la parole.

J'étais ému sans pouvoir exprimer ce qui se passait par des mots. Moi qui ai toujours refoulé mes émotions, je sentais un malaise et tentais de le cacher du mieux que je pouvais.

Plus tard, assis sur le lit de notre chambre, afin de prendre un peu de repos avant de nous rendre à cette première rencontre avec l'Avatar, je fus pris soudain d'une vive émotion au cœur. J'ai eu l'impression que quelque chose se déchirait en moi. J'ai éclaté en sanglots et pleuré pendant de longues minutes sans arrêt. C'est comme si je recevais un flot d'amour inconditionnel qui inondait tout mon être. De l'intérieur de moi s'est exprimé un élan d'amour et de compassion qui semblait avoir été emprisonné là depuis ma venue dans ce monde. Mon épouse cherchait par divers moyens à me consoler, mais sans succès. Ces larmes libératrices avaient besoin de couler afin de dégager toute cette accumulation de peine et de souffrance retenues qui m'empêchait de vivre. Après un certain moment, je me suis senti soulagé et en même temps gêné par mon comportement.

Par cette « ouverture du cœur », j'ai vécu la libération de mes émotions refoulées qui furent remplacées par une paix intérieure et un mieux-être face à la vie.

À mon retour au Canada, plusieurs mois se sont écoulés avant que je parle ouvertement de cette partie de mon voyage. Je craignais le jugement de mon entourage et la banalisation de mon expérience. Des souvenirs de confidences trahies étaient encore présents à ma mémoire. J'avais appris à me protéger en ne révélant rien de moi-même aux autres.

Les années ont passé et je suis encore impuissant à trouver les mots pour décrire ce qui est réellement survenu cette journée-là. Il est difficile de décrire cet état de compassion et d'amour car un état d'être se vit et les mots sont superflus. La tête ne peut expliquer le sentiment du cœur sans en diminuer l'essence divine.

Mon mental avait de la difficulté à accepter une telle évidence et cherchait par divers moyens à analyser pour mieux comprendre. C'est pourquoi j'ai pensé que cette émotion était présente en raison de l'enthousiasme des gens à l'approche de Baba ou encore à la fatigue du voyage. Pourtant, durant les années qui ont suivi, chaque fois que le souvenir de cette expérience me revenait à la mémoire ou que je tentais d'en parler autour de moi à des amis, j'étais ému et les larmes se remettaient à couler. La « fleur », symbole de mon cœur, s'ouvrait à nouveau et laissait s'échapper autour de moi un peu de sa fragrance.

Cette expérience, que je qualiferais de spirituelle, s'est intégrée lentement à mon être pour se fondre avec les autres souvenirs heureux de ma vie. Avec du recul, je me rends compte qu'elle fut une expérience d'éveil importante; je pourrais même dire qu'elle fut l'expérience principale du début de ma transformation intérieure.

Pour Lucille, ce fut quelque chose de différent, mais de tout aussi important. Elle décrit son contact avec Baba comme suit :

« Nous venions juste d'arriver dans ce petit centre de Baba, sur le haut d'une montagne, dans le sud de l'Inde. J'ai pris place avec les autres femmes dans une cour intérieure afin de voir en personne Sathya Sai Baba pour la première fois. Je n'avais aucune attente de ce qui pouvait se passer. Sathya Sai Baba se promenait dans les allées et ramassait quelques lettres sur son passage.

Lorsque Baba fut en face de moi, j'ai dû retirer mes pieds pour ne pas le toucher tellement il était proche. Sathya Sai Baba s'est arrêté, s'est tourné momentanément vers moi et m'a regardé droit dans les yeux. J'ai senti au même instant un amour inconditionnel qui pénétrait mon âme et j'ai eu l'impression de perdre la notion du temps. En signe de bénédiction, il a levé la main droite à la hauteur de son visage avant de poursuivre sa route et enfin retourner à l'intérieur du centre.

À partir de cet instant, j'ai su que quelque chose d'important venait de se passer. Je sentais une joie intérieure immense, un bonheur que je n'arrivais pas à décrire avec des mots. Après mon retour chez moi, cet état d'exaltation a duré plus d'un an avant de commencer à diminuer lentement.

Avec un recul de plus de trois ans, je me rends compte que ce fut le début d'une transformation profonde qui s'est opérée en moi. Ma façon de penser et de voir la vie était différente. Je décidai alors de mettre graduellement les enseignements de Baba en pratique afin de devenir une meilleure

personne et me rapprocher davantage de Dieu. Avec Sathya Sai Baba, je venais de trouver ma voie, le chemin qui conduit à la Lumière. »

Mon épouse et moi-même avions été profondément touchés par cette première rencontre avec Sathya Sai Baba. À notre retour au pays, nous aurions pu refuser ce nouvel éveil intérieur. Nous étions conscients qu'en disant non à l'appel de Baba, nous ne faisions que remettre à plus tard un travail qui devait être fait d'une façon ou d'une autre.

### **Le « OUI » ou le « NON »**

*« Si vous m'acceptez en disant « Oui », je répondrai : « Oui, Oui, Oui. » Si vous me répondez en disant « Non » je ferai écho « Non. »*

*« Quand vous m'avez dit « OUI », vous avez abandonné le droit d'être comme quiconque. Voilà pourquoi vous attirez à vous des expériences qui vous purifieront de tout ce qui ne vous convient pas. Vous ferez cela maintes fois et maintes fois, encore et encore jusqu'à ce que je fasse voir que le passé ne fonctionne plus.*

*Je vous mets au défi et vous tente chaque jour avec votre passé de façon à ce que vous puissiez voir que le passé est une grande illusion. Quand vous m'avez dit « Oui », vous m'avez donné votre corps, vos pensées et vos actions. Lorsque ceux-ci ne satisfont pas le nouveau « vous », le malaise est insupportable. Il en sera toujours ainsi jusqu'à ce que vous réalisiez entièrement ce que vous faites. Alors, et seulement alors, vous abandonnerez tout désir. C'est uniquement de cette façon que vous apprendrez.*

*L'homme apprend rarement par de simples rappels. Son désir est assailli de pièges qui sont placés là de façon à ce que je puisse faire mon travail. Ce n'est que lorsque vous vous abandonnez complètement à moi que toutes les tentations s'évanouiront. Je ne vous abandonnerai jamais.*

*Chaque fois que vous glisserez, ce sera dur à supporter et il vous sera plus difficile d'y remédier. Finalement, vous vous fatiguerez de votre bêtise.*

*Je vous aime, et même si vous n'en êtes pas complètement conscient, vous avez dit « oui ».*

Sathya Sai Baba. Sanathana Sarathi.

### **Notre réponse est « Oui »**

Au retour de ce premier voyage en Inde, mon épouse et moi-même étions en mesure de témoigner de la grande influence de Baba sur nos vies. Rien n'était plus comme avant, nous avions été touchés par la grâce divine lors de notre rencontre avec l'Avatar. Nos amis et les gens que nous rencontrions nous disaient qu'il y avait une radiance qui émanait de nous, que quelque chose était différent dans notre regard et dans notre façon d'être. Notre attitude en présence des gens avait aussi changé. Nous les voyions différemment alors que c'était nous qui étions transformés.

Dans les mois qui ont suivi, toutes sortes d'événements sont venus changer nos vies. Nous avons vendu notre commerce, une librairie spécialisée en spiritualité et en ésotérisme, alors que cette vente n'avait pas été prévue, bien que Lucille ait demandé mentalement avant notre départ s'il était bon pour nous de vendre. En ce qui me concerne, au retour de ce voyage, j'ai entrepris ma formation de psychothérapeute en relation d'aide. Nous avons agrandi notre maison d'un étage afin de faire un

emplacement approprié à l'étage inférieur pour des rencontres de groupe. Et enfin nous avons formé un groupe dévotionnel Sai chez moi pour étudier les enseignements de Sathya Sai Baba.

Nos habitudes de vie se sont transformées beaucoup plus rapidement après ce retour, au point où nous avions de la difficulté à suivre tous ces changements. Notre alimentation est devenue de plus en plus saine, nos pensées se sont purifiées et notre mode de vie s'est simplifié.

Est-ce que tous ces événements sont une coïncidence? Je ne crois pas. Je connais également d'autres personnes qui, après avoir été en contact avec l'Inde et en particulier avec Sathya Sai Baba, ont vu leur environnement et leur vie complètement transformés. Pour d'autres, cette transformation ne peut avoir lieu qu'après plusieurs années, quand ils sont vraiment prêts à faire un travail en profondeur sur eux-mêmes. Ils comprennent alors le privilège qu'il leur fut accordé de rencontrer un être Divin incarné sur terre pour les aider.

Ma vision intérieure s'est éclairée le jour où j'ai rencontré Sathya Sai Baba. C'est à ce moment-là que j'ai compris le vrai sens de la vie et le but profond de mon cheminement spirituel. Je me suis engagé avec Sathya Sai Baba sans condition, chose que je n'avais jamais réussi à faire dans le passé avec les diverses organisations spirituelles que j'ai côtoyées. Une force intérieure puissante venait de s'installer en moi afin de me supporter dans mon travail de transformation. J'ai dit « Oui » à Baba parce que je n'ai aucun doute sur sa parole, ses actions et sa divinité. Il est pour moi un guide, un modèle de droiture et un exemple de comportement d'Homme-Divin sans précédent dans ma vie. Tout cela m'incite à m'engager corps et âme sur la voie de la réalisation du Soi.

Dans mon cheminement présent, je veux avant toute chose devenir un homme complètement humain. À cet effet, les enseignements de Sathya Sai Baba que j'ai choisis sont une réponse à ce que je cherchais depuis des années. Le retour aux valeurs morales et à la vertu enseignée hors de tout dogme est un outil essentiel à ma transformation intérieure. Ces valeurs, si elles sont acceptées par l'ensemble de l'humanité, deviendront l'élément de base de la transformation du monde.

## Chapitre 2

### LES VALEURS MORALES

#### L'essence de l'individu

La mise en pratique des valeurs morales ou humaines est un des éléments importants dans la transformation du monde proposée par Sathya Sai Baba. Il s'agit des valeurs de base selon lesquelles l'homme devient un véritable être humain. Ces valeurs se retrouvent potentiellement en chaque individu dès sa naissance, quelle que soient sa race ou sa croyance. C'est pour cela que nous devons les considérer comme l'essence de notre être. Baba, dans un discours fait le 21 novembre 1995 à ce sujet, a déclaré ceci :

*« Quelles sont les Valeurs Humaines? Ce sont les valeurs intrinsèques de l'homme. Ce ne sont pas des choses que l'on peut acquérir, vous naissez avec. De même qu'il n'y a aucune différence entre vous et votre ombre, il n'y a pas non plus de différence entre vous et vos valeurs. Elles sont en vous. Si vous ne les utilisez pas, elles s'éloignent... »*

Proposées dans un contexte plus universel, les valeurs humaines des enseignements de Baba n'ont aucune portée dogmatique en soi bien qu'elles aient été véhiculées dans le passé par toutes les religions. Ce sont des principes innés auxquels nous devons redonner vie et que nous pouvons tous, si nous le voulons bien, appliquer à des degrés différents dans notre quotidien.

Au cours des milliers d'années de notre histoire humaine, les valeurs morales ont toujours servi de base aux bonnes relations entre les individus. La parole donnée était sacrée et respectée par les parties impliquées. L'entraide était fréquente et la majorité des peuples voulaient vivre en paix avec leurs voisins.

De nos jours, le besoin de vivre en harmonie, en paix, en coopération et en fraternité est toujours présent dans notre société. Au passage de ce vingt-et-unième siècle, nous pouvons observer qu'il y a une volonté de paix qui veut s'installer dans la majorité des pays de la terre. La négociation est

préférée à la guerre et les grandes puissances coopèrent afin de trouver des solutions durables au bien-être de l'humanité.

La situation présente est complètement différente de ce que nous avons connu au cours de la première moitié du vingtième siècle, où l'humanité était tombée dans le piège du pouvoir, de la haine et de la destruction. Le non-respect des valeurs morales a failli conduire le monde entier à une destruction totale et irréversible.

La venue de Sathya Sai Baba durant cette période difficile de l'humanité n'est pas un hasard. Le Seigneur se manifeste toujours sur la terre lorsque la situation est critique afin de venir en aide à son peuple. Jésus, à son époque, alors que la Palestine était en crise et occupée par les Romains, est venu enseigner l'amour et la fraternité entre les hommes. Baba, à notre époque, nous rappelle le même message d'amour et de fraternité afin que tous les hommes se libèrent définitivement de leur animalité et deviennent entièrement humains.

À cet effet, Sathya Sai Baba nous propose dans son enseignement les cinq valeurs humaines suivantes :

La Vérité, l'Action Juste, la Paix, l'Amour et la Non-Violence.

### **Les cinq Valeurs Humaines**

#### **La Vérité**

Quand nous disons la vérité sur ce que nous voyons et entendons, cela constitue une vérité relative et changeante. Cette vérité diffère d'un individu à un autre selon sa perception des choses. Elle est différente également selon la culture, l'époque, l'âge et l'expérience de vie de chacun.

Cette vérité est la cause de grande confusion dans le monde et en particulier chez les scientifiques et autres chercheurs de « vérité ». Ce qui est vrai aujourd'hui, ne le sera pas nécessairement demain, car tout ce qui nous entoure est en perpétuel changement, en maturation, en mutation et en transformation.

*« Rien n'est absolument vrai ou tout à fait réel. Le fait d'être réveillé est aussi irréel que d'être endormi. Quand vous dormez profondément, le monde n'existe absolument plus. »*

Sathya Sai Baba. S. S. S. 4

Mais qu'est-ce que la vraie Vérité?

*« C'est celle qui est absolue, universelle, sans changement et unique. Elle n'est pas modifiable ni par le temps ni par l'espace. »*

*« La vérité absolue, c'est celle qui est à l'intérieur de nous. Elle est le Divin caché en nous, elle est le Soi. »*

*« Le devoir primordial de l'homme est de découvrir la vérité. La vérité ne peut être atteinte que par le dévouement et la dévotion; et ils dépendent tous deux de la grâce de Dieu qui inonde les cœurs saturés d'amour. »*

Sathya Sai Baba. S. S. S. 6

Les religions, par leurs enseignements, proclament toutes détenir le monopole de cette Vérité absolue. En réalité, elles ne détiennent que des parties de la grande Vérité universelle dont seul le Divin peut contenir le Tout. En fait, la Vérité n'appartient à personne, elle est à la disposition de tout chercheur sincère.

Dans ses enseignements, Sathya Sai Baba mentionne que dans chaque être humain il y a une étincelle de Vérité et que personne ne peut vivre sans cet élément essentiel à la vie. Cette étincelle est le Dieu à l'intérieur de nous, c'est la source de toute Vérité et de tout Amour.

La Vérité qui vient d'être mentionnée ici fait partie de la Connaissance ultime de toute chose et de Dieu. Mais il existe une autre forme de vérité, celle que nous pouvons attribuer aux valeurs morales. Elle est le fait de dire la vérité avec respect et amour, faute de quoi on se tait.

Comme parents, nous avons un rôle important à jouer dans l'éducation de nos enfants en ce qui a trait à la vérité. Le simple fait de demander à notre enfant de répondre au téléphone à notre place et de dire que nous sommes absents, alors qu'il n'en est rien, incite l'enfant à mentir dès le plus jeune âge. Pouvons-nous nous étonner si plus tard l'enfant ne dit pas la vérité.

Au sujet de la vérité, Sathya Sai Baba a raconté une belle histoire indienne dans son discours fait le 14 août 1984.

*« Un jour, un sage était en train d'accomplir ses prières, il avait fait le vœu de suivre la voie de la vérité et de la non-violence, quoi qu'il arrive. Un chasseur cruel qui avait entendu parler de lui, tenta de lui faire rompre sa promesse. Il poursuivit un cerf de manière à ce qu'il passe juste devant le sage qui était plongé dans ses prières. Le sage vit le cerf passer devant lui et se cacher derrière un buisson. Le chasseur arriva quelques secondes plus tard et lui demanda : « Swami, avez-vous vu un cerf passer par ici ? » Le sage était bien ennuié, s'il disait la vérité le cerf risquait de mourir et cela serait pure violence, mais d'autre part s'il se taisait, se serait un mensonge. Il adopta donc un subterfuge et répondit d'un ton énigmatique : « Mes yeux qui voient, ne peuvent parler et ma bouche qui parle, ne peut pas voir. »*

Ceux que Dieu aime

Ainsi, le sage protégea sa vertu de vérité et la vie du cerf. Selon Baba, nous sommes tenus de dire la vérité dans toutes les circonstances, sinon nous devons garder le silence au lieu de dire un mensonge. Bien que toute vérité ne soit pas bonne à dire, nous ne devons pas non plus tomber dans les opposés comme Swami le mentionne si bien :

*« Nous devons éviter la vérité qui blesse et le mensonge qui plaît. »*

Avant d'atteindre la Vérité absolue, nous devons adopter dans nos vies certains principes de vérité simples :

1. Être vrai en pensées, en paroles et en actes.
2. Développer de l'intégrité dans nos relations.
3. Être optimiste face aux épreuves de la vie.
4. Avoir un comportement honnête avec nos semblables.
5. Accepter de se remettre en question sans tricherie.
6. Faire confiance à notre voix intérieure.
7. Rechercher la manifestation du Divin en toute chose.

## L'Action Juste

Dans le livre *Dharma Vahini*, Sathya Sai Baba décrit l'action juste comme suit :

« Le « dharma » (l'action juste) est la voie de la moralité, la voie de la moralité est lumière, la lumière est béatitude. Le « dharma » (l'action juste) se caractérise par la sainteté, la paix, la vérité et la force d'âme. Le « dharma » (l'action juste) est yoga, union, fusion, vérité. Ses attributs sont la justice, le contrôle des sens, le sens de l'honneur, l'amour, la dignité, la méditation, la sympathie, la non-violence. Tel est le « dharma » (l'action juste) qui se perpétue à travers les âges. Il mène à l'amour universel et à l'Unité. »

« L'action juste ou loi morale comporte un certain nombre de principes fondamentaux qui devrait guider l'humanité dans sa progression vers l'harmonie intérieure et l'espace extérieur. »

Sathya Sai Baba. S. S. S. 3

Selon Baba, l'action juste se manifeste en cultivant la vertu afin de vaincre la colère, la luxure, l'envie et la jalousie. Nous devons intégrer cette valeur morale à notre façon de vivre si elle n'y est pas déjà, car cette valeur nous conduit à la paix intérieure. Cette valeur nous incite à éviter de faire du tort à nos semblables, tout comme Jésus l'avait proposé : « Ne fais pas à autrui ce que tu ne voudrais pas que l'on te fasse. »

Cette loi morale nous incite à une réflexion consciente avant d'accomplir une action de quelque nature qu'elle soit. Elle se présente de façon simple. Nous pouvons la traduire ainsi :

Aide toujours.	- Ne blesse jamais.
Fais le bien.	- Ignore le mal.
Agis avec bonté.	- Évite la critique.
Parle avec douceur.	- Évite la colère.
Dis la vérité.	- Écarte le mensonge
Exprime l'amour.	- Chasse la haine.
Rends service.	- Ne trompe personne.

La loi morale ou action juste en relation avec le « karma », est l'ensemble de toutes les actions qui ont été accomplies sur terre dans le passé et qui nous sont retournées, en bienfait ou en épreuve, selon la loi de cause à effet. Dans notre vie, l'ensemble de ces actions passées nous est présenté individuellement sous forme de plan de vie. À la naissance, nous recevons notre propre plan de vie, appelé « karma » par certains ou plan d'action par d'autres. Il s'agit d'un ensemble de leçons personnelles que nous devons apprendre au cours de notre existence.

Notre plan de vie, ou devoir individuel, ne peut se changer ni se modifier par une simple action de notre volonté. Il est ce que nous devons accomplir comme action dans cette vie en tant qu'individu. Le refus de suivre notre plan de vie ou la dérogation de ce qui a été tracé pour nous devient, selon la loi de compensation, du « karma » négatif accumulé, c'est-à-dire une réaction à nos actions. Cette réaction négative devra, un jour ou l'autre, elle-même être compensée par d'autres actions.

Le but final de toutes les actions justes et des devoirs que nous devons accomplir au cours de notre existence est l'élévation de notre conscience afin de nous unir à Dieu et, un jour, de nous fondre dans le Soi Suprême.

Pour arriver à ce but suprême et divin dans notre quotidien, il nous est proposé d'accomplir certaines actions justes :

1. Témoigner de la gratitude pour un service rendu.
2. Être digne de confiance et honnête en affaires.
3. Avoir de bons comportements et de bonnes manières.
4. Mener une vie saine sous toutes ses formes.
5. Développer le sens du renoncement.
6. Être serviable, patient et courageux.
7. Devenir responsable et avoir confiance en soi.

*« Le devoir sans amour est déplorable.*

*Le devoir fait avec amour est désirable.*

*L'amour sans devoir est divin. »*

## **La Paix**

Nous pouvons nous demander sérieusement si un jour la paix peut être possible dans le monde. Lorsque nous regardons le mécontentement, l'injustice sociale et la non-tolérance qui se passent dans nos villes, notre pays ou ailleurs, nous pouvons observer qu'un énorme travail reste à faire. Tant qu'il y aura de l'égoïsme, de la haine et une soif de pouvoir entre les individus et les peuples, la paix sera difficilement atteignable.

Nous sommes dans une société où la satisfaction des désirs matériels et sensuels prend une grande importance. Nous voulons toujours plus qu'hier. Dans notre besoin de possession, nous accumulons des richesses matérielles de toutes sortes afin de démontrer notre supériorité, notre prestige et notre pouvoir autour de nous. Par notre prestige, nous croyons avoir la paix, mais il n'en est rien.

Écoutons Sathya Sai Baba nous parler de la paix :

*« La Paix intérieure garante de la Paix mondiale. »*

*« Personne n'est capable de définir ce qu'est véritablement la Paix. En effet, si l'on acquiert et expérimente la Paix authentique, on perd alors toute conscience de l'agitation et de la confusion qui règnent sur la terre. La Paix signifie «renoncer aux activités liées aux sens». Si vous priez pour la paix dans le monde alors que vous n'êtes même pas capable de vivre en bonne entente avec vos semblables, que vous les dénigrez ou les méprisez, ce n'est pas la Paix que vous récoltez, mais plutôt de l'agitation, avec toute la tristesse et la douleur que cela implique.»*

*« Dans l'énoncé, JE VŒUX LA PAIX.*

*Coupez le JE et le VŒUX et la PAIX se manifestera. »*

*« Ainsi, la paix véritable ne peut se trouver qu'en atteignant les profondeurs de l'esprit, grâce à la discipline du*

*mental, grâce à la foi dans le fondement unique de cette multiplicité apparente. »*

### **La Paix Suprême**

Selon Baba, nous devons faire la paix avec nous-mêmes avant de vouloir l'imposer aux autres. Les bases de la paix mondiale se trouvent avant tout dans nos cœurs. Les actions suivantes conduisent immanquablement à la paix intérieure et extérieure :

1. Être calme et développer la confiance en soi.
2. Avoir un comportement honnête.
3. Pratiquer la tolérance et la compassion.
4. Développer la patience et la discipline.
5. Rechercher le bonheur intérieur et l'amour.
6. Respecter ses limites et celles des autres.
7. Être satisfait de ce qu'on possède.

*« S'il y a droiture dans le cœur, il y aura de la beauté dans le caractère.*

*S'il y a beauté dans le caractère, il y aura de l'harmonie à la maison.*

*S'il y a harmonie à la maison, il y aura de l'ordre dans la nation.*

*Quand il y aura ordre dans la nation, il y aura la paix dans le monde. »*

Sathya Sai Baba. S. S. S. 7

### **L'Amour**

Sathya Sai Baba s'est incarné dans notre monde sous le thème de l'Amour. Son enseignement, ses paroles et ses actions sont tous imprégnés d'un profond amour pour l'humanité qu'il veut aider. Baba est venu parmi nous dans un geste d'amour afin de nous faire découvrir la qualité de l'amour qui est dans nos cœurs et nous apprendre à répandre cet amour autour de nous.

Nous allons laisser la parole à Baba afin qu'il nous décrive l'amour. Personne mieux que lui peut le faire, car il est lui-même Amour. Dans un discours fait à Noël, le 25 décembre 1993, il a parlé longuement de cette qualité en ces mots :

*« Le monde entier est rempli d'amour. Le monde est Amour et l'Amour est le monde. En chaque être humain, la présence de l'amour est semblable à une splendeur brillant à travers ses sentiments. L'amour est la vie et la vie est amour. De même que le feu a le pouvoir naturel de brûler et l'eau celui de rafraîchir, l'amour est un trait de caractère naturel chez l'homme. Lorsqu'il en est dépourvu, il cesse d'être humain. »*

*« L'amour est une qualité innée chez l'homme. Elle est son souffle vital. De nos jours, les hommes ont tendance à oublier la relation qui existe entre l'amour et la vie. Aujourd'hui, l'amour est teinté d'intérêt personnel. La vie de chaque être humain est comme un arbre qui porte des fruits appelés AMOUR. Pour apprécier ce fruit, il faut d'abord ôter l'écorce qui le recouvre et retirer les pépins à l'intérieur. Le jus sucré ne pourra être apprécié que lorsque l'écorce et les pépins auront été enlevés. L'écorce du fruit de l'arbre de la vie, c'est l'égoïsme et les pépins sont les intérêts égoïstes que poursuit l'homme. C'est seulement lorsque l'ego et l'égoïsme sont éliminés que l'on peut goûter le jus sucré de l'amour, ce nectar Divin qui est la vie même, qui est la Splendeur Divine. »*

*« L'Amour est Dieu. Dieu est Amour. Vivez dans l'Amour. »*

Dans un autre exposé fait le 20 novembre 1993, au sujet de la purification du cœur par l'amour, Baba nous donne ce précieux conseil :

*« Purifiez votre cœur! Menez une vie remplie de sentiments bons, servez d'une manière désintéressée, partagez votre amour avec dix personnes au moins par jour, et votre vie sera purifiée. Unifiez la tête, le cœur et les mains. C'est cette unité qui représente les véritables Valeurs Humaines. »*

Le message d'amour de Sathya Sai Baba est immense et prend une place très importante dans ses enseignements. Baba répète sans cesse que, si nous avons l'amour véritable en nous, nous n'avons plus besoin de rien d'autre. L'amour transforme tout sur son passage, l'amour confère la paix dans le cœur, l'amour nous apporte la grâce Divine et l'amour nous conduit à la réalisation du Soi.

Dans un autre exposé fait le 1er janvier 1994, Baba ajoute ceci :

*« L'amour élève une personne de l'état animal au rang d'humain. L'amour est la force de vie de l'homme et la force de vie elle-même. Celui qui vit sans amour est comme un cadavre sans vie. L'amour est révélé seulement aux personnes qui sont en vie. Par conséquent, l'amour et la vie sont interdépendants et intimement reliés. »*

*« Seule une personne qui a développé une attitude de pardon peut être considérée comme douée pour l'amour sacré. Cela ne peut s'apprendre dans les livres. Pas plus qu'enseigné par un précepteur ou par quiconque. C'est nous-mêmes qui devons le cultiver dans les périodes de difficultés, d'épreuves et de tribulations que nous sommes contraints d'affronter. C'est seulement lorsque nous sommes confrontés à des problèmes et des difficultés qui nous causent souffrances et peines, que ces qualités d'indulgence et de pardon ont la possibilité de prendre racine en nous. »*

### Supplément Prema 15

Dans la pratique quotidienne, gardons présentes en notre cœur les pratiques suivantes :

1. Apprendre à toujours pardonner aux autres.
2. Avoir de la compassion et de la sympathie.
3. Être généreux en toutes circonstances.
4. Développer la tolérance dans nos relations.
5. Pratiquer le partage et la générosité.
6. Agir avec bonté et dévouement envers les enfants.
7. Mener une vie de dévotion et de service.

*« Commencez la journée avec amour,  
Passez la journée dans l'amour,  
Remplissez la journée d'amour,  
Terminez la journée avec amour,  
C'est le chemin qui mène vers Dieu. »*

Sathya Sai Baba. S. S. S. 8

### La Non-Violence

Parler de non-violence dans un monde qui n'a pas connu autre chose que la violence dans son évolution à travers les âges, nous demande beaucoup de souplesse. Chaque jour, de nouvelles violences captées par nos cinq sens s'emmagasinent dans notre mémoire et viennent s'ajouter à tous

les autres souvenirs de violence que nous transportons avec nous, dans nos cellules, depuis l'origine de l'humanité.

Nous défaire de cette violence n'est pas chose facile, car elle fait partie de la vie. Cette violence est tolérée pour ne point dire entretenue dans notre société de façon indirecte et parfois directe par les gouvernements en place et supportée par les médias d'information. Au nom de l'économie et de la création d'emplois, les pays industrialisés participent tous à la fabrication d'explosifs, d'armements, de produits dangereux ou hautement radioactifs. Nous sommes encore « assis » sur des milliers de bombes atomiques bien qu'il y ait une volonté de paix chez les grandes puissances et un accord de désarmement.

La violence est partout sous de multiples formes. Elle est exploitée au maximum au cinéma sous forme visuelle et sonore, dans les jeux pour enfants, les jeux vidéos et même dans les bandes dessinées soi-disant pour amuser et divertir. Les médias d'information nous bombardent également à chaque heure du jour avec la souffrance, le malheur et la violence qui sévissent dans notre société.

Que ce soit dans un but d'information ou de divertissement, la répétition des images de violence projetées et enregistrées par notre mental, a un effet dévastateur sur notre façon de voir et de comprendre la vie. Ces images reçues de façon consciente ou inconsciente entretiennent l'agressivité, l'intolérance, la vengeance et même la haine chez certains individus. Les formes-pensées ainsi accumulées dans notre mental, si elles ne sont pas purifiées par des pensées d'amour, servent à nourrir les formes négatives qui planent au-dessus de nos têtes, dans l'aura de la terre.

Même si notre société actuelle semble accepter ce genre de chose, cela ne veut pas dire qu'individuellement nous ne pouvons rien faire. La non-violence est avant tout une question d'attitude personnelle dans nos pensées, dans nos paroles et dans nos actions.

Dans son discours du 20 novembre 1993, Sathya Sai Baba a mentionné ce qui suit au sujet de la non-violence :

*« La non-violence signifie ne pas heurter qui que ce soit, par nos cinq sens : un regard mauvais est violent, une mauvaise économe aussi est violence, de mauvaises pensées et de mauvaises actions sont aussi violence. Ne voyez pas le mal, voyez le bien. N'écoutez pas le mal, écoutez le bien. Ne parlez pas du mal, parlez du bien. Ne pensez pas mal, pensez bien. Ne faites pas de mal, faites le bien. »*

Notre but est d'atteindre une certaine forme de non-violence. À cet effet, nous devons par tous les moyens, dans notre quotidien, éviter les abus de toutes sortes, qu'il s'agisse de consommation de nourriture, de boisson, d'exercice exagéré, de risques dans le travail ou dans le sport. Avec les années, à cause de notre identification excessive au corps et aux choses matérielles, nous avons fait violence à notre corps et nous avons surtout oublié qu'il était le véhicule de notre âme.

Selon Baba, si nous désirons créer un monde de non-violence, nous devons commencer par nous-mêmes avec des comportements applicables à notre vie quotidienne :

1. Développer des pensées de compassion.
2. Éviter de blesser en paroles et en gestes.
3. Pratiquer le pardon et la tolérance.

4. Rechercher ce qui est bon à l'intérieur des autres.
5. Respecter la vie sous ses formes différentes.
6. Être un loyal et bon citoyen de son pays.
7. Refléter l'amour universel autour de soi.

*« La non-violence est une autre facette de la vérité. Une fois que vous serez conscient de la fraternité, de l'unité en Dieu, de l'unité fondamentale du Soi, personne ne fera volontairement de mal ou de peine à autrui.»*

Sathya Sai Baba. S. S. S. 6

Nous devons adopter avant tout un comportement de non-violence dans chacune de nos actions ou réactions face aux circonstances de la vie et aux épreuves que nous subissons. La violence faite à notre corps est souvent minime en comparaison avec la violence que nous nous faisons mentalement par nos pensées négatives, qu'elles soient d'inquiétude ou de vengeance. Ces pensées destructrices sont de loin plus dommageables pour notre santé que nos actions réelles.

La non-violence dans nos pensées et nos actions est un travail de chaque instant. Elle est le couronnement d'un long travail sur soi. Selon Baba, cette qualité de non-violence renferme les quatre valeurs humaines qui la précèdent. Si nous avons la non-violence, nous avons déjà en nous les qualités de Vérité, d'Action Juste, de Paix et d'Amour.

### **Baba et la pratique des Valeurs Humaines**

Selon Baba, les cinq Valeurs Humaines doivent être développées chaque jour à titre d'exercice spirituel tout comme le boire et le manger. La mise en application de ces valeurs dans notre vie purifie notre cœur, aide à former notre caractère et à transformer notre comportement.

Lors d'un discours fait à ses étudiants et ses enseignants le 20 novembre 1993, Sathya Sai Baba a parlé de l'importance de la mise en pratique des Valeurs Humaines afin de créer un monde meilleur.

*« Il faudrait développer les Valeurs Humaines jour après jour. Vous faites des exercices spirituels, la répétition du nom de Dieu, vous chantez des chants dévotionnels, vous faites du yoga, et malgré tout cela le corps est plein de souffrances. Quelles sont ces souffrances, ce sont votre façon erronée de penser, vos mauvaises pensées. Si vous les gardez dans votre cœur, à quoi cela sert-il de faire du yoga? PURIFIEZ VOTRE CŒUR! Menez une vie remplie de sentiment bon, servez d'une manière désintéressée, partagez votre amour. »*

*« C'est l'absence des Valeurs Humaines qui est responsable de toutes les misères, de la tristesse et des problèmes qui existent aujourd'hui dans le monde. Vous devez donc développer les Valeurs Humaines. Rien n'est facile, et il faut d'abord mettre en pratique et ensuite enseigner. Travaillez beaucoup. Sans pratique on ne peut rien faire. Apprendre à marcher, à parler, à écrire, à lire, tout vient avec la pratique. Pratiquez les Valeurs Humaines. Sathya Sai ne désire qu'une chose : Que tous les êtres soient bons et l'univers sera heureux! Aide toujours, ne blesse jamais. »*

Selon Baba, à cause de notre attachement au corps, nous n'avons conscience que de la partie physique de l'existence de l'homme. Nous avons oublié nos qualités humaines, celles qui feront de nous des êtres entièrement humains. Dans notre recherche des plaisirs des sens, nous avons aussi perdu notre but véritable : le retour vers Dieu. Pour nous libérer des attaches des sens et du corps et nous éléver un peu plus dans notre état d'être humain, nous devons mettre en pratique les valeurs morales et ses corollaires, les vertus.

## Chapitre 3

### LA FORCE D'ÂME : LES VERTUS

La définition de la vertu, que nous trouvons dans la plupart des dictionnaires, nous mentionne qu'il s'agit d'une énergie ou d'une force morale vers laquelle l'homme tend. La vertu se rapporte à un effort ou à un acte de volonté dans le but de s'élever plus haut dans la condition humaine.

Nous devons considérer chacune des cinq valeurs morales, du chapitre précédent, comme des vertus. À l'intérieur de chacune d'elles, nous pourrions trouver une certaine quantité de valeurs complémentaires que nous pouvons décrire également comme des vertus. Elles comprennent entre autres : la sincérité, le contrôle des sens, le détachement, l'équanimité, la dévotion, la propreté, l'humilité, le pardon, l'honnêteté, la gratitude, la persévérance, la patience, le discernement, la bonté, le partage, la loyauté, la sympathie, le calme, le respect, le devoir et bien d'autres.

Outre ces vertus, Sathya Sai Baba mentionne que pour être un homme vraiment humain, cinq autres vertus sont nécessaires à posséder : ce sont la gentillesse, la compassion, la générosité, la charité et la tolérance. Ces vertus sont la force d'âme que chacun d'entre nous se doit d'acquérir s'il veut s'approcher de Dieu en toute humilité.

## **La gentillesse**

La gentillesse chez l'être humain peut être qualifiée de vertu maîtresse. Elle conduit l'individu à devenir noble de cœur et aimable envers les autres. La gentillesse nous incite à rendre service avec générosité et bonté tout en s'oubliant soi-même.

La vertu de gentillesse est un élément important sur la voie spirituelle, elle nous incite à bannir toute agressivité et grossièreté envers les êtres qui nous entourent. Par nos habitudes de douceur et de délicatesse, nous n'avons pas à heurter les autres pour démontrer notre supériorité ou imposer nos idées.

La gentillesse doit être à la base de toutes les actions que nous accomplissons pour les autres ou pour nous-mêmes. Nous pouvons la considérer comme une sous-valeur de la Non-Violence. En imprégnant toutes nos actions de douceur et de délicatesse, cette vertu ne peut que nous conduire à une plus grande compassion pour toutes les formes de vie.

## **La compassion**

La compassion est une sous-valeur de l'Amour. Nous pouvons définir cette vertu comme suit : un élan du cœur ou une force d'âme intérieure qui nous pousse à aider nos frères et sœurs dans le besoin physique ou moral. La vertu de la compassion nous incite au service désintéressé et au dévouement pour les autres. Elle est une forme d'amour pur que nous répandons librement autour de nous.

Lors d'un discours fait le 23 novembre 1993, Sathya Sai Baba nous parle de la compassion en ces mots :

*« Quand le cœur est rempli de compassion, les mains sont dévouées au service d'autrui. Le corps est engagé dans une aide constante envers les autres. Ainsi, la vie d'une telle personne est sacrée, utile et noble. »*

*« C'est seulement lorsque les hommes développeront les qualités de tolérance, de compassion et d'unité que naîtront des sentiments fraternels entre eux et que se répandront l'égalité et la justice. »*

Nous ne devons pas considérer la compassion comme de l'apitoiement sur le sort des autres, mais plutôt comme une forme d'empathie aimante afin de soutenir le moral de ceux qui sont dans l'épreuve. Auprès des personnes malades, notre compassion devient un rayon d'espérance et d'encouragement. Dans certains cas, notre acte de compassion peut susciter l'élément de foi qui manquait à la guérison de l'individu.

La compassion est un acte d'amour et de bonté. Elle est la vertu qui est en relation avec l'ouverture du cœur. Nos actions de compassion nous conduisent inmanquablement vers la vertu de générosité.

## **La générosité**

L'on décrit généralement la générosité comme une qualité qui élève l'homme au-dessus de lui-même et le dispose à sacrifier son intérêt personnel pour celui des autres.

La vertu de générosité doit être vue dans le sens de l'oubli de soi afin de toujours aider et ne jamais blesser. Elle est une forme d'altruisme et de dévouement envers autrui dont l'objectif est de rendre service par des actions justes, honnêtes et généreuses.

La générosité est en relation avec l'Amour, car elle en est une sous-valeur. Elle est tout le contraire de l'égoïsme qui ne cherche qu'à prendre et à posséder. La générosité nous incite à donner de notre temps, de notre énergie et même une partie de nos biens matériels afin de supporter une cause ou une œuvre en laquelle nous avons confiance. Sans générosité, les œuvres humanitaires et religieuses n'existeraient pas. L'écart entre le pauvre et le riche serait énorme. Le manque de générosité est encore malheureusement trop fréquent dans certains pays totalitaires où une minorité de despotes amassent des fortunes colossales et ne partagent rien avec le peuple qui vit sous le seuil de la pauvreté.

La générosité individuelle est en grande partie responsable du développement humanitaire dans la société. La générosité est la vertu qui a permis que nous partagions un peu de nous-mêmes avec les autres et que nous nous investissions dans le beau et le bon. Les œuvres d'art, les architectures grandioses et les espaces verts que nous créons sont les conséquences de notre générosité que nous laissons aux générations futures. Elles n'auraient jamais pu voir le jour sans notre générosité et la vertu de charité.

### **La charité**

Selon l'Église chrétienne, la vertu de charité consiste en l'amour de Dieu et du prochain. Elle est, avec la foi et l'espérance, une vertu théologale importante dans le salut du croyant.

Nous devons comprendre la vertu de charité comme étant l'impulsion d'aider ceux qui sont dans le besoin. Notre rôle en relation avec cette vertu est d'apporter un soulagement sous forme d'aide matérielle aux pauvres, aux défavorisés, aux personnes abandonnées ou laissées pour compte. La charité, dans le sens du service et de l'action juste, va plus loin encore; elle nous incite à combler les manques dans notre société, comme nous l'explique Baba.

*« En faisant la charité, il faut bien réfléchir au moment que l'on choisit pour le faire et la nature de celui qui en sera le bénéficiaire. On doit par exemple construire des écoles là où il n'y en a pas encore, et les hôpitaux dans les endroits où les maladies sévissent le plus. On doit nourrir les affamés dans les régions qui sont frappées par les inondations, la sécheresse et la famine. On doit examiner la nature et la condition de ceux à qui l'on veut enseigner le code moral et la Connaissance de Dieu. Il en est ainsi de tous les genres de service que l'on veut rendre à autrui. On appelle acte de «charité saine» tout ce qui comble, chez un individu, un certain manque qui représentait jusque là un obstacle à son progrès. »*

Dieu et son disciple. ch. XXIV

Selon Baba, la charité n'est pas quelque chose que nous faisons à la légère. Nous sommes responsables de chacun de nos gestes et des conséquences de notre charité. Le fait de donner de l'argent aux mendiants et aux défavorisés n'est pas toujours valable, car nous ne savons pas à quelles fins notre aumône sera utilisée. Si cet argent sert à l'achat d'alcool, de cigarettes ou de drogues, nous encourageons les faiblesses de l'individu. Au lieu d'aider, l'effet contraire se produit, nous le maintenons dans un état de dépendance nuisible à son bien-être.

Pour cette raison, Baba nous demande, avant tout acte de charité sous quelque forme que ce soit, de déterminer les besoins réels de la personne. Nous devons donner de la nourriture si la personne a faim, des vêtements ou des accessoires si la personne en a besoin. Nous ne devons jamais donner de choses nuisibles à qui que ce soit ni de surplus matériels de toutes sortes qui deviendront du gaspillage s'ils ne sont pas utilisés.

La charité demande avant tout d'avoir du discernement dans nos actions. Mais lorsque nous donnons, nous devons le faire avec le cœur et notre conscience sans attendre de récompense ou de reconnaissance en retour. La vraie charité ne demande pas à être affichée en public et ne sollicite aucune publicité. La vertu de charité nous conduit à l'unité entre tous les êtres et à une plus grande tolérance.

### **La tolérance**

Lorsque nous pensons tolérance, nous sommes portés à croire que cette vertu est la ligne de démarcation entre la guerre et la paix ou la haine et l'amour. La tolérance nous semble être l'équilibre en ces deux extrêmes, aussi éloignée d'un pôle que de l'autre. Nous ne haïssons pas vraiment, mais nous n'aimons pas non plus, nous tolérons. Nous usons de tolérance dans une attitude d'indifférence sans égard aux conséquences qui peuvent s'ensuivre.

Pour Baba, la tolérance est beaucoup plus que de l'indifférence aux autres : c'est l'acceptation des autres tels qu'ils sont, dans leur croyance, leur foi, leur race, leur opinion, etc. Nous devons accepter, en premier lieu, les membres de notre famille qui peuvent différer de nous dans leurs opinions et leurs comportements, puis accepter chaque individu d'un milieu semblable ou différent du nôtre. Accepter nos voisins dans leur mode de vie qui peut être contraire au nôtre. Et enfin, accepter toutes les religions comme étant Une et guidées par le même Dieu.

La tolérance, dans son sens élargi, est une forme d'amour. Elle nous incite à aimer tous les êtres humains dans leurs différences sans jamais les juger ni les critiquer. Cette forme d'amour indulgent inclut la notion de charité, de bienveillance, de bonté, de compréhension et de générosité. Nous pouvons la qualifier en toute justification de vertu morale et de force d'âme, car elle nous incite à la fraternité entre tous les êtres.

Sathya Sai Baba considère la tolérance comme un instrument puissant dans notre cheminement spirituel et il s'exprime ainsi à ce sujet :

*« La tolérance est un instrument puissant, pas un signe de faiblesse ou de lâcheté. Aucune arme n'a la force de la tolérance, et pas seulement sur le plan individuel : elle doit aussi être une règle collective. C'est pourquoi les Saintes Écritures recommandent la tolérance comme point de départ de la quête spirituelle. Dieu est tout-puissant, mais en même temps l'effort humain est nécessaire; sans lui, il n'y a pas de grâce divine. »*

Sanathana Sarathi, octobre 1993.

La vertu de tolérance joue un rôle semblable à la non-violence dans les valeurs morales, elle inclut toutes les autres vertus qui la précèdent. Si nous avons la tolérance en pensées, en paroles et en actions, nous avons les autres vertus en nous et nous pouvons nous considérer comme des êtres vraiment humains.

## Mon implication morale

Sans la confiance en moi-même et dans le Soi, - le Dieu à l'intérieur de moi - je n'aurais jamais pris d'engagement aussi profond dans la mise en pratique des valeurs morales et des vertus dans ma vie. Elles ont été les éléments qui ont motivé ma foi dans la transformation de mon être.

Les valeurs morales, qui sont à la base des enseignements de Sathya Sai Baba, ont eu une résonance favorable au fond de mon cœur. Les valeurs morales proposées ne démontraient aucune tendance sectaire ni dogmatique, mais avaient au contraire une portée universelle. Elles ne me semblaient pas être rattachées à une croyance religieuse particulière.

Le choix de mettre en pratique les Valeurs Humaines des enseignements de Baba ne fut pas uniquement une décision consciente de ma part. J'ai été poussé par une force intérieure qui m'incitait à me défaire de certains défauts et en même temps à rechercher ce qui était beau et bien dans toute chose.

J'ai tenté, il y a quelques années, de mettre en pratique toutes les valeurs morales en même temps. Cette tentative s'est soldée par un échec; cela représentait une « marche » vraiment trop haute pour moi. Le plus sage était de suivre le conseil de Baba, soit de prendre une chose à la fois et de persévérer avec confiance vers le but que je désirais atteindre.

La valeur morale que je devais travailler en premier s'est présentée d'elle-même sans que j'aie de choix à faire. Le seul fait de vouloir m'améliorer intérieurement a éveillé en moi les points les plus faibles qui demandaient correction.

Ce choix involontaire s'est porté sur la valeur de la Vérité. Cela est remarquable, car la vérité est une qualité que j'admire beaucoup chez les autres et que j'ai toujours voulu améliorer dans ma vie. C'est ainsi que je me suis engagé tout naturellement dans la mise en pratique de cette valeur morale.

Mon but dans la pratique de la qualité de Vérité est très clair maintenant, je veux être entièrement vrai avec moi-même et avec les autres. Je veux que chacune de mes actions reflète la vérité, l'honnêteté et la droiture. Je veux que mes pensées soient en harmonie avec mes paroles et que mes paroles reflètent mes actions.

La Vérité est devenue pour moi, depuis plusieurs années, mon cheval de bataille. J'apprends à m'exprimer sans heurter ni blesser, à dire les choses telles qu'elles sont sans rien déformer. Je tente d'exprimer mes pensées et mes sentiments le plus clairement possible afin qu'il n'y ait pas de confusion entre ma parole et mes actions. Cette forme de vérité est d'être vrai en toute circonstance sur le plan matériel. Mais il existe une autre forme de vérité que je désire acquérir dans mon cœur, c'est la Vérité absolue, celle qui ne change jamais : Dieu.

Je n'ai pas à trouver Dieu, car il a toujours été là. J'ai à prendre conscience de Sa présence en moi et dans chacun des êtres et des choses autour de moi. Voir Dieu en toute chose. Voilà une forme de Vérité qui me demande un travail énorme de chaque instant et qui est, de loin, plus souhaitable que la vérité relative.

Mais avant d'arriver à cet état de divinité souhaitable, je mets en pratique la valeur morale de Vérité dans chacune de mes actions de la vie quotidienne. Après plusieurs années d'effort, j'observe

que non seulement la qualité de Vérité s'est installée dans ma vie, mais que je me suis amélioré en même temps dans les autres qualités.

Le travail accompli dans la qualité de la Vérité a éveillé en moi le besoin des autres valeurs morales, un peu à l'image des vases communicants : le liquide mis dans un des vases se répand dans les autres. Mon amélioration dans la qualité que j'avais choisie a fait que je me suis amélioré dans toutes les valeurs humaines et les vertus.

Cette expérience est très révélatrice et confirme la parole de Baba lorsqu'il dit : « *Si tu fais un pas vers moi, tu me verras en faire dix vers toi.* » Je m'améliore donc dans une qualité et je vois le résultat dans les dix qualités qui font de moi un être vraiment humain. Non seulement ces valeurs morales et ces vertus forment un ensemble de qualités que je dois mettre en pratique le reste de mes jours, mais elles sont aussi la force d'âme qui me propulse en avant sur le sentier de la Réalisation et me conduit vers un bonheur durable.

### **Baba et la force d'âme**

Lors d'un discours fait le 5 septembre 1984, Baba a parlé de la force d'âme en ces mots :

« *La force d'âme est le souffle même de ceux qui suivent la Voie de la Vérité. La force d'âme est un véritable sacrifice rituel et c'est la lumière qui illumine le visage de ceux qui ont accompli leurs austérités - rigueurs spirituelles - avec succès. C'est la Vérité des «Véadas», écrits sacrés de l'Inde, c'est la loi morale et l'essence de la non-violence. La force d'âme et la tolérance sont tout au monde, elles sont joie et compassion. La force d'âme est une qualité essentielle que chacun doit cultiver.* »

« *La force d'âme ne peut être acquise ni par la lecture, ni par les enseignements d'un guide spirituel. Seul l'effort spirituel et certaines pratiques peuvent la garantir. La force d'âme est un test qui nous permet de nous mesurer devant certaines épreuves de l'existence. Certaines faiblesses telles que la haine, la colère et l'égoïsme sont latentes en nous et ne se manifestent que dans certaines circonstances. C'est le moment idéal de cultiver la force d'âme. Sans cette qualité, on ne peut trouver ni la paix ni le bonheur.* »

Philosophie de l'action, leçon 10.

La force d'âme s'acquiert à travers les Vertus et les Valeurs Humaines. C'est la force qui nous aide à surmonter nos mauvaises habitudes et nous propulse sur le sentier de la Réalisation. Riches de cette force d'âme à l'intérieur de nous, nous pouvons maintenant travailler dans un domaine complémentaire aux Valeurs Humaines : la limitation de nos besoins et de nos désirs.

## **Chapitre 4**

### **LA LIMITATION DES BESOINS ET DES DÉSIRS**

Au cours de l'année 1983, Sathya Sai Baba a abordé plus ouvertement le sujet de la limitation des désirs afin que l'homme puisse vivre une vie plus heureuse et plus satisfaisante.

Nous devons bien comprendre que le thème du désir dans la pensée orientale a plusieurs significations et inclut toutes les formes de désirs, bonnes ou mauvaises, ainsi que les besoins de base de l'individu. La faim crée le désir de manger, le froid crée le désir de se réchauffer et la vue d'un bijou peut créer le désir de l'acheter.

La limitation des désirs, dans son sens élargi, est un moyen qui nous est proposé pour réduire toute forme de gaspillage et parvenir à un certain contrôle de nos sens et de notre mental. La limitation ou contrôle de nos désirs est un élément essentiel de notre démarche d'être humain. Elle nous libère de l'emprise de nos instincts animaux et nous rend maître de notre mental.

Il est également enseigné par Baba que notre mental est un agrégat de pensées et de désirs qui sont influencés par tout ce que nous voyons, entendons et touchons. Si ces pensées ne sont pas

soumises à un certain contrôle, elles peuvent, après un temps plus ou moins long, nous inciter à commettre les actes les plus vils.

La presque totalité des pensées de notre mental est le bagage que nos sens ont accumulé depuis notre venue en ce monde. Lorsque ces pensées enfouies dans notre mémoire sont stimulées par nos sens, elles créent le désir. Le désir, pour sa part, demande à être satisfait. La satisfaction du désir nous conduit à une forme de bonheur plus ou moins durable, parfois illusoire et la plupart du temps passager.

Ce bonheur ne peut être permanent, car il est en relation avec les sens, le corps et le monde matériel. Il est donc éphémère et demande continuellement à être renouvelé. Pour la plupart d'entre nous, le manque de bonheur est directement relié aux désirs non assouvis, ce qui est, dans beaucoup de cas, la cause de nos souffrances, de nos chagrins et de nos peines.

C'est pour nous éviter la souffrance que Baba insiste beaucoup sur le contrôle de nos sens. Bien que le contrôle total soit presque impossible à atteindre, nous devons au moins tenter de tenir nos sens en laisse si nous voulons résister tant bien que mal à toutes les tentations auxquelles le monde matériel nous expose.

Tant et aussi longtemps que nous n'avons pas compris le vrai sens de la vie et le but de notre incarnation sur terre, il nous sera difficile de mettre l'accent sur la limitation des désirs et le contrôle des sens. Pourtant, c'est une étape incontournable sur le chemin spirituel pour celui ou celle qui souhaite atteindre l'état humain et même celui de divin.

Il est souhaitable que le contrôle de nos sens se fasse en douceur afin d'éviter la rébellion de notre mental et de notre corps. C'est dans ce but que Sathya Sai Baba nous propose de débuter par la limitation de nos besoins et de nos désirs. Dans un discours fait le 24 mars 1993, Baba a déclaré ceci :

*« La vie de l'homme, obsédé par le monde extérieur, préoccupé par l'acquisition d'objets matériels, devient plus pesante chaque jour. On ne peut espérer accéder à des hauteurs spirituelles qu'en se débarrassant de ces fardeaux. »*

*« Engagez-vous dans la recherche spirituelle et pratiquez au moins une fraction de ce que vous avez appris. La joie que vous éprouverez sera proportionnellement inverse à vos désirs. Plus vous avez de désirs, moins vous éprouverez de bonheur. Par conséquent, essayez constamment de réduire vos désirs. Dans le voyage de la vie, tout comme dans un voyage en train, moins vous avez de bagages (désirs), plus vous serez à l'aise. »*

*« Il vous faut graduellement réduire vos désirs. On ne peut pas abandonner totalement tous les désirs. Mais limitez-les au minimum vital. N'entretenez pas de désirs excessifs ou sans fin dans les domaines financiers ou matériels. Développer le sens du contentement. Seul celui qui est satisfait peut ressentir une joie authentique. L'homme rempli de désirs sans fin est le plus misérable de tous. »*

Supplément Prema 8.

## Les besoins

Nous avons, en raison de notre nature humaine, des besoins primaires qui doivent être comblés. Ces besoins de base sont nécessaires à notre survie. Sans la satisfaction minimale de ces besoins, notre comportement individuel et social peut en être grandement perturbé. Selon certains chercheurs en psychologie, ces besoins sont au nombre de cinq :

- le besoin de s'alimenter et de se reposer;
- le besoin de sécurité et de protection;
- le besoin social d'appartenance, d'amitié et d'amour;
- le besoin d'estime de soi, d'être reconnu, approuvé;
- le besoin de réalisation, d'accomplissement, d'idéal.

À ces besoins matériels, nous pouvons ajouter le besoin de spiritualité - la recherche de l'union avec Dieu - et le plus grand besoin de tous qui inclut tous les autres, celui de VIVRE.

Ce grand besoin de vivre touche l'être tout entier : le corps, l'esprit et l'âme. C'est seulement dans la satisfaction harmonieuse des besoins de base que nous pouvons vivre avec un certain équilibre mental dans la société. Si uniquement une partie de ces besoins était satisfait, le besoin d'alimentation et de repos par exemple, sans tenir compte des autres besoins, nous pourrions vivre de façon biologique, mais nous ne serions pas heureux. Nous serions dans un état permanent de non satisfaction à certains autres niveaux.

Les besoins de base demandent à être satisfait avant toute chose. Ces besoins n'ont pas à être comblés exagérément, mais à être satisfait dans une mesure raisonnable. Si nous avons un logement ou une maison pour nous loger, pourquoi désirer un château? Si nous mangeons nos trois repas par jour, pourquoi se gaver de choses non essentielles et même parfois nuisible à notre santé? Si nous recevons notre part d'affection lorsque nous sommes en couple, pourquoi chercher plus, ailleurs? Si nous gagnons assez d'argent pour subvenir à nos besoins et à ceux de notre famille, pourquoi courir après la fortune, les honneurs ou la gloire?

Dans la satisfaction de nos besoins de base, nous devons chercher l'équilibre avant toute chose et développer une sorte de contentement de ce que nous avons. Nous devons aussi apprendre à vivre selon nos moyens dans une société qui nous pousse continuellement à la consommation.

La limitation de nos besoins nous conduit à un autre genre de limitation qui est de loin le plus important pour notre évolution spirituelle : la limitation de nos désirs.

### **Les désirs**

Le désir peut être défini comme l'insatisfaction d'un besoin ou un sentiment d'inachèvement. Il peut aussi être un plaisir imaginé, un souhait, un goût, une attirance ou une aspiration. Le désir peut même susciter en nous divers sentiments comme l'envie, la convoitise et la passion.

Sathya Sai Baba mentionne que le désir stimulé par les sens est à l'origine de tous les maux, que celui qui s'identifie uniquement au corps, sans tenir compte de sa partie spirituelle, n'a aucune chance de mettre un terme à ses désirs et à la loi de cause à effet. Car plus l'homme désire, plus il crée de l'attachement aux choses de ce monde et plus il désire encore et encore plus. Ce comportement est pour lui une source importante de souffrance dont il ne peut entrevoir la fin.

*« Quand les désirs sont insatisfaits, ils mènent à la colère; quand ils sont satisfaits, ils mènent à la convoitise. De l'échec naît la colère, du succès naît l'avidité : tous deux sont des ennemis. »*

Sathya Sai Baba. Discours du 19 avril 1993

Selon Baba, la satisfaction d'un désir peut donner naissance à plusieurs autres désirs, de même que l'insatisfaction mentale augmente en même temps que les désirs se multiplient. Les désirs qui jaillissent du mental semblent alors inépuisables. Ceci revient à dire que plus nous désirons des biens matériels ou des distractions pour combler nos manques affectifs ou notre insécurité, plus l'insatisfaction grandira et demandera encore davantage.

Étant donné qu'il nous est impossible de satisfaire tous nos désirs, notre but est donc d'arriver à en réduire la manifestation par une volonté mentale. Nous devons apprendre à développer le discernement dans le choix des désirs qui sont acceptables pour notre avancement intérieur et, enfin, écarter ceux qui sont nuisibles. Contrairement aux animaux, nous avons reçu le don de discrimination justement afin de faire la différence entre ce qui est bon et ce qui est mauvais.

Dans notre sagesse humaine, nous devons être capable de vivre avec cette constante émission de désirs en provenance de notre mental, sans les condamner ni les refouler. Si nous ne pouvons pas satisfaire les désirs pour des raisons que nous avons jugées valables, nous devons les laisser mourir d'inanition afin qu'ils disparaissent lentement d'eux-mêmes. Le fait de ne pas les entretenir par des pensées possessives ni de les nourrir en énergie par la vue ou d'autres sens, fera en sorte que les désirs s'éteignent lentement d'eux-mêmes et ne soient plus une entrave à notre épanouissement spirituel.

Baba insiste beaucoup sur la limitation des désirs relié aux sens, car ces désirs nous éloignent de notre vraie destiné : le retour vers Dieu. Dans un discours fait le 5 mars 1995, Baba s'est exprimé sur les désirs en ces mots :

*« Il y a conflit entre désirs sensuels et aspiration spirituelle chez l'être humain. Les sens sont si puissants qu'ils peuvent abuser même d'ardents érudits. En terme spirituel, ce pouvoir est décrit comme une force hostile. Scientifiquement, on l'appelle la force magnétique. »*

*« Aujourd'hui quatre-vingt-dix-neuf pour cent de la population s'adonne aux désirs sensuels, et ne cherche pas la félicité spirituelle. L'éducation de nos jours est principalement axée sur la poursuite des sens. Toutes les occupations sont basées sur l'accomplissement des désirs sensuels. Tous les plaisirs sont liés aux sens. Même l'acquisition des richesses a pour but de jouir des plaisirs sensuels. »*

*« Dans le conflit entre la voie matérielle et la voie spirituelle, les gens se fourvoient en suivant la voie matérielle... Ne devraient-ils pas dédier leur vie à une plus haute vérité? »*

Supplément Prema 31

Selon Baba, l'individu dont les seuls buts sont la jouissance des sens et l'accumulation de bien matériels pour sa sécurité, sa vanité ou son accession à un rang social plus élevé ou encore, à l'autre extrême, celui qui ne désire vivre que pour manger, boire ou se droguer, est un individu qui vit dans la « pauvreté » au point de vue spirituel.

Connaissant les difficultés de transformation de la nature humaine et sachant que l'homme n'est pas prêt à abandonner sur-le-champ la satisfaction des ses désirs, Sathya Sai Baba, lors d'une

conférence mondiale qui a eu lieu en novembre 1985 en Inde, a proposé un programme de limitation des désirs simplifié. Ce programme propose la réduction du gaspillage dans quatre domaines spécifiques : l'argent, l'alimentation, le temps et l'énergie. Ce programme simple est à la portée de tous et peut être applicable en toute circonstance et lieu.

Une soigneuse compilation de ce programme fut présentée par Phyllis Krystal dans ses livres : *La limitations des désirs* et *Le Singe Piégé*.

### **L'argent**

L'argent est, à notre époque, un élément de pouvoir important dans le monde. Il n'est pas mauvais en soi : c'est nous qui lui donnons une qualité bonne ou mauvaise. L'argent dans son élément naturel est neutre. C'est surtout la façon dont nous nous servons de l'argent qui peut être néfaste et non autrement. L'argent doit être considéré avant tout comme une forme d'énergie mise à notre disposition pour faciliter nos transactions commerciales.

Nous connaissons bien le diction populaire qui dit : « l'argent ne fait pas le bonheur ». Dans les années quatre-vingt, une enquête a été menée auprès des dix personnes les plus riches en Amérique du Nord. Tous, à l'unanimité, ont déclaré que l'argent ne conduisait pas au bonheur et qu'il était l'élément important à la base de tous leurs problèmes.

Pourtant, depuis que l'économie est instable et depuis que les pertes d'emplois, le chômage et le nombre d'assistés sociaux sont à la hausse, les ventes de billets de loterie ont augmenté dans notre pays. Tous désirent atteindre le bonheur à travers l'argent qui leur donnerait un plus grand pouvoir d'achat et leur permettrait donc de combler en grande partie leurs nombreux désirs.

Dans ses recommandations, Baba suggère que nous devrions nous limiter dans la possession de l'argent.

*« Un homme ne doit posséder que les richesses qui lui sont nécessaires. C'est comme la peinture de ses souliers. Si les chaussures sont trop larges, il ne peut marcher. Si elles sont trop étroites, il ne peut les chausser. Il est souhaitable d'avoir uniquement la fortune nécessaire à ses besoins essentiels. »*

Dans nos revenus ou autres compensations monétaires, nous devons éviter le gaspillage sous toutes ses formes. Les dépenses pour la boisson, le jeu ou l'exagération dans certains plaisirs des sens peuvent non seulement être nuisible à notre santé, mais peuvent nuire aussi grandement au bien-être de notre famille dont nous avons la charge.

Selon Baba, l'argent est une énergie qui ne doit pas être gaspillée par des dépenses impulsives ou excessives pour des choses inutiles et passagères, mais doit toujours servir à de bonnes fins. Une de ces choses est l'alimentation du corps.

### **L'alimentation**

Dans le domaine de la nourriture du corps par l'alimentation, nous devons éviter toutes formes de gaspillage. Baba enseigne que nous devons préparer uniquement la quantité d'aliments que nous

allons consommer au cours d'un repas. Préparer une trop grande quantité de nourriture peut engendrer du gaspillage si celle-ci n'est pas préservée adéquatement par la suite. Afin d'éviter de manger des aliments vides de toute valeur nutritive, ce qui est une pure perte d'énergie et d'argent, ceux-ci doivent être le plus frais et le plus sains possible.

Tout aliment jeté à la poubelle est une perte en argent, temps et énergie. Pour éviter ce gaspillage honteux, des organismes qui viennent en aide aux défavorisés tentent à l'heure actuelle de récupérer les surplus alimentaires des hôpitaux et de certains restaurants. Mais ce n'est guère facile, car au nom de l'hygiène, beaucoup d'établissements refusent de coopérer et préfèrent jeter le tout à la poubelle. Ils ignorent l'aide qu'ils pourraient ainsi apporter aux plus démunis de notre société.

Baba suggère de nous nourrir de légumes frais, de préférence crus ou légèrement cuits afin de bénéficier au maximum de leur valeur nutritive, ou de fruits. Notre consommation d'aliments doit être modérée dans le but de faciliter la digestion et la bonne assimilation. Toute consommation excessive d'aliments doit être évitée, car en plus de nuire à notre santé, elle constitue un gaspillage en argent, en énergie et en temps.

### **Le temps**

Le temps est une ressource importante dans la vie de chaque être humain. Le temps doit être réparti équitablement entre le travail utile, le loisir créatif, le service, la dévotion et le repos. Baba mentionne que tout bavardage inutile, tout commérage, toute flânerie, rêvasserie et tout sommeil prolongé sont une perte de temps.

Le temps perdu est quelque chose qui ne reviendra jamais, quoi que l'on fasse pour le rattraper. Et pourtant, beaucoup de gens perdent énormément de temps en activités complètement inutiles. Ils perdent des journées entières devant la télévision, ou simplement à ne rien faire, alors que leur condition physique leur permettrait d'être utiles à la société dans des actions bénévoles ou autres. Pire encore, plusieurs de ces personnes, en plus de perdre leur temps, font perdre le temps des autres en les retenant inutilement, sous divers prétextes, des heures durant au téléphone.

Selon Baba, le temps d'une journée doit être planifié. Nous devons le répartir équitablement entre le travail rémunéré ou non et les autres activités. Une de ces activités importantes que nous devons inclure dans notre horaire de la journée est un temps pour soi. Une période où nous serons seuls avec nous-mêmes pour prier, méditer ou pratiquer une autre forme de dévotion à Dieu. Ce temps n'est jamais perdu, il est aussi important, sinon plus, que de subvenir à nos besoins ou de prendre du temps pour le sommeil, car il est la nourriture et l'énergie de notre âme.

### **L'énergie**

Le gaspillage d'énergie dont Baba parle est en premier lieu le gaspillage de l'énergie de notre corps physique. Beaucoup de personnes actuellement ont un mode de vie menant au surmenage et au stress. La majorité de ces gens sont constamment à la recherche de recettes miracles pour se redonner de l'énergie afin de poursuivre leur course folle contre la montre. Pourtant, la solution n'est pas de chercher à se redonner de nouvelles énergies, mais d'en éviter la fuite.

Parmi les autres causes de pertes d'énergie, nous retrouvons les émotions négatives, les frustrations, la critique, la peur, la culpabilité, les ambitions exagérées et toutes les idées négatives et destructrices. Selon Baba, une forte colère raccourcirait notre vie de plusieurs jours. Nous devons donc être vigilants en ce qui regarde notre énergie, car elle est la force vitale qui nous maintient en vie.

Nous devons comparer le corps humain à une voiture : sa durée de vie est limitée dans le temps. Si le corps est mal entretenu, mal alimenté en produits de basse qualité et utilisé de façon abusive, s'ensuivront de fréquents ratés, telles les maladies qui écourteront la vie.

Les autres formes d'énergie dont nous devons également éviter le gaspillage sont les éléments nécessaires à notre survie : le pétrole, l'électricité, le bois, l'eau potable et les autres ressources naturelles. Tous doivent être utilisés avec beaucoup de discernement. Nous ne devons pas oublier aussi que tout ce que nous jetons à la poubelle est un gaspillage énergétique et une source de pollution pour notre planète.

Depuis notre entrée dans l'ère industrielle, nous avons été habitués à jeter les choses non utilisables à la poubelle et les produits toxiques et dangereux dans les cours d'eau. Il est difficile maintenant de revenir en arrière et de prendre des habitudes différentes comme de récupérer ce qui est récupérable ou d'éviter le gaspillage et la pollution sous toutes ses formes.

Une enquête auprès des consommateurs, dans les années quatre-vingt, a révélé qu'au cours d'une année, la presque totalité des familles s'adonnait consciemment ou inconsciemment au gaspillage. Chaque famille achète des choses qui ne seront jamais utilisées. Par exemple, un vêtement dont la pointure est trop petite, un outil au cas où on en aurait besoin, de la nourriture qui se gâte par manque de soins, un médicament qui ne sera pas utilisé et vite périmé ou des cadeaux non appropriés pour ne nommer que ceux-là. Tous ces achats sont un pur gaspillage d'argent, d'énergie et de temps.

Éliminer le gaspillage sous toutes ses formes est chose difficile, mais non impossible. Si tous ensemble nous faisions seulement un effort de penser sérieusement à chacune de nos actions avant qu'elle se produise, nous pourrions éliminer beaucoup de gaspillage. Nous avons simplement à être conscient que les ressources dont nous disposons (argent, nourriture, temps et énergie) sont mises à notre disposition pour un temps limité afin d'entretenir notre corps physique qui est le véhicule extérieur de notre âme.

### **Nourriture et spiritualité**

Le mot nourriture utilisé dans ce texte comprend tout ce qui entre dans le corps par les cinq sens : les aliments qui entrent par la bouche, les images reçues par nos yeux, les sons captés par nos oreilles, les odeurs enregistrées par notre nez et les sensations perçues par le toucher.

La nourriture des cinq sens est un sujet controversé dans le domaine de la spiritualité. Chaque école de pensée spirituelle a sa philosophie sur ce sujet et en particulier sur l'alimentation du corps. Certaines prônent le végétarisme, d'autres un équilibre entre le végétarisme et l'alimentation carnée, et enfin, certaines écoles enseignent que l'alimentation n'a aucune importance sur le développement spirituel de l'individu.

Dans la Bhagavad Gita, écrit sacré de l'Inde, lorsqu'il est question des qualités de la nature de l'homme, la nourriture sous ses diverses formes occupe une place importante. La nourriture est la base de la vie du corps physique et du mental. Selon Baba, le corps est un don de Dieu et nous devons l'entretenir comme un outil, car il est le radeau sur lequel nous devons traverser la mer agitée que nous appelons la vie.

Baba mentionne aussi que si nous entreprenons une discipline spirituelle sérieuse, nous commencerons par mettre de l'ordre dans notre alimentation en éliminant toutes les viandes et les boissons alcoolisées. Ces aliments apportent en nous, sous une forme subtile, des tendances négatives de nature « animale » et nous imprègnent de qualités indésirables.

La Bhagavad Gita dit bien que nous devons ce que nous mangeons. La nourriture est la base de la formation d'un individu, elle donne la force physique au corps et la paix à l'esprit. La force mentale et l'effort spirituel dépendent tous deux de la qualité de la nourriture que l'on absorbe. Dans le relâchement éventuel de notre discipline spirituelle, nous devons regarder de près si la mauvaise alimentation n'en serait pas en cause.

Lors d'un discours prononcé le 21 janvier 1994 sur les maladies cardio-vasculaires, Sathya Sai Baba dit ceci :

*« Aujourd'hui, la pollution est partout : dans l'air que nous respirons, l'eau que nous buvons, les sons discordants que nous entendons et la nourriture que nous consommons. À cause de cette pollution générale, la santé de l'homme se détériore. Par ailleurs, le mental de l'homme est également pollué, le rendant fragile aux maladies. Il faudrait qu'il tente sérieusement de mener une vie saine et pure. »*

Sathya Sai Baba explique dans le livre *Dieu et son disciple* que la consommation de nourriture est un des éléments importants dans la transformation du caractère, mais non le seul. Nous devons nous assurer de l'endroit d'où proviennent les aliments, de la façon dont ils ont été cultivés et de l'état d'esprit du producteur! Nous devons aussi être plus vigilants dans le choix de nos fruits et légumes, car de fortes quantités d'engrais chimiques, pesticides, herbicides et autres produits toxiques sont utilisés en agriculture conventionnelle.

Baba mentionne également que les aliments doivent être achetés avec de l'argent légalement gagné et que notre façon de vivre doit être honnête et propre, car cela affecte ce que nous mangeons. Les récipients qui servent à la préparation des repas doivent être également propres, de même que les intentions du cuisinier ou de la cuisinière qui prépare la nourriture!

La personne qui sert le repas doit, pour sa part, avoir de bonnes pensées, de bonnes intentions, être sans colère, sans problèmes majeurs et de bonne humeur. Comme Baba le mentionne, le charme et la propreté extérieure ne sauraient compenser les pensées et les mauvaises habitudes. Il est bien évident que la nourriture prise dans les restaurants est à nos risques et périls!

À table, il faut éviter les disputes, les critiques, la colère, les bruits de la radio et autres interférences. Le choix de la compagnie est également d'une grande importance, afin de ne pas rendre nulles toutes les précautions prises lors de la préparation. Et enfin, il reste une dernière opération que nous devons accomplir avant de prendre la première bouchée : la purification de la nourriture par une prière.

Il existe une autre nourriture qui est aussi importante que celle du corps, c'est la nourriture de notre esprit. Pour cela, Sathya Sai Baba recommande de regarder le beau et le bon en toute chose, d'ignorer le laid et le désagréable. Nous devons donc être très sélectifs dans le choix de ce que nous regardons au cinéma, à la télévision, dans les journaux ou ailleurs. Notre société actuelle nous inonde de produits de violence, de cruauté, d'horreur, d'érotisme, de scandale, de luxure et d'actions perverses parce que ces produits sont en demande et se vendent bien. C'est à nous que revient la responsabilité de limiter l'entrée de ces produits dans notre esprit, d'utiliser notre discernement pour faire une sélection de ce qui est acceptable pour notre équilibre spirituel et, enfin, de rejeter ce qui est nuisible.

Sathya Sai Baba est très ferme en ce qui concerne toutes les formes de nourritures qui nous absorbons :

« *Le désir naît des pensées. Les pensées naissent de la nourriture. La nourriture est sous le contrôle des sens.* »

« *Comment faire confiance à une personne qui n'a pas la force de s'imposer certaines règles alimentaires et espérer qu'elle peut freiner ses impulsions sensorielles? Si un individu n'est pas capable de contrôler ses propres sentiments, comment peut-il contrôler ses sens? Un homme esclave du café et des cigarettes peut-il lutter avec courage contre les ennemis bien plus puissants de la colère, de la luxure et de la cupidité? S'il n'est pas capable de renoncer à la saleté, comment peut-il renoncer au désir?* »

Gita Vahini. ch. XXVI

### **Je restreins mes désirs**

Avant ma première rencontre avec Sathya Sai Baba, je portais peu d'intérêt à la limitation des désirs ou le contrôle des sens. Au contraire, je cherchais par tous les moyens à satisfaire mes sens afin d'en récolter le maximum de satisfaction. Influencé en partie par les campagnes publicitaires qui m'incitaient continuellement à la consommation, je ne me privais de rien, ceci en tenant compte de mes moyens financiers bien entendu.

L'argent gagné était aussitôt dépensé : maison, voiture, ameublement, sorties et surtout voyages. Une somme importante fut dépensée en moins de dix ans à des voyages en Amérique du Nord et du Sud, en Europe, en Afrique et en Asie. Je n'ai jamais cru à l'accumulation de sommes d'argent dans les institutions financières et j'ai toujours considéré que cette énergie devait être en continue circulation.

Au retour de mon premier voyage en Inde, j'ai décidé de mettre les enseignements de Baba en pratique et d'orienter ma vie vers une spiritualité plus profonde. J'ai senti qu'il était important que je restreigne certains de mes désirs et que je travaille au contrôle de mes sens, car ma façon de vivre ne reflétait pas mes aspirations et devenait un obstacle à ma démarche intérieure.

Dans la pratique du contrôle des sens, j'ai suivi la mise en garde de Baba : je ne devais pas tenter de tout maîtriser tous mes points faibles et mes sens en même temps, mais je devais choisir un point particulier sur lequel j'étais prêt à travailler. Baba nous dit bien que sa méthode de transformation sera lente mais durable, et que toute transformation doit se faire en douceur.

Le point principal que j'ai alors décidé de travailler était relié à plusieurs sens et occupait une place non négligeable dans mes pensées. Mon désir d'être en compagnie et en présence de femmes m'apportait un plaisir et une satisfaction qui dépassait de beaucoup tout ce que j'avais connu. Cette présence féminine éveillait en moi toute ma sensualité et les jeux de séduction qui pouvaient en découler me nourrissaient émotionnellement autant qu'un bon repas et une bouteille de vin pouvaient le faire pour le corps.

Je cherchais donc cette présence féminine au travail, dans les loisirs, dans les divers cours de formation où je m'étais inscrit ainsi que dans les ateliers de croissance personnelle où la femme est le plus vulnérable. Quel plaisir c'était pour moi de tenir dans mes bras une femme éplorée en besoin d'affection et de consolation!

Me défaire complètement de ce besoin vital, c'était contre ma nature d'homme. Je ne pouvais pas simplement nier ce désir ni le refouler et encore moins tenter de l'annihiler; cela aurait été comme tenter de contenir de la vapeur dans une casserole sous pression. Ce désir maintenu vivant par des fantasmes aurait cherché par tous les moyens à s'échapper et aurait été difficilement contrôlable, une fois manifesté. La seule avenue qui me restait était de le transcender.

Il me fallait aller au-delà de ce désir et le dépasser afin qu'il ne soit plus un obstacle sur la nouvelle voie que j'avais choisie. Pour y arriver, les nombreuses thérapies explorées lors de ma formation de thérapeute me furent d'un grand secours ainsi que l'aide de Dieu, à qui j'avais dédié mes pensées. Mon recours à cette aide Divine ne consistait pas seulement à quémander une faveur par des prières, mais aussi à développer la vision de Dieu à l'intérieur de moi afin de me soutenir dans les moments de faiblesse.

Je peux maintenant être en compagnie de femmes sans ressentir cette pulsion qui, sans crier gare, mettait le feu à mes sens et me faisait oublier mon engagement intérieur. Je vois maintenant la femme comme une compagne de vie en qui je peux avoir confiance, une sœur au sens large du terme et un modèle de sensibilité pour éveiller ma propre sensibilité, non aux sens, mais au monde spirituel.

Contrôler mes sens, cela ne veut pas dire que je me coupe du monde et que je refuse tout contact avec mes semblables. Au contraire, je continue à vivre dans le monde, mais l'influence du monde se fait moins grande sur moi justement à cause du contrôle que je tente d'exercer sur mes sens.

La limitation des désirs proposée par Baba, afin d'éviter le gaspillage dans les quatre domaines spécifiques, l'argent, la nourriture, le temps et l'énergie, ne furent pas une contrainte à ma façon de vivre. Dans le passé, je n'ai jamais gaspillé à tout vent les ressources matérielles qui étaient mises à ma disposition. Avec mon penchant écologiste, j'ai à cœur la santé de la planète, car elle est l'héritage que nous allons laisser aux générations futures.

Je respecte l'argent pour ce qu'il m'apporte en satisfactions matérielles et culturelles. Jamais l'argent n'est dépensé à la légère en boissons, jeux ou sorties extravagantes pour m'épater ou épater les autres. Cette ressource ne m'a jamais manqué bien que j'aie appris très tôt à ne pas dépenser ce que je n'avais pas.

J'ai choisi une alimentation végétarienne, comme base alimentaire, en toute connaissance de cause : le souci de ma santé et le respect des animaux. Les viandes furent éliminées graduellement de

mon menu et remplacées par des légumes et des fruits. La consommation de nourriture ne dépasse jamais l'apaisement de la faim, évitant le gaspillage et les aliments vides de calories. Selon Baba, la faim est une maladie qui doit être soignée trois fois par jour. Tout comme un médicament, la nourriture doit être prise en petites doses afin d'éviter de faire plus de tort que de bien.

Il est souvent cité que « le temps, c'est de l'argent ». Le temps pour moi est précieux et je ne dois le perdre d'aucune façon. Retiré du marché du travail, je pourrais dire que j'ai beaucoup de temps à ne rien faire. Mais non, je planifie encore chacune de mes journées afin qu'elles soient bien remplies. Mes journées sont réparties entre les travaux manuels de la maison, la réflexion, l'écriture, l'Organisation Sathya Sai, le service aux autres et la dévotion. À la fin de chaque journée, satisfait de moi-même je peux dire cette prière : « Seigneur, les devoirs de ce jour dont j'ai, ce matin, déposé auprès de Toi le fardeau, sont accomplis. »

Le gaspillage d'énergie personnelle est quelque chose que j'ai appris à mes dépens. Le mal de dos qui avait duré de nombreuses années était un gros consommateur d'énergie vitale. Ce malaise me permit de comprendre que le stress et les pensées négatives étaient à la base de cette perte d'énergie. L'énergie vitale n'est pas très éloignée des autres formes d'énergie que nous retrouvons dans la nature. Riche de cette leçon, je me suis impliqué davantage à réduire ma consommation en carburant et en électricité et j'ai adhéré à divers programmes locaux de recyclage.

Le programme de limitation des désirs de Baba et la mise en pratique des Valeurs Humaines me conduisent tout naturellement à évaluer chacune de mes actions et à déterminer instantanément si ces actions sont valables ou nuisibles pour mon orientation de vie. Cette attitude qui s'est développée d'elle-même est en relation avec chacun de mes sens. Par conséquent, tout ce que je regarde, entends, touche ou mange éveille un système d'évaluation dans ma conscience et me fait poser les questions suivantes : « Est-ce que cela est bon pour moi? » « En ai-je besoin? » « Est-ce que cela nuit à l'orientation spirituelle de ma vie? »

Cette interrogation - qui se fait parfois de façon automatique - me permet de choisir les émissions que je regarde à la télévision ou les livres ou journaux que je lis en fonction de leur qualité morale. J'évalue un article ou un vêtement avant de l'acheter selon mon besoin réel et son utilisation véritable. Je n'achète plus à partir d'une influence extérieure comme la publicité, la mode ou la technologie qui sont en perpétuel changement.

La limitation des désirs et le contrôle des sens que je tente de mettre en pratique du mieux que je peux dans ma vie me conduisent à l'essentiel et éloignent de moi l'éphémère. Cette limitation me fait découvrir le **CONTENTEMENT**. Je suis satisfait de ce que j'ai et je désire beaucoup moins sur le plan matériel. C'est en effet ce contentement qui me permet d'orienter mes pensées vers le Divin et de ne plus être retenu par l'attrait des objets dans une quête de bonheur illusoire.

Ce détachement graduel du monde matériel et des sens a, naturellement, des répercussions sur ma vie sociale. Le sentier devient plus étroit chaque jour et je réalise que les vrais amis se font de plus en plus rares. En public, et avec les gens non sensibilisés à ma démarche, je parle très peu et préfère garder le silence. Les conversations sur les banalités et futilités ont moins d'intérêt, et si quelquefois une conversation effleure le sujet de la spiritualité, je laisse mon interlocuteur s'exprimer beaucoup plus que je ne le fais.

Je réalise que ma façon saine de vivre, mes convictions profondes et ma spiritualité peuvent déranger certaines personnes et en éloigner d'autres, mais en compensation, elles attirent celles qui sont vraies envers elles-mêmes et qui souhaitent entreprendre une démarche spirituelle sérieuse qui les conduira à une vie heureuse et en santé.

### Une vie heureuse et en santé

Sathya Sai Baba, lorsqu'il s'adresse à ses étudiants dans ses écoles et collèges, insiste beaucoup sur le contrôle des sens et la vie saine afin qu'ils découvrent, avec les années, un bonheur durable et non seulement basé sur une satisfaction passagère. À ce sujet, Baba a déclaré ceci :

*« Le désir est un fardeau inutile pour le voyage de votre vie. Il faut réduire vos désirs au minimum, car il est impossible d'éradiquer totalement le désir. Si vous analysez la différence existant entre Dieu et l'homme, vous découvrirez que la vie accompagnée du désir est l'homme et que la vie affranchie de désir est Dieu. Limitez vos désirs au strict nécessaire pour maintenir la vie : la nourriture, le vêtement et un toit pour vous abriter. Quand vos désirs sont excessifs, vous perdez la tranquillité. »*

Discours du 11 avril 1994.

Lors d'un autre discours fait le 3 juin 1995 à Whitefield, Sathya Sai Baba a continué dans le même sens en déclarant ceci :

*« De nos jours, l'être humain souffre d'insatisfaction. Lorsqu'un certain nombre de désirs est comblé, d'autres commencent à se manifester. Réduisez vos désirs et la satisfaction se développera. »*

*« La santé est indispensable à une vie heureuse. La richesse apporte le confort, mais pas la paix. La richesse nous permet d'acquérir une maison à plusieurs étages, mais ne nous garantit pas un sommeil de plomb. Le confort ne nous donne pas la béatitude. Mais à quoi sert ce confort si le mental est tourmenté? »*

*« De nos jours, l'être humain n'écoute pas sa conscience. Il suit les injonctions de son corps et de son mental. Cette attitude engendre un gaspillage inutile. L'Homme ferait mieux de se poser la question « Qui suis-je? » Il découvrirait alors que son corps, ses sens et son mental sont tous des instruments et qu'il en est le maître. Mais le maître aujourd'hui est devenu l'esclave de ce corps et de ce mental qui ne sont pourtant que des serviteurs. (...) À cause de ses désirs excessifs, l'être humain se prédestine à toutes sortes de maladies. »*

*« À la base de toute maladie, il existe une tension. Quelle est la cause de cette tension? La complaisance dans les excès en tous genres. L'Homme doit apprendre à ralentir le rythme trépidant de sa vie. La précipitation engendre l'anxiété, l'anxiété la maladie. C'est pourquoi le contrôle du mental et de la nourriture représente les deux grandes priorités si l'on veut rester en bonne santé. » (...)*

*« Prenez conscience de l'importance de la santé. L'autodiscipline est essentielle au maintien de la santé. La maîtrise des habitudes et le développement d'une conduite juste sont la marque de l'Homme véritable. La satisfaction de nos actes engendre la réalisation de notre âme. »*

*« Deux choses sont essentielles à l'être humain : la santé et le bonheur. Santé pour le corps, Béatitude pour l'esprit. »*

Sanathana Sarathi, juillet 1995.

La limitation des besoins et des désirs nous conduit à la satisfaction. Comme le mentionne Baba, la satisfaction est nécessaire à toute personne qui souhaite vivre une vie heureuse et qui cherche la Béatitude pour son âme. Développer une forme de satisfaction et de contentement à l'âge adulte

peut demander un grand effort de notre part, surtout si plus jeune nous n'avons pas reçu une éducation qui nous incitait à réduire nos besoins et nos désirs de toutes sortes.

La réduction des désirs, le contrôle des sens et les bons principes de vie morale sont des éléments importants dans la vie de tout être humain. Sathya Sai Baba insiste beaucoup pour que ces éléments soient enseignés aux enfants dès leur plus jeune âge. Ce devoir d'enseignement revient donc à chacun d'entre nous, citoyens du monde, qui cherchons un bonheur durable pour l'humanité.

## **Chapitre 5**

### **LES DEVOIRS DU CITOYEN**

Nous souhaitons tous vivre dans une société où il n'y aurait plus de violence ni guerre, où la paix, la tolérance et l'amour seraient les qualités dominantes chez les peuples. Nous voulons un monde meilleur basé sur l'honnêteté et les bonnes valeurs afin que l'harmonie soit en chaque individu. Les responsabilités d'une telle transformation de notre société ne relèvent pas uniquement de nos gouvernements, mais bien des citoyens qui composent cette même société.

Nous avons, en tant que citoyens, avec les années, acquis beaucoup de droits, mais nous ne devons pas oublier qu'avec ces droits, il y a, proportionnellement, des devoirs que chacun d'entre nous se doit d'accomplir. Un de ces devoirs est de donner à nos enfants les besoins de base décrits

au chapitre précédent ainsi que la possibilité de recevoir une bonne instruction et une bonne éducation.

L'éducation transmise à nos enfants ne relève pas uniquement de quelques enseignants mandatés par notre système gouvernemental, mais relève en tout premier lieu de nous-mêmes. Comme parents, nous avons pour devoir cette lourde responsabilité de donner à nos enfants une formation basée sur de bonnes valeurs morales.

L'enfant élevé dans un cadre structuré, avec une discipline ferme et aimante, se sentira en sécurité. C'est par notre exemple seulement qu'il pourra réussir à devenir un bon citoyen et plus tard un dirigeant modèle pour sa ville ou son pays. Ses actions justes contribueront à créer le monde meilleur et bon que nous souhaitons tous pour les années à venir.

### **Le but de l'éducation**

Notre système d'éducation actuel préconise le savoir intellectuel par le développement de la mémoire et l'esprit de compétition. Il nous enseigne l'importance d'être un gagnant, de bien réussir financièrement et de nous élever dans l'échelle sociale. Tout cela est très valable et nécessaire si nous voulons gagner notre vie sur le plan matériel, mais nos institutions semblent oublier un point très important dans l'éducation de nos enfants : la formation du caractère.

Vivre dans le monde avec nos semblables nous demande non seulement d'avoir une bonne instruction, mais nous demande avant tout d'avoir un bon caractère. Par caractère nous devons entendre : la bonté dans le caractère, les valeurs morales dans nos actions, la compassion dans nos relations, la volonté de faire le bien et la confiance en soi. Ces qualités seraient beaucoup plus souhaitables, pour la société dans laquelle nous vivons, que la simple obtention d'un diplôme démontrant nos aptitudes à apprendre et à mémoriser une matière. Si nous enlevons toute cette érudition, que reste-t-il d'autre que le caractère comme le mentionne souvent Baba?

Sathya Sai Baba a instauré dans toutes ses écoles et ses collèges un programme éducatif tenant compte de la formation du caractère des enfants. À ce sujet, Baba s'exprime ainsi :

*« Les objectifs de l'éducation se situent à deux niveaux : le premier est fondamental, c'est l'éducation qui sert à nous procurer de quoi vivre, des vêtements et un toit, l'éducation qui assure l'équilibre et l'harmonie en société, nous enseigne à éviter la pollution et encourage l'honnêteté.*

*Le second est de cultiver le mental et l'esprit. Cette «culture» est semblable à l'agriculture. Dans la culture du cœur, vous devez défricher le champ intérieur de votre cœur, le labourer et semer les graines... les mauvaises herbes sont vos mauvais penchants et vos instincts inférieurs, vos habitudes néfastes; le fertilisant est la dévotion et l'esprit de sacrifice, et l'eau indispensable à la plante est l'amour.*

*Ce qui compte c'est le «caractère» - ensemble des vertus qui rendent un individu «divin» en pensée, en parole et en action, d'une personne, plutôt que son intelligence. Il ne devrait pas y avoir d'instruction morale séparée dans le programme, mais chaque matière devrait être inculquée avec un sens moral profond. »*

Dieu est Unité. ch. IX

Or, à notre époque, beaucoup de nos activités, métiers et professions sont fortement teintés d'une approche purement commerciale et basée sur l'avidité sans tenir compte de l'honnêteté.

La formation du caractère a justement pour but de développer l'honnêteté et l'intégrité de l'individu. Elle permet de développer aussi chez l'enfant une plus grande stabilité émotionnelle, ainsi que la tolérance envers les autres individus et l'amour pour tous les êtres. Enfin, la formation du caractère est la base sur laquelle l'enfant construira sa vie. Plus tard, à l'âge adulte, lorsque le caractère sera formé sur de bonnes valeurs morales, il fera de lui un individu plus humain au niveau de chacune de ses actions.

### **La formation à la base**

Lorsque l'enfant est orienté dans la droiture avec amour dès son jeune âge, et qu'il grandit avec de bons principes de vie, il devient plus tard un homme honnête et respecté des autres. Baba compare l'enfant à un jeune arbre qui doit être nourri et protégé par une clôture durant plusieurs années afin de lui permettre de grandir sans être piétiné par les animaux tout autour. Plus tard, lorsqu'il sera assez fort, cette clôture pourra être enlevée.

La formation de l'enfant, dès la base, est essentielle. Nous avons tous cette responsabilité de donner une bonne formation à nos enfants et cette formation commence par notre exemple de vie qui se reflétera sur eux.

Voici un article publié par le corps de police de Houston au Texas, dans les années quatre-vingt-dix, qui décrit assez bien le comportement de parents qui n'ont pas su donner efficacement une formation du caractère à leur enfant.

« Dès l'enfance, donnez-lui tout ce qu'il désire.  
Il grandira en pensant que le monde entier lui doit tout.

S'il dit des grossièretés, riez!  
Il se croira très malin.

Ne lui donnez aucune formation spirituelle.  
Quand il sera grand, il choisira lui-même.

Ne lui dites jamais « Non » ou « C'est mal. »

Il pourrait faire un complexe de culpabilité.

Et, plus tard, arrêté pour un délit, il sera persuadé que la société le persécute.

Ramassez ce qu'il laisse traîner.  
Ainsi, il sera sûr que ce sont toujours les autres qui sont responsables.

Laissez-lui tout lire ou écouter.  
Stérilisez la vaisselle, mais laissez son esprit se nourrir d'ordures.

Disputez-vous toujours devant lui.  
Quand votre ménage craquera, il ne sera pas choqué.

Donnez-lui tout l'argent qu'il réclame.  
Quand vous n'en aurez plus, il n'aura qu'à voler.

Prenez toujours son parti.  
Les professeurs, la police lui en veulent.

Que tous ses désirs soient satisfaits : nourriture et sorties.  
Sinon il sera frustré.

Quand il sera devenu un vaurien et délinquant.  
Proclamez vite que vous n'avez jamais pu rien faire.  
Que c'était un caractère difficile!»

Dans cette même ligne de pensée, à la même époque, de l'autre côté de la terre, paraissait un article dans la revue officielle de l'Organisation Sai en Inde - le Sanathana Sarathi de mars 1992. Cet article se lit comme suit :

### « Éduquer dans l'amour

Si un enfant vit dans la critique  
Il apprendra à condamner.  
Si un enfant vit dans l'hostilité  
Il apprendra à se battre.  
Si un enfant vit dans la honte  
Il apprendra à se sentir coupable.  
Si un enfant vit dans la tolérance  
Il apprendra la patience.  
Si un enfant vit dans l'encouragement  
Il apprendra la confiance.  
Si un enfant vit dans les louanges  
Il apprendra la reconnaissance.  
Si un enfant vit dans l'équité  
Il apprendra le sens de la justice.  
Si un enfant vit dans l'approbation  
Il apprendra à s'aimer.  
Si un enfant vit dans l'amitié et l'acceptation  
Il apprendra à trouver l'amour.»

Selon Sathya Sai Baba, ce sont les parents et les enseignants qui sont responsables de la mauvaise éducation des enfants. Quand les enfants sont gâtés ou corrompus, quatre-vingt-dix pour cent de la responsabilité incombe aux parents à cause d'une affection immodérée et d'une liberté démesurée.

Comme parents, nous pouvons très bien enseigner de beaux principes de vie à nos enfants, mais si nous ne les mettons pas nous-mêmes en pratique, cela ne donnera aucun résultat. Nous devons d'abord démontrer par l'exemple nos propres valeurs morales. Si nous voulons inculquer à l'enfant des principes de bonté et d'honnêteté, nous devons refléter ce que nous enseignons, si non, le message ne passera jamais et l'enfant n'aura pas confiance en nous.

Comme parents - enseignants, nous devons être un exemple vivant en tout temps pour l'enfant. Notre message doit passer de cœur à cœur et non se limiter à une communication verbale. C'est la seule façon de transmettre des valeurs à nos jeunes, qui eux, à leur tour, les transmettront à d'autres, et ainsi apporteront un changement durable de notre société.

« *L'aboutissement de l'éducation, c'est le caractère.*

*L'aboutissement de la culture, c'est la perfection.  
L'aboutissement de la connaissance, c'est la sagesse.  
L'aboutissement de la sagesse, c'est la liberté. »*  
Sathya Sai Baba

### **La charte des droits**

La formation de l'enfant doit se faire à la base. C'est au cours des premières années scolaires que l'enfant doit apprendre à accomplir ses devoirs afin que ses droits soient respectés. À ce sujet, au Québec, l'École Marguerite-d'Youville de Saint-Raymond (Portneuf) a pris le devant et a proposé, au cours de l'année scolaire 1992-93, une Charte des Droits et Responsabilités des élèves. Cette charte, supportée par le comité de parents et la direction de l'école a donné de bons résultats et, après plus de quatre ans de mise en application, la situation à l'école, comme à la maison, semble très encourageante pour l'avenir.

Depuis, plusieurs autres écoles au Québec ont emboîté le pas en adoptant une charte identique ou adaptée aux besoins de l'endroit. Tous, parents et enseignants, ont un objectif commun : le bien-être de la communauté à travers la formation de l'enfant sur des bases solides.

Le but premier est de faire comprendre à l'élève qu'il a des droits, mais que ces droits sont directement liés à des responsabilités qui le concernent. Ces écoles, avec l'accord des parents, mettent déjà en application, sans le savoir directement, les grands principes de transformation que Sathya Sai Baba propose au monde entier.

L'enseignement des valeurs humaines et le retour à une morale, une éthique, est souhaitable si nous désirons construire une nation sur des bases solides. Il n'est nullement question ici de principes religieux, mais de valeurs fondamentales qui sont la base de toute société civilisée.

Avec l'autorisation de l'École Marguerite-d'Youville, je reproduis ici un exemple des droits et responsabilités proposés aux élèves.

#### **Charte des droits et responsabilités des élèves**

#### **DROITS RESPONSABILITÉS**

##### **Le droit à l'éducation et à l'instruction :**

- J'ai le droit de recevoir un enseignement de qualité.
- 
- J'ai le droit que l'on m'aide à développer tous mes talents et ma personnalité.
- J'ai le droit que l'on m'aide à bien comprendre mes devoirs et mes leçons.
- Je dois être présent en classe.
- Je dois respecter les exigences du professeur et les règles de vie à l'école.

- Je dois être attentif et faire les efforts nécessaires pour bien apprendre.
- Je dois demander de l'aide quand j'en ai besoin.
- Je dois adopter un comportement qui favorise le calme dans la classe.

**Le droit à l'intégrité physique :**

- J'ai le droit de vivre dans un environnement de qualité.
- Je dois me vêtir proprement et convenablement.
- Je dois éviter les bruits inutiles.
- Je dois faire attention à la verdure.
- Je dois participer à divers projets : recyclage, environnement, etc.
- Je dois utiliser les poubelles pour mes déchets.
- Je dois inviter les autres à respecter l'environnement.

**Le droit à la sécurité et à la protection :**

- J'ai le droit d'être protégé de toutes formes de violence et de tout mauvais traitement.
- Je dois respecter les règles de conduite et de fonctionnement à l'école afin de contribuer à une vie agréable et sécuritaire.
- Je dois demander de l'aide pour moi et pour les autres, face à tous mauvais traitements, toute forme de menace ou de chantage.

**Le droit à l'intégrité morale :**

- J'ai le droit au respect; je suis quelqu'un d'unique et d'important.
- J'ai le droit que l'on m'appelle par mon prénom.
- J'ai le droit d'être aimé comme je suis, pour ce que je suis.
- J'ai le droit de m'exprimer et d'être écouté.
- J'ai le droit que l'on respecte mes coutumes et mes croyances religieuses.

- Je dois m'accepter tel que je suis.
- Je dois respecter le prénom de tous les autres.
- Je dois accepter les autres même s'ils sont différents de moi.
- Je dois écouter et respecter les personnes qui s'occupent de moi.
- Je dois permettre aux autres d'exprimer leur opinions, leurs croyances et respecter leurs idées même si elles sont différentes des miennes.

**Le droit à la propriété :**

- J'ai le droit d'avoir à ma disposition tout le matériel nécessaire pour mes apprentissages.
- J'ai le droit d'exiger que l'on respecte ce qui m'appartient.
- Je dois prendre soin de tout le matériel mis à ma disposition.
- Je dois remettre en place le matériel utilisé.
- Je dois être responsable de mes affaires.
- Je dois respecter les biens personnels des autres.
- Je dois maintenir l'ordre dans ma classe (bureau, vestiaire).

En Inde, avec l'accord du Premier Ministre Narasimha Rao et du Ministère de l'Éducation, des milliers d'écoles de ce pays dispensent présentement un enseignement basé sur les valeurs morales, le devoir et la responsabilité. Cette réforme proposée au départ par Sathya Sai Baba se répand actuellement à d'autres pays du monde. Des centaines d'écoles en Thaïlande expérimentent une nouvelle forme d'enseignement basé sur des principes moraux ainsi que sur la compréhension, l'exemple et l'amour. Riche de cette expérience, le ministère de l'Éducation a décidé de former tous les enseignants du pays aux valeurs morales.

D'autres maisons d'enseignement, à l'image de ce qui se fait en Orient et à l'exemple de l'École Marguerite-d'Youville, emboîtent le pas vers le changement.

Nous les retrouvons en Australie, au Brésil, au Canada (Toronto), au Fidji, en Indonésie, au Népal, au Philippines, au Sri Lanka, en Taïwan, en Zambie et aux États Unis. Nous ne parlons plus ici de discipline sévère et restrictive comme elle l'a été par le passé avant le relâchement total de nos années libertines, mais bien d'une formation basée sur la responsabilité des actes de chacun. L'enfant ainsi formé dans le sens du devoir et de la responsabilité deviendra un citoyen impartial dans ses décisions et actions et non simplement un individu qui réclame des droits.

Lors d'un cours d'été donné aux étudiants et professeurs de ses écoles en Inde, Sathya Sai Baba a déclaré ceci :

*« Les enseignants façonnent leurs élèves pour qu'ils bâtissent une nation saine et solide. Ils doivent élever l'esprit de leurs étudiants. Les enseignants du programme d'éducation doivent cultiver l'amour de leurs élèves. Ils doivent les considérer comme leurs propres enfants, mais ils doivent prendre garde à ne pas être trop indulgents. La discipline doit être appliquée avec amour et compréhension. »*

« Le devoir sans amour est déplorable.

*Le devoir fait avec amour est désirable.*

*L'amour sans devoir est divin.*

### **Les bonnes fréquentations**

Dans la formation de base de l'enfant, ses fréquentations sont à surveiller, car elles peuvent avoir une influence marquante sur son comportement à la maison comme à l'extérieur. Même à l'âge adulte, les gens que nous fréquentons laissent des traces sur nous. Un exemple simple pour illustrer ceci et que nous avons déjà tous expérimenté, est le fait de passer quelques heures dans une pièce avec des individus qui fument la cigarette. Nos vêtements s'imprègnent de l'odeur de la fumée et restent imprégnés de cette odeur pour plusieurs jours. De même, les fréquentations de gens qui se plaisent dans l'immoralité et autres perversions peuvent déteindre sur nous et influencer nos pensées et nos actions futures.

L'enfant, dans sa fragilité et sa sensibilité, peut, lors de mauvaises fréquentations hors de la maison et de l'école, détruire tout le travail fait par les parents et les enseignants. Nous devons alors être très vigilants dans le choix d'amis que nos enfants font. Souvent, une discipline trop rigide à la maison peut pousser les enfants à chercher refuge chez des amis où tout leur est permis sans restriction ni surveillance. Il nous incombe alors de faire comprendre à nos enfants les risques de telles fréquentations. Nous devons, si nécessaire, aider nos enfants dans le choix de nouveaux amis.

### **Mon engagement social**

Travail, devoir et responsabilité sont des mots que j'ai appris étant très jeune, peut-être même avant de comprendre le sens des mots jouer, plaisir et liberté. J'ai l'impression que toute ma vie n'est qu'un enchaînement de travail continual et de devoir. Depuis mon adolescence, heureusement pour ma famille, je n'ai jamais manqué de travail rémunéré, jusqu'au jour où j'ai décidé de prendre ma retraite. Dans le travail, j'ai toujours accordé une plus grande attention aux responsabilités qui m'étaient données qu'aux droits dont je pouvais bénéficier, ce qui a eu pour effet de m'apprendre à aimer mon travail au lieu de le subir.

Parallèlement à mon travail, mon engagement bénévole dans les associations sans but lucratif, qui remonte à plus de deux décennies, fut orienté dans le même sens. J'acceptais beaucoup de responsabilités, mais ne retirais que peu des priviléges attachés à ma fonction. Mon plaisir était d'être utile à une cause particulière et de travailler avec une équipe dont la pensée était orientée dans la même direction. J'aimais l'adage qui disait : « Ceux qui se ressemblent, s'assemblent. Et ensemble, nous pouvons construire. »

Une des premières associations où je fus très actif et où je fus admis dans le conseil d'administration régional, fut une association de trappeurs - groupement d'individus qui ont comme activité commune la capture des animaux à fourrure. Le but de l'association était de promouvoir la capture d'animaux de façon plus «humanitaire» afin de causer le moins de souffrance possible à l'animal.

Je dois admettre que durant des années - même dès mon enfance - j'ai capturé des centaines d'animaux pour en revendre la fourrure. Ce « sport » me procurait un grand plaisir et une joie profonde. Il me donnait l'impression d'avoir une supériorité sur le règne animal, car je savais en déjouer presque toutes les ruses.

Les choses ne devaient pas en rester ainsi. Même si je me plaisais dans ce genre d'activité, un jour, tout a basculé sans que je m'y attende réellement. C'était une journée d'hiver. Le soleil brillait déjà de tous ses rayons. Je me sentais léger à marcher avec mes raquettes sur la neige, qui recouvrailt tel un manteau la terre pour la protéger des rrigueurs de l'hiver. Dans une de mes trappes, j'avais capturé un renard qui, en principe, aurait dû être mort à mon arrivée, mais ce n'était pas le cas. Bien que gravement blessé, il était assis et me fixait avec ses grands yeux tristes, injectés de sang. J'ai eu l'impression qu'il était heureux de voir enfin quelqu'un qui le délivrerait de sa mauvaise posture.

J'ai été touché et ému par la tendresse de cet animal que, malheureusement, je n'ai pu libérer à cause de ses blessures. Ce renard a fait vibrer une corde sensible en mon âme et éveiller la partie humaine qui était profondément enfouie au fond de mon cœur.

À cet instant, j'ai réalisé la beauté du monde animal que je me plaisais à détruire. Quelque chose venait de changer en moi, je ne pouvais plus continuer ce genre d'agressivité envers les animaux, une agressivité qui avait même des répercussions dans mon comportement familial et social. L'année suivante, j'ai mis fin à mes activités de destructeur.

À cette époque, j'étais loin de comprendre que le fait de faire souffrir un animal et de le tuer avait des conséquences sur ma propre vie et sur l'ensemble des gens que je fréquentais. Inconsciemment, par mes actions, je ne faisais qu'entretenir la souffrance dans le monde, comme le mentionne si bien Baba :

*« Lorsque tu tues une bête, tu provoques la souffrance. Dieu est dans la créature, comment peux-tu lui causer une telle souffrance? Les animaux n'ont pas été mis au monde pour servir de nourriture à l'homme. Ils ont été mis pour y vivre leur propre vie. »*

Après cette rencontre inusitée avec le dernier renard dont j'ai fait la capture, je me suis tourné vers une association spirituelle, la Rose-Croix. Ce mouvement était complètement à l'opposé de la précédente. On me proposait l'unité et la fraternité entre tous les êtres ainsi que le respect de la nature. Naturellement, mon cercle d'amis a changé par la même occasion : j'ai coupé les ponts avec cette violence du passé et je ne suis jamais revenu en arrière.

Dans cette nouvelle association dont les buts étaient le développement psychique et la « maîtrise » de la vie, j'ai reçu beaucoup en fait de connaissance spirituelle et je me suis fait des amis qui resteront à jamais dans mon cœur. En retour, j'ai donné beaucoup de mon temps, soit lors de conventions d'envergure provinciale ou lors de la construction d'un immeuble qui allait servir de nouveau local à l'organisation. Durant toute la période où j'ai adhéré à cet organisme, j'étais plus qu'un membre

ordinaire, j'étais reconnu comme officier, tantôt du conseil d'administration, tantôt du rituel de la Loge ou officier d'un Ordre frère, le Martiniste. Ces activités prenaient tout mon temps libre et parfois prenaient tout le temps que j'aurais dû consacrer à ma famille.

Après plus de douze ans d'intenses activités au sein de ce mouvement, je fus suspendu pour une période indéfinie, car j'avais osé adhérer en même temps que mes activités à la Rose-Croix, à un autre mouvement spirituel qui offrait un enseignement complémentaire, mais non reconnu par ces derniers.

Au cours de ces années d'intenses activités, je cherchais à faire encore plus afin de rendre service aux autres. Que ce soit une coïncidence ou non, un jour je fus appelé à visiter un confrère de travail qui était atteint d'un cancer aux poumons. En sa présence, je me suis senti très bien et j'ai continué à le voir pendant plusieurs semaines. La souffrance et la mort ne m'affectaient pas au point de vue émotionnel. Je découvrais plutôt de la compassion et de l'amour pour les gens qui s'apprêtaient à laisser leur corps physique pour le monde spirituel.

Après le départ de ce confrère, je me suis joint à une équipe de soins palliatifs dans un hôpital de ma région où j'ai accompagné un certain nombre de personnes en fin de vie. J'ai accompagné des gens de toutes les classes de la société, des gens prêts à mourir, d'autres dans le refus total de la mort et enfin des hommes et des femmes aux prises avec la peur de l'après-vie, conséquence de leur éducation religieuse.

Ce travail d'accompagnement s'est poursuivi durant près de dix ans, tant dans les milieux hospitaliers qu'à domicile. L'accompagnement se poursuit encore, mais de façon sporadique et différente. Je ne suis plus attaché à un hôpital particulier, mais j'offre un service de relation d'aide, toujours en gratuité, à des personnes atteintes d'une maladie grave et qui désirent, à travers leur épreuve, regarder de plus près leur vie, afin d'en faire le point.

Peu de temps après l'abandon définitif des Ordres initiatiques, je me suis joint à l'Organisation Sathya Sai. Cette organisation mondiale, qui a pris naissance sous l'inspiration de Sathya Sai Baba, a pour but d'éveiller la conscience de l'homme et d'inciter ce dernier à se transformer, afin qu'il découvre sa vraie nature divine.

Le premier rôle que je me suis donné à l'intérieur de l'Organisation Sathya Sai fut ma transformation intérieure. Toutes mes actions, cercles d'étude, ateliers provinciaux, tables de concertation, conférences publiques et autres rencontres officielles ou non ont pour seul but, **le travail sur moi**. Le reste se fera de lui-même selon la volonté de Baba.

Je remercie ici Sathya Sai Baba qui a permis que j'expérimente différents domaines de la vie, en particulier à travers les individus qui ont croisé ma route pendant toutes ces années. J'ai accompli mon devoir de citoyen en aidant les autres du mieux que j'ai pu, et je m'apprête à l'accomplir encore mieux dans l'avenir, sans jamais rien attendre en retour. Baba a bien raison de dire que nous avons plus de responsabilités que de droits. C'est en accomplissant nos responsabilités avec amour que nous allons devenir encore plus humain.

## Baba et les droits humains

Lors de deux discours particuliers, soit les 23 novembre 1993 et 11 juillet 1995, Sathya Sai Baba a parlé de nos devoirs et de nos droits envers la société. À ce sujet, Baba, dans sa grande sagesse, s'est exprimé ainsi :

*« Vous êtes membre de la société et en tant que tel vous devez respecter les règles sociales. Vous ne pouvez pas vous comporter n'importe comment. Toutes vos actions doivent être en accord avec les obligations envers la société. »*

*Le mot « société » n'implique pas forcément un grand nombre de personnes. Toute relation avec une autre personne est gouvernée par des obligations sociales qui limitent votre liberté. Votre droit d'utiliser les lieux publics à votre profit est limité par le droit qu'ont les autres de se servir de ces mêmes lieux. Votre liberté est assujettie à votre devoir envers vos semblables. »*

*Le devoir est lié à nos obligations envers la société et la liberté est liée à l'expression de la Volonté du Divin. Le monde phénoménal est une projection du Divin. Par conséquent il doit être considéré comme sacré. Notre devoir est de reconnaître le caractère sacré de nos obligations envers le monde phénoménal. Chacun doit reconnaître qu'il (ou elle) est une image du Divin et doit se comporter en accord avec cette réalité fondamentale. »*

*« Tous les êtres humains vivant sur terre doivent donc coopérer avec leurs semblables, s'investir dans des activités socialement utiles et ainsi racheter les fautes de leur vie. Chaque homme a des devoirs à remplir, mais ne peut revendiquer aucun droit. Aujourd'hui, les gens ont tendance à affirmer leurs droits sans tenir compte de leur responsabilité (ou devoir). Les devoirs ou les droits vont de pair. L'indifférence totale envers les responsabilités est devenue une sorte d'épidémie, dans tous les domaines de la vie. Lorsque vous vous acquitterez de vos devoirs, vos droits sont automatiquement garantis. »*

*De nos jours, tout le monde réclame des droits à grands cris. Quelle est la signification de ce mot « droit » ? C'est ce envers quoi vous avez justement un droit reconnu par tous. Comment l'obtenir ? Pouvez-vous avoir le fruit sans avoir semé la graine ? Malgré cela, vous aspirez à obtenir le fruit sans avoir rien planté. Personne ne peut prétendre à une revendication naturelle envers un quelconque droit. Vous avez seulement des responsabilités. Faites votre devoir. Le devoir est Dieu. »*

*Si les devoirs sont accomplis selon l'attribution des rôles respectifs à chacun, le monde ne souffrira pas du manque de paix ou de prospérité. »*

### Prema 22.

Lorsque nous accomplissons nos devoirs et assumons nos responsabilités envers la société dont nous faisons partie, nous pouvons nous qualifier pour acquérir des droits, comme le dit si bien Baba. Nous devons donner quelque chose avant de vouloir en retirer un profit. Comment un droit peut-il être assuré sans que le devoir ne soit accompli ? Nous devons d'une manière ou d'une autre assumer nos responsabilités face à la société, face à notre travail et face à notre participation en tant que citoyen du monde. C'est la seule façon dont nous pouvons nous prévaloir de quelque droit que ce soit.

Nos responsabilités de citoyen, la mise en pratique des valeurs morales, le développement des vertus et la limitation des besoins et désirs nous incitent immanquablement à devenir des êtres entièrement humains, - le but premier que doit se fixer tout individu. Nous pouvons constater à la lumière de la deuxième partie de ce livre qu'atteindre la nature « d'Homme Humain » demande un travail énorme de détermination et de persévérance. Notre engagement dans la réalisation de cet objectif élevé peut même nous demander une vie entière d'effort, mais, selon Baba, ce n'est pas

encore assez et ses paroles sont fermes à ce sujet :

*« Un homme ne peut être qualifié d'homme véritablement supérieur que lorsqu'il reconnaît que tout ce qu'il a, il le doit à Dieu... » « Mener la vie d'un Homme Humain est mener une vie médiocre. Le but de l'homme doit être de vivre en tant qu'Homme Divin. »*

Devenir un Homme Divin, selon les enseignements de Sathya Sai Baba, est ce que nous allons voir ensemble dans la troisième partie de ce livre.

## Troisième partie

### DE L'HUMAIN À L'HOMME DIVIN

#### De la Mort à l'immortalité

« Ô Seigneur,  
accorde-moi, par ta grâce, l'immortalité  
et la Félicité Suprême, issues de la  
Conscience, de la Splendeur du Soi  
immanent en toute chose. »

Sathya Sai Baba

#### Chapitre 1

### L'HOMME, LE REFLET DU DIVIN

Au cours de plusieurs entrevues accordées à John Hislop, un fervent fidèle Américain, en novembre 1983, Sathya Sai Baba s'est exprimé très clairement, sur la nature de l'homme, en ces mots :

« Depuis un nombre incalculable de vies, vous ne cessez pas de déclarer que vous êtes humain et limité. « J'ai des défauts, je suis ci, je suis ça... », c'est faux. À présent, vous devez affirmer : « **Je suis DIEU** », ne dites jamais plus que vous êtes autre chose... Vous n'êtes pas humain. **Vous êtes DIEU**. Dites-vous « **Je suis DIEU** ». Alors vous verrez que vous ne ressentirez plus que de l'amour en vous, car Dieu est Amour. L'univers tout entier est Amour, uniquement Amour. »

Mon Baba et Moi. p. 299

Les écrits de toutes les religions du monde enseignent que l'homme fut créé à l'image de Dieu. Par contre, très peu de ces religions ont expliqué à l'homme le sens de cette parole de Vérité. Par

conséquent, nous avons toujours imaginé Dieu sous une forme humaine et nous l'avons situé très loin de nous.

Au cours des siècles, nous nous sommes imposé des limites à la compréhension du mystère de Dieu. Nous avons préféré laisser le savoir théologique à une élite religieuse au lieu de chercher nous-mêmes les réponses à nos questionnements. Nous avons accepté comme vérité que Dieu nous soit présenté sous la forme d'un homme à barbe blanche et qu'Il soit assis sur un trône dans le ciel, surveillant de son œil qui voit tout, les moindres gestes des êtres humains de la terre et qui, au besoin, apporte une correction à celui qui le mérite ou une récompense à d'autre.

Cette « vérité » des siècles passés n'est plus valable dans l'ère de Vérité qui s'ouvre devant nous. Notre besoin de comprendre notre rapport et notre identification avec Dieu se fait de plus en pressant. Nous avons besoin de savoir afin de mieux comprendre le concept qui nous unit à Dieu.

Sathya Sai Baba insiste beaucoup pour que nous nous identifions à Dieu et pour que nous soyons nous-mêmes Dieu. Notre but d'homme humain est d'atteindre l'état Divin et rien ne devrait faire obstacle à cette démarche qui est de retrouver notre vraie nature.

Dans nos croyances religieuses, nous avons bien voulu accepter l'énoncé selon lequel « l'homme a été créé à l'image de Dieu ». À partir de cette vérité, nous devons chercher maintenant quel élément est commun aux deux parties. Si nous sommes créés à l'image de Dieu, une partie - ou plusieurs - de notre composition physique, psychique ou spirituelle doit être identique à Dieu.

Nous avons appris dans notre enfance que nous avions une âme et que, dans cette âme, il y a une étincelle Divine. Dieu serait donc en nous à l'intérieur de notre âme. Accepter ce principe est bien, mais ce serait limiter Dieu et le cacher dans un petit endroit au fond de soi qui est plus ou moins bien identifié.

Il nous a été enseigné aussi que c'est notre force vitale qui maintient notre corps en vie. Sans cette énergie, il ne peut pas y avoir de vie. Cette énergie vitale qui se manifeste dans chaque atome et cellule de notre corps est en relation directe avec l'énergie qui existe partout dans l'univers. Ce fait est reconnu aujourd'hui par la majorité de nos scientifiques.

La force vitale et chaque élément de la création sont composés d'atomes qui sont eux-mêmes composés de particules et d'énergie. Les atomes sont partout, soit dans la roche, le bois, l'eau, le feu, le métal, les plantes, les animaux et l'homme. Tous les éléments de la nature vibrent à un taux qui leur est propre. Cette énergie vibratoire, qui est à l'intérieur de chaque atome, est en continual mouvement et est dotée d'une conscience qui coordonne son mouvement. Cette conscience, selon Baba, est Dieu. Dieu est dans chaque atome et les atomes sont les matériaux qui composent tout l'univers. Depuis quelques années, dans ses discours, Baba nous rappelle que Dieu sous forme invisible est dans chaque atome qui compose la création.

*« Il n'est pas aisé pour personne de reconnaître la vérité à propos du Divin. Le Divin qui possède en même temps une signification intérieure et extérieure ne peut être compris par la seule pratique de l'imagination. Tous les êtres de cette terre devraient reconnaître leur nature Divine et donner un sens à leur vie en vivant pieusement. Voilà le premier but de la vie. Pour celui qui reconnaît que le Divin est présent à chaque instant en chaque atome, et dans chaque cellule, et qui inspire aux autres cette même conscience du Divin, il est possible de racheter sa vie.»*

Sanathana Sarathi, septembre 1993

Dans un autre exposé, alors qu'il parlait de l'unité de la création, de l'homme et de Dieu, Sathya Sai Baba a donné les explications suivantes :

*« Tout cela (la Création) est enveloppé de Dieu, tout cela est imprégné et saturé de la Divinité. Tout ce qui existe est Sa substance... On ne peut pas séparer la création du Créateur, ni la nature de Dieu. On ne peut les concevoir comme étant différent l'un de l'autre. Peut-on dire que les vagues sont séparées de l'océan? Non, elles lui appartiennent, elles sont Une avec lui et proviennent de lui. Il en est ainsi de l'homme et de Dieu... L'être humain est une bulle et Dieu est la mer. Vous devrez réaliser cette Vérité. »*

Dieu est Unité. ch. II

Concevoir que nous sommes Dieu n'est pas plus difficile que d'admettre que Dieu est partout dans l'univers et en toutes choses, selon Baba. Pour y arriver, nous devons développer les qualités divines qui nous permettront d'entrer à l'intérieur de nous et fusionner l'esprit et le cœur afin de permettre à l'Énergie Divine de rayonner dans toute sa puissance.

L'homme est bien le reflet de Dieu, car il est composé des mêmes matériaux qui composent Dieu. Rien dans l'univers n'est séparé de Dieu. Tout est Dieu et rien d'autre n'existe que Dieu. L'homme, puisqu'il est divin, cherchera donc par tous les moyens de retourner à la Source qui est à l'origine de son existence.

### Le retour à Dieu

Notre naissance sur terre est un privilège selon Baba. Elle nous est accordée dans un but très précis : la progression spirituelle. Sans cette progression spirituelle, il serait impossible de nous libérer de l'attachement matériel et de tous nos désirs. Nous sommes d'origine et de nature Divine et notre but est de retourner à Dieu notre Créateur.

Sathya Sai Baba est très précis à ce sujet :

*« Ne pensez pas que vous êtes humain et qu'il vous faille atteindre le divin. Pensez plutôt que vous êtes Dieu et, que de cet état, vous êtes devenu un être humain. Si vous pensez de cette façon, tous les attributs divins se manifesteront en vous. Sachez que vous êtes venu de Dieu en tant qu'être humain et qu'éventuellement vous retournerez à votre source. »*

Prema 26

Nous devons reconnaître que ce n'est pas notre corps qui veut retourner à Dieu, car il est fait de matière lourde et ne peut quitter le monde matériel. À la mort, le corps retourne simplement à la terre et se transforme en un autre genre d'énergie. L'âme et l'énergie vitale (l'Énergie Divine qui est beaucoup plus subtile) retournent à l'âme Universelle - à Dieu. Notre âme veut retourner à la Source. Durant toute notre vie sur terre, notre âme cherchera donc le contact avec la Source, c'est la seule façon pour elle de trouver le bonheur véritable et la joie.

Notre âme est comme un animal en captivité, elle ne peut se libérer de sa cage que par la « mort » des sens. Au-delà du sommeil profond, notre âme peut s'élever encore et encore afin de chercher l'union avec Dieu. La mort provoquée ou prématuée du corps physique, avant que les sens soient

maîtrisés, n'aura comme résultat que d'attirer l'âme à nouveau dans un autre corps physique. L'âme ne peut être libérée définitivement que par le retour dans le sein de Dieu afin de se fondre en Lui, jamais autrement.

L'âme qui veut se libérer du corps n'a pas d'autre choix que d'utiliser l'esprit ou le mental. Le mental est la partie de notre être qui influence toutes nos pensées, nos paroles et nos actions. Le mental est donc la « porte » que nous devons utiliser en premier pour nous éléver vers les plans supérieurs. Nous devons aller bien au-delà du mental et des autres «corps» pour atteindre la libération.

Sathya Sai Baba, aux nombreuses questions qui lui furent posées au sujet de la libération, a répondu par un jeu de questions et réponses que voici :

*« Quand peut-on réaliser l'état Divin? Quand on s'est débarrassé des états de conscience d'éveil, de rêve et de sommeil profond, on peut alors reconnaître l'état de conscience supra mental. Vous devez transcender le corps physique, le corps subtil (mental) et le corps causal (l'âme) pour réaliser le corps supra mental. Par ce processus, vous passez du supra mental au mental supérieur, puis au mental illuminé, vers le Divin, ce qui s'appelle la conscience supérieure. C'est l'état au-delà du mental, où le mental est absent. L'extase peut être vécue seulement dans la conscience supérieure. »*

Sanathana Sarathi. Septembre 1993.

Un livre entier serait nécessaire pour bien expliquer et comprendre les paroles de Baba qui décrivent chaque étape mentionnée plus haut, ces étapes qui conduisent l'être humain vers la réalisation ou l'état Divin. Notre but dans ce livre n'est pas d'intellectualiser le chemin vers Dieu, mais d'expérimenter la voie et de devenir soi-même le chemin.

Sur la voie du retour à Dieu, nous avons besoin d'aide. Seuls, durant cette période le l'ère de Kali, l'âge noir, il nous serait difficile d'atteindre notre état divin, car nous sommes très absorbés par les distractions matérielles qui nous entourent. La venue de Sathya Sai Baba comme être Divin incarné sur terre est vraiment un cadeau du ciel.

### **Baba comme Divinité**

Nous avons vu dans la première partie de ce livre que Sathya Sai Baba s'est présenté comme un Avatar - une descente du Divin sur terre - afin de redonner au monde la loi morale et la vertu. Baba n'est pas seulement un simple Avatar, un maître ou un homme surhumain possédant des pouvoirs divins. Sathya Sai Baba est beaucoup plus que cela, il est lui-même Dieu.

Reconnaitre que Sathya Sai Baba est Dieu, vivant dans un corps d'homme et résidant dans un petit village de l'Inde est très difficile à admettre pour la majorité des Occidentaux. Il n'en est pas de même pour les gens de l'Orient qui sont nés sur un continent où la spiritualité est à l'honneur dans tous les foyers.

Dans notre enseignement religieux, nous avons accepté Jésus comme le fils de Dieu, l'envoyé du Père pour établir sur terre la Fraternité des hommes et la Paternité de Dieu. Mais que, dans nos temps modernes, le Père lui-même se manifeste sur terre dépasse l'entendement humain. Pourtant, il

en est bien ainsi. Baba, au cours de plusieurs entrevues accordées à John Hislop, qui fut déjà cité, a révélé qu'Il était bien le responsable de la création de l'univers. Une compilation de ces inestimables entrevues nous fut livrée dans le livre du Dr Hislop *Conversation avec Sathya Sai Baba*.

« *L'univers est une sphère. La terre et tous les êtres sont des sphères plus petites à l'intérieur de celle-ci. L'univers tout entier repose dans les mains de Baba.* »

« *Avec ses corps sans limites, Baba est partout, accomplissant ses devoirs avec «mille têtes et mille mains et mille pieds». Ceci est l'omniprésence de Baba. L'Avatar, Lui est au-delà des cinq éléments. Dieu est soumis à aucune limitation. Il est le Créateur des éléments, leur modificateur, leur préserveur et leur destructeur. Baba est la Réalité unique. «Baba» signifie : Être, Conscience, Béatitude, le Soi, la Réalité unique.* »

John Hislop demanda à Sathya Sai Baba s'Il était responsable de l'univers tout entier et non seulement du monde. Baba de répondre :

« *Swami (Baba) est le commutateur. Quand le commutateur est enclenché, tout se déroule automatiquement. Quand on tourne la clef de contact sur une voiture, toutes les parties de la voiture travaillent automatiquement. De même, l'univers est réglé automatiquement... Le travail infini de Baba dans tous les mondes est facile, nullement pesant, toujours accompli dans la joie.* »

Sathya Sai Baba, a déjà déclaré, en présence d'un vaste public, qu'Il pouvait, d'un seul geste, faire disparaître l'univers, mais là n'était pas sa mission. Baba est venu pour nous enseigner à nous aimer comme Il le mentionne dans son livre Dieu est Unité.

«...*Vous parlez des pouvoirs extraordinaires de Sai, et on s'est longuement étendu sur mes miracles dans les livres écrits sur moi. Je vous prie de n'accorder aucune importance à tout cela. Le plus grand de mes pouvoirs est l'Amour. Je peux transformer le ciel en terre et la terre en ciel, mais cela n'est pas la preuve de ma mission divine. Seul l'Amour immuable en est le gage.*»

Dieu est Unité. ch. 1. 9

Nous pourrions spéculer longtemps sur les «miracles» que Baba a accomplis dans le monde et sur les déclarations selon lesquelles Il est lui-même le Créateur de l'univers. Toutes ces déclarations ne sont pas une preuve de sa divinité, seul l'Amour est le gage de sa divinité comme Il le mentionne si bien. Baba est pur Amour. Sa vie entière est consacrée à l'Amour du prochain et à l'humanité tout entière.

L'Amour de Baba se répand partout sur la terre et cet Amour attire à Lui des pèlerins en quête de vérité provenant de toutes les parties du monde. Des millions de personnes se rendent chaque année rencontrer cet homme-Dieu. Seul un Amour ardent peut attirer à Lui des foules aussi nombreuses. Baba est considéré comme un phare qui guide le monde sur le chemin de Dieu.

Nous devons approcher Baba par le cœur, sentir son Amour et nous laisser inonder de cet Amour divin. L'Amour est le reflet de Dieu, il en est Son essence et Sa substance. Baba nous reflète cet Amour divin. Baba, par ses actions, donne et pardonne; Il ne reçoit pas et n'attend jamais rien d'autre en retour que notre propre amour pour Dieu.

Lors d'un exposé, Baba a déclaré ceci au sujet de l'Amour et de Dieu :

*« Aimer, c'est exprimer Dieu, car Dieu est Amour et l'Amour est Dieu. Sai est l'incarnation de l'Amour et de l'affection qu'Il exprime et manifeste. L'incarnation de l'Amour est le Soi, Dieu à l'intérieur de nous. C'est pourquoi l'Amour est le Soi et le Soi est Amour.»*

Supplément Prema 22.

Connaître Dieu et expérimenter Dieu avec le cœur est la seule façon de nous persuader de Son existence. Aucun livre, récit ou témoignage ne pourra arriver à ce résultat. De plus, personne non plus ne pourra nous convaincre de la divinité de Sathya Sai Baba. Cette conviction intérieure doit venir du plus profond de nous-mêmes. Nous devons apprendre à connaître Dieu et à l'aimer de tout notre cœur; c'est la voie qui nous conduira à l'immortalité.

## Chapitre 2

### LA VOIE DE L'IMMORTALITÉ

Le rêve de l'être humain fut, depuis des siècles, d'atteindre l'immortalité du corps physique. L'homme veut vivre le plus longtemps possible dans son corps et cherche par tous les moyens scientifiques à prolonger sa vie. Quelques hommes, plus fortunés et plus optimistes que les autres, ont même demandé que leur corps, après la mort, soit placé en hibernation pour une période indéterminée. Leur but avant de mourir était que le corps soit réanimé par une science plus avancée afin qu'ils puissent continuer à vivre et à profiter de la vie pendant encore bien des années.

D'autres personnes, plus fantaisistes, gardent l'espoir qu'elles pourront un jour s'élever au ciel avec leur corps physique et continuer à vivre dans une dimension spatiale semblable à celle de la terre. Elles espèrent continuer à vivre avec tous les plaisirs des sens et les avantages de notre monde matériel. Enfin, un petit nombre souhaite la venue d'un vaisseau spatial qui viendra les cueillir pour les emmener dans un monde merveilleux où la vie n'a pas de fin.

Tous ces espoirs de préserver le corps physique et ces attachements à l'ego ne cachent qu'une chose : la peur de la mort.

#### **La peur de la mort**

La peur de la mort est une des plus grandes peurs qui existent sur la terre. La perte du corps, pour la plupart d'entre nous, signifie la fin de toute vie et le non-retour à l'existence. La perte de notre identification, de l'usage de nos sens, de nos biens matériels ainsi que de nos proches sont des choses à auxquelles nous ne sommes pas préparés. La vie occidentale ne nous prépare pas à mourir mais, bien au contraire, elle met tout en œuvre pour que la mort soit repoussée le plus loin possible pour nous inciter à profiter au maximum des plaisirs de la vie.

Les Orientaux ont une perception différente de la mort. La peur de mourir est presque inexistante dans plusieurs de leurs cultures. Très jeunes, en Inde, les enfants apprennent que la mort fait partie de la vie et n'en est pas séparée. La mort du corps physique signifie une continuation de la vie sur un autre plan de conscience. En sanskrit, écriture sacrée de l'Inde, le mot humain s'écrit « nara », ce qui veut dire « qui ne peut être détruit », qui est immortel. Ces peuples apprennent très tôt que l'humain est quelque chose qui ne peut être détruit et qui vit éternellement.

## **L'immortalité de l'âme**

Mais est-ce bien cela l'immortalité? Pour nous, Occidentaux, c'est vouloir que notre corps ne disparaisse jamais; mais pour les Orientaux, c'est concevoir que l'humain ne peut être détruit. Sathya Sai Baba a répondu à cette question de façon beaucoup plus simple lors d'un discours fait le 11 avril 1991 :

*« Qu'est-ce que l'immortalité? L'immortalité, c'est supprimer l'immoralité. Qu'est-ce que l'immoralité? Ce sont les défauts comme l'ego, la colère, la jalousie, le désir etc. Si vous supprimez ces défauts, vous obtiendrez l'immortalité, ceci est important. Ceci est très important.»*

Prema 14

Atteindre l'immortalité de l'âme est de loin plus important que de vouloir préserver son corps physique de la destruction. C'est de cette immortalité que Sathya Sai Baba nous parle dans son enseignement. Baba souhaite nous conduire vers cette immortalité mais, pour y arriver, trois étapes doivent être franchies avant la réalisation finale.

### **Les trois étapes vers la réalisation**

Sathya Sai Baba enseigne qu'il y a trois étapes importantes que nous devons tous franchir avant d'atteindre la réalisation et ne plus renaître. Ces trois étapes nous conduisent infailliblement vers l'immortalité de l'âme. Elles se présentent comme suit :

- Connaitre Dieu, c'est avoir une dévotion totale à Dieu.
- Voir Dieu, c'est voir Dieu à l'intérieur de nous.
- Être Dieu, c'est réaliser que nous sommes Dieu.

#### **Connaitre Dieu**

Connaitre Dieu, c'est avoir une dévotion totale à Dieu. Selon Baba, notre dévotion nous fait connaître le Divin sous une forme de notre choix. Bien que nous nous sentions encore séparés de Lui, nous savons que Dieu existe et qu'il est tout près de nous. Nous faisons souvent appel à Lui, mais nous ne savons pas encore comment expérimenter Sa présence. Notre identification au corps et aux sens est trop puissante et le voile de notre conscience ne s'est pas encore levé.

#### **Voir Dieu**

Notre dévotion devient de plus en plus intense. Nous cherchons par tous les moyens à voir Dieu sous une forme particulière. Par le renoncement aux choses et aux désirs du monde, par une dévotion ardente et sincère, nous ouvrons entièrement notre cœur à Dieu. Nous implorons Sa présence. Dieu entend notre appel et se manifeste à nous dans toute Sa gloire. Nous communions avec Dieu dans la vision Divine.

#### **Être Dieu**

Être Dieu ou réaliser Dieu, c'est se fondre en Lui. La forme de Dieu que nous avions choisie disparaît et nous nous fusionnons en Lui. Notre âme individuelle se fond dans l'Âme Universelle. Notre Soi s'unit au Soi Suprême. Nous devenons nous-mêmes partie intégrante de Dieu. Notre être tout entier crie dans la joie et l'allégresse : Je suis Dieu.

Pour mieux illustrer les trois étapes de la réalisation et nous donner une image plus compréhensive du processus, Baba fait une comparaison avec un fruit que nous tenons dans notre main.

Nous regardons un fruit dans un bol, une pomme entre autres. Nous en connaissons la saveur et nous avons un ardent désir de la déguster. C'est la première étape.

Nous tenons la pomme dans notre main. Nous pouvons en toucher la texture et sentir son arôme. Nous la dégustons mentalement. C'est la deuxième étape.

Nous mangeons la pomme. Nous goûtons réellement le fruit. La pomme est en nous et ne fait qu'un avec nous. C'est l'union totale. Tout et consommé. C'est la troisième partie.

Les textes spirituels et les écritures sacrées de diverses sources évoquent à l'occasion les trois étapes vers la réalisation. Ces textes ne sont pas toujours limpides et explicites et, souvent, un voile les recouvre afin de nous en cacher le sens. Nous pouvons examiner et méditer sur les quelques associations suivantes qui décrivent bien leur relation triangulaire.

- Le corps : La partie physique de l'être.
  - L'esprit : Le mental et le psychique.
  - L'âme : L'étincelle Divine en nous.
- 
- L'état d'éveil : Ce que nos sens perçoivent du monde.
  - L'état de rêve : Nos perceptions oniriques.
  - Le sommeil profond : Union avec la Conscience.
- 
- Le dualisme : La perception que tout est multiple.
  - Le non-dualisme qualifié : L'union en toute chose.
  - Le non-dualisme : L'homme et Dieu sont Un.
- 
- La forme : Voir la Divinité avec une forme.
  - Le sans forme : Concevoir le Divin en essence.
  - Le sans forme et au-delà : S'unir au Divin.
- 
- Je suis dans la Lumière : Se voir dans la Lumière.
  - La Lumière est en moi : Voir la Lumière en soi.
  - Je suis Lumière : Être la Lumière.

### **Baba cite Jésus comme modèle**

Chaque année, le 25 décembre, fête de la naissance de Jésus, Sathya Sai Baba, en présence de plusieurs milliers de personnes, cite un passage de la vie de Jésus. Lors de son discours, en 1996, Baba a exposé clairement les trois étapes de la réalisation en relation avec Jésus :

*« Cet enseignement est destiné à l'humanité entière. Jésus soulageait ceux qui étaient malades et souffrants. Il procurait de la nourriture à ceux qui avaient faim. Devant toutes ces bonnes actions, certains l'appelèrent le fils de Dieu. Cette appellation devint par la suite grandement utilisée... La première déclaration de Jésus fut : « Je suis le messager de Dieu ». La deuxième fut : « Je suis le fils de Dieu ». Être le fils de Dieu indique sa grande proximité avec Dieu. Cela signifie qu'il est en intime relation avec son Père. Après une longue pratique spirituelle, il déclara : « Mon Père et Moi sommes Un ». Finalement vint l'Esprit Saint. Ce sont-là les principes présents dans toutes les religions. »*

Prema 33.

Les trois étapes de la réalisation, qu'elles nous soient présentées par Baba ou par Jésus, ont le même but : atteindre l'immortalité. Pour y arriver, nous devons suivre le courant de la rivière qui nous conduira à l'Océan divin.

### **La goutte d'eau**

Dans une période de demi-sommeil, que je pourrais appeler période de méditation ou encore de rêve éveillé, à la pleine lune de mai 1995, fête de Bouddha, il m'est venu à l'esprit l'histoire d'une goutte d'eau et de son voyage à travers les trois étapes de son existence. Ces étapes, qui représentent celles de l'homme, sont symbolisées par le séjour de la goutte d'eau dans le lac, la descente de la rivière et l'union avec l'océan.

Subtile parmi le subtil, vapeur unie à d'autres vapeurs, par effet de condensation de la matière, une goutte d'eau a pris forme et est descendue du ciel. Elle est tombée dans un lac sans grande importance. Elle devait tout apprendre de l'endroit où elle était. Il ne lui restait aucun souvenir de sa forme fluide antérieure et de la raison de sa chute dans ce lieu précis sur la planète.

Au cours de ces multiples journées, qui lui ont paru des vies entières, la goutte d'eau s'est laissée ballotter au gré des vents, tantôt à gauche, tantôt à droite. Elle suivait les autres sans trop tenir compte de ce qui se passait autour d'elle. Elle était indifférente aux millions d'autres gouttes d'eau qui la frôlaient chaque jour de ses nombreuses existences. Elle se sentait séparée des autres même si sa forme était identique à toutes les autres gouttes d'eau du lac.

La goutte d'eau a passé une grande partie de ses existences près du fond où l'eau est plus sombre et quelquefois brouillée en raison des vents de surface et du remue-ménage des poissons voraces qui passaient près d'elle. Ne connaissant pas mieux, elle était satisfaite de sa vie. Pour changer, quelquefois, elle montait en surface pour se laisser chauffer au soleil et prendre du bon temps. Elle « profitait » de la vie comme elle aimait le dire. Par mauvais temps, elle se cachait à l'abri des roseaux en attente de jours meilleurs.

Après avoir expérimenté les bas-fonds comme les hauteurs, les tempêtes comme les accalmies, le froid et le chaud, l'eau trouble comme l'eau limpide, le va-et-vient des vagues, elle fut soudainement entraînée par un léger courant dont elle avait, jusqu'à ce jour, ignoré l'existence. Prise de panique, elle

demandait à son entourage la signification de ce déplacement vers des lieux qu'elle n'avait jamais explorés avant.

Les eaux, bien qu'en mouvement, étaient plus harmonieuses et plus limpides. Elle eût le goût de faire confiance et de se laisser entraîner un certain temps. Cela était différent des eaux stagnantes du lac. Les autres gouttes d'eau, près d'elle, cherchaient-elles aussi à comprendre ce qui se passait, mais faisaient confiance à ce courant de vie. De toute façon, elles n'avaient rien à perdre. La vie du lac commençait à être très ennuyeuse après toutes ces journées à répéter les mêmes choses.

Soudainement, les questions commencèrent à surgir : Que se passe-t-il avec moi? Ce courant a changé mes pensées. J'ai l'impression de ne plus être comme avant. Qui suis-je? Qu'est-ce que je fais ici? Où vais-je? Pourquoi ce lac? Pourquoi ceci, pourquoi cela? La goutte d'eau voulait tout savoir. Elle venait de s'éveiller à quelque chose de nouveau, de différent et, en même temps, avait des craintes, ne savait pas où tout cela allait la mener.

D'un côté, elle touchait à l'énergie du courant qu'elle trouvait bonne et d'un autre côté elle ne voulait pas perdre la sécurité du lac. Elle veut alors en savoir plus; elle écoute, observe, se renseigne, s'interroge sur tout ce qui l'entoure, veut connaître la signification de la vie. La goutte d'eau reçoit les réponses dans la mesure où elle peut les absorber et selon sa capacité de compréhension.

Dans son effervescence, elle croit tout connaître. Elle se permet même de renseigner les autres qui s'interrogent à leur tour sur le sens de l'existence. Elle est fière de dire qu'elle est dans le courant, qu'elle a trouvé « la voie », qu'elle est prête à guider les autres qui cherchent un sens à la vie monotone du lac. Dans son élan de savoir, elle croit avoir atteint le but. Perdue dans son illusion, elle se dit en relation avec l'énergie du mouvement en se sentant supérieure à son entourage.

Dans son euphorie, elle ne peut voir la route qui reste à faire et, inconsciemment, ne veut pas la voir non plus. Ce serait tout remettre en question et réaliser que le vrai travail n'est pas encore vraiment commencé. Non, elle ne peut se permettre un tel acte d'humilité. Que vont penser les autres et que vont-elles dire de son comportement?

À la fin de la première étape sur la voie, la goutte d'eau croyait vraiment être rendue à la réalisation. Dans son ignorance de la réalité, elle était restée prisonnière de ses pensées. Elle croyait sincèrement qu'elle pouvait continuer le voyage sans se débarrasser des désirs reliés aux sens qui la retenaient au lac, sans se détacher de ses passions et de ses sentiments négatifs.

La goutte d'eau fut alors tiraillée entre le calme du lac et les rapides de la rivière. Elle eût peur un instant et voulut rebrousser chemin, remonter le courant afin de retrouver le confort du passé. Elle ne voulait rien perdre et ne se sentait pas prête à l'action. Un vent contraire la poussa momentanément sur le bord du lac où elle réfléchit longuement à la décision qu'elle devait prendre : se laisser aller dans le courant de la rivière, abandonner le lac, c'était dire adieu définitivement au passé.

Beaucoup de gouttes d'eau comme elles sont en attente sur le bord de la rive et n'osent pas avancer. Elles sont les aspirantes spirituelles qui savent beaucoup de choses, demandent protection et faveurs à temps plein à Dieu, mais ne s'impliquent qu'à temps partiel. Elles ne veulent rien perdre, ni d'un côté ni de l'autre. Encore entièrement identifiées au corps et aux sens, elles veulent expérimenter la vision de la lumière et atteindre la réalisation du Soi sans sacrifices ni efforts.

Intuitivement, la goutte d'eau sait qu'un « jour » elle devra se détacher de la rive sécurisante du lac et s'engager sérieusement dans le courant de la rivière qui la conduira à l'Océan Éternel.

Comment lâcher prise? Comment renoncer au monde? Pourquoi tout cela, tout de suite? Suis-je prête à m'aventurer dans les rapides de la rivière, la deuxième étape de ce long voyage?

La goutte d'eau, après quelques épreuves, des heures (années pour nous) de réflexion, de méditation, de prise de conscience, de préparation intérieure, prit enfin la plus grande décision de sa vie : faire un travail en profondeur sur elle-même en se lançant dans le courant limpide de la rivière et faire surtout confiance au Soi qui saurait la guider en toute sécurité.

La rivière était étroite en comparaison avec l'immense étendue du lac. Elle savait que cette voie était réservée à un petit nombre. Elle se sentait bien seule dans sa démarche et ne pouvait plus compter sur aucune autre goutte d'eau laissée derrière elle dans le lac. Comme elle était engagée dans la rivière, il était trop tard pour rebrousser chemin, le courant l'avait déjà attirée à lui.

La descente de la rivière était rapide. La goutte d'eau avait abandonné le monde des illusions qui était derrière elle. Elle travaillait maintenant au détachement des désirs persistants, au contrôle des sens, au dépassement de l'ego qui était encore très saturé par les attaches du passé. Elle vivait dans l'eau mais, par moments, ne semblait plus faire partie de cette eau.

La goutte d'eau fit confiance au courant qui la guidait dans la bonne direction. Elle fixa son attention sur le but final: l'Océan. Quoiqu'il arrivât, elle ne dérogea plus de son objectif. La confiance dans sa démarche grandit. Elle eut foi dans l'énergie de la rivière et ne se laissa pas distraire par les obstacles sur son passage.

Mais... soudain, dans un tournant de la rivière, elle fut projetée dans une baie où l'eau était plus calme. Elle goûta à nouveau aux bienfaits des eaux tranquilles où tout est si facile. Dans sa relâche de vigilance due à sa trop grande confiance, elle ne se pas méfia pas des pièges de la rivière. Elle voulut se reposer même si elle venait tout juste de s'engager dans les rapides. Rester dans ces eaux calmes et chaudes ne pouvait que faire du bien, se disait-elle!

Très vite, ses souvenirs antérieurs lui revinrent en mémoire. Elle se sentit à nouveau le désir et le besoin de goûter à tous les plaisirs qu'elle avait trouvés bons dans le passé. Elle voulut rester un instant à se reposer et se laisser chauffer par les rayons du soleil. Les questions revinrent à nouveau et le doute emplit son mental. Pourquoi ce voyage? Est-ce bien vrai que la joie de l'Océan est plus grande que celle du lac? Comment savoir avant d'être rendue? Je ne peux me baser sur des ouï-dire! À qui faire confiance?

La goutte d'eau, déprimée, ne savait que faire. Elle était déjà trop loin pour retourner en arrière. Des solutions faciles, elle en connaissait : rester en surface et se laisser absorber par les rayons du soleil afin de retourner en vapeur et reprendre le voyage plus tard! Non, cela ne serait que partie remise. Rester dans cette petite baie et attendre simplement que le temps passe? Non, ce ne serait que retarder la transformation qui doit être faite d'une façon ou d'une autre. Que faire alors devant ce choix limité?

Inspirée par un coucher de soleil dans la baie, elle reprit confiance en elle-même. Dans ses réflexions, elle réalisa que les plaisirs du passé qu'elle voulait retrouver n'avaient plus les mêmes

résonances sur son mental. Elle prit conscience encore plus rapidement des illusions des sens. Elle réalisa surtout que le temps qu'elle restait à ne rien faire était du temps perdu à jamais. Sa voix intérieure lui disait de reprendre la rivière, la route du pèlerin, et, au même instant, elle reçut un signe d'encouragement : un dernier rayon de lumière se reflétant sur les nuages lui fit voir et sentir la beauté de la création.

Un léger vent repoussa la goutte d'eau vers les rapides. Reprendre le courant lui redonna espoir, mais en même temps, c'était renoncer au monde et à ses plaisirs, devenir indifférente aux joies comme aux peines. En plus, elle devait passer à l'action et sur son passage aider les autres gouttes d'eau qui avaient besoin d'assistance et de réconfort. Dans ce dévouement, elle ne devait attendre ni récompense, ni profit, ni honneur pour ses actions rendues.

Ses pensées étaient à nouveau fixées sur l'Océan. Elle continuait son voyage avec persévérance dans le courant de la rivière. Autour d'elle, elle cherchait l'unité en toute chose, le sens sacré de toute existence et cherchait à voir le divin dans tous les êtres qu'elle rencontrait sur son parcours. Elle n'avait plus aucun regret pour les eaux chaudes et calmes de la baie, elle savait intuitivement qu'elle était sur la bonne voie.

La goutte d'eau ne voulut plus jamais dévier des rapides. Sa vision était en permanence fixée sur le but à atteindre et toute son attention était orientée vers le Divin sans forme. Elle savait maintenant comment contourner les obstacles, éviter les courants contraires, les points morts dans les détours, les roches dangereuses, les souches creuses et le piège des remous. Par son exemple de vie, de vérité, d'action juste, d'amour et par un mouvement d'entraînement, beaucoup d'autres gouttes d'eau l'imitèrent et voulurent s'unir à elle pendant le voyage.

Consciente de la lumière qui était de plus en plus vibrante en elle, la goutte d'eau laissa tomber les derniers doutes qui l'habitaient. Dans un élan de foi et de dévotion, elle implora l'Énergie Divine de se manifester à elle. La goutte d'eau fut lourdement éprouvée avec la vertu de la patience avant qu'une quelconque manifestation du Soi eût lieu. Désespérée, elle voulut s'arrêter à nouveau le long de la rivière et même abandonner sa démarche, car l'attente d'un encouragement était trop longue à supporter et le but final lui semblait encore très loin.

Dans ces moments de nuits obscures, elle voulut retourner en arrière, mais elle savait que cela n'était plus possible, elle était vraiment trop loin en avant. L'Océan continuait de façon inconsciente à l'attirer vers Lui. Sa puissance était telle que rien ne pouvait Lui résister. La goutte d'eau leva à nouveau le voile de l'obscurité et du doute qui s'était abaisse sur ses yeux. Dans un élan d'abandon à l'Océan Divin, elle fit confiance à nouveau au courant de la rivière.

Toutes ses pensées étaient pour l'Océan, ses actions étaient dédiées à l'Océan et tout son amour n'était que pour l'Océan. Rien d'autre ne pouvait exister dans sa vie que l'Océan. L'Océan, l'Océan et encore l'Océan.

Un jour, sans le moindre avertissement, son appel fut entendu. La goutte d'eau se retrouva face à face avec l'Océan. Croyant qu'il s'agissait d'un autre lac, elle eut encore des doutes. Elle demanda avec insistance à cette étendue infinie si elle était bien l'Océan, l'Énergie Divine ou s'il s'agissait encore d'un piège illusoire de son mental.

Ses doutes furent vite dissipés lorsqu'elle réalisa que la teneur de l'eau était différente et que tout ce qui l'entourait était également différent. Rien ne pouvait ressembler à la rivière et encore moins au lac dans lequel elle avait passé la presque totalité de son existence. Une immense joie s'empara d'elle, non une joie reliée aux sens, mais une joie plus intérieure, la joie de l'âme.

Cette troisième étape était le but final de son voyage. Elle voyagea encore quelque temps sur les vagues de cette immense étendue avant de se fondre définitivement dans l'Océan Divin. Elle vécut alors une expérience d'unité totale avec Dieu. Ce fut pour elle un moment de Béatitude, d'extase et de grâce.

La goutte d'eau n'était plus la goutte séparée des autres, elle s'était fondu dans l'Océan et était devenue l'Océan. Elle était Lumière fondu dans la Lumière. Dans cette totale unité, elle goûta enfin à la réalité de l'Être Suprême et elle put enfin dire : « Je suis Dieu ».

\*

Les mots me manquent pour décrire toute cette béatitude dont Sathya Sai Baba nous parle dans ses écrits. Pour moi, l'Océan est encore loin. Bien que je me sois engagé dans la rivière, quelquefois, je me sens tiraillé entre les plaisirs du lac qui sont encore présents dans ma mémoire et l'attraction du courant de la rivière. Je suis comme la goutte d'eau. Je ne trouve pas facile de cultiver une attitude de lâcher prise face au monde tout en restant dans ce monde, de me détacher de l'attraction matérielle et de renoncer aux plaisirs des sens.

Les premiers rapides de la rivière que j'ai rencontrés ont été le début du travail sur moi-même. J'ai gardé le pied marin pour ne pas perdre l'équilibre et j'ai fait confiance à la vague qui a su me propulser un peu plus loin en avant.

Mon voyage se continue à travers les obstacles de la rivière de la vie avec ses hauts et ses bas, ses détours et ses pièges. À l'intérieur de moi, la foi et la confiance ont remplacé le doute. Je garde toujours dans mon esprit le but final qui est de me fondre dans l'Océan Divin. La détermination et la persévérance se sont développées en moi au cours des années à l'aide de ma discipline spirituelle. Sans discipline, rien de tout ce qui précède n'aurait pu se réaliser.

## Chapitre 3

### LA DISCIPLINE SPIRITUELLE

Le mot discipline peut avoir une connotation péjorative pour ceux et celles qui furent brimés dans leur enfance par une autorité parentale écrasante. La discipline signifie pour eux restriction, rigidité et sévérité. Pour l'ensemble de la société, la discipline est imposée aux membres par des consignes et règles de conduite afin d'assurer le bon fonctionnement de l'organisme social.

Dans le domaine spirituel, la discipline est différente dans ce sens particulier qu'elle n'est pas imposée et que c'est nous-mêmes qui la choisissons en toute liberté comme aide ou support à notre démarche. Nous considérons alors la discipline comme un moyen de transformation afin d'atteindre un but particulier.

Selon Sathya Sai Baba, le progrès spirituel et la félicité spirituelle dépendent de la discipline et d'un effort concentré. Nous ne pouvons parvenir à notre but final sans discipline ni règle de conduite. Nous avons besoin d'un encadrement bien structuré pour fonctionner efficacement. Nous avons besoin aussi, en tant individu, de balises solides et précises afin de trouver sécurité et confiance en nous. Selon Baba encore, la discipline et la concentration sont considérées comme les berges qui contrôlent et dirigent, sans danger, le courant d'une rivière.

La discipline est essentielle au succès de toute entreprise, qu'elle soit économique, sociale, éducative, sportive ou spirituelle. Sans encadrement bien structuré, l'entreprise de même que l'individu sont considérés comme un bateau sans gouvernail laissé à la dérive au gré des vents de la mer.

La discipline spirituelle peut facilement être comparée à la discipline sportive parce que les deux ont des points forts en commun. Nous savons tous qu'un athlète qui désire se rendre aux compétitions des jeux olympiques doit s'entraîner sans relâche. Chaque jour, durant des années, il s'entraîne dans son domaine particulier. Il développe son corps et son mental afin que les deux

puissent travailler en harmonie. Toutes ses énergies sont fixées sur un seul but : réussir l'épreuve ou la compétition afin de rapporter la médaille d'or.

La discipline sportive demande de la patience, du courage, de la détermination, de la persévérance et un effort constant. L'athlète ne peut se permettre aucune faiblesse ni de corps ni d'esprit. Sa concentration mentale et ses muscles seront développés au maximum. Les mouvements qu'il doit exécuter à la perfection sont visualisés et répétés mentalement des centaines de fois avant l'épreuve finale. La performance visualisée à l'intérieur va se manifester à l'extérieur dans le mouvement en question. Rien n'est laissé au hasard. Chaque geste qu'il accomplit a un sens précis afin d'atteindre l'objectif visé. Il ne se laisse pas influencer par les événements extérieurs et il se concentre uniquement sur la discipline qu'il a choisie.

Si autant d'énergie était mise, dans la vie quotidienne, au développement de notre être intérieur qu'il en est chez les athlètes pour développer leurs muscles ou chez d'autres pour développer leur mémoire ou leur apparence physique, il y aurait probablement beaucoup plus de personnes « réalisées » aujourd'hui sur la terre. Mais cela n'est pas le cas, comme nous pouvons le constater. Seul un petit nombre s'engage dans la voie spirituelle.

La discipline spirituelle est beaucoup plus difficile que toute autre discipline. Elle exige une foi totale dans notre démarche ainsi que la confiance en un Dieu qui n'est visible que par Ses manifestations dans la nature et les êtres. La démarche spirituelle nous demande de croire sans voir puisque les résultats ne sont visibles que lorsque le but est atteint.

La religion a bien tenté de nous imposer cette discipline par divers moyens. Mais les méthodes utilisées étaient teintées de peur, de menace et d'autoritarisme. Il en est résulté l'effet contraire à celui escompté au départ. Le peuple a perdu confiance en ses dirigeants dont la discipline est chancelante et dont les actes ne correspondent pas à leurs belles paroles.

La discipline spirituelle doit être un choix fait en toute liberté. À l'image de l'athlète sportif, nous allons établir notre programme de démarche intérieure et de discipline en fonction de nos aptitudes, car nous sommes les seuls capables de définir nos capacités et nos limites. L'important est de progresser lentement et en douceur afin de ne pas perdre ce que nous allons acquérir par nos efforts.

Dans le domaine spirituel, comme dans d'autres domaines, les transformations rapides ne sont pas souhaitables, car non durables. Il ne sert à rien de vouloir tout changer dans la même année. Le désir et les sens sont puissants et les rechutes sont fréquentes si nous faisons relâche dans notre discipline.

Dans notre discipline ou pratique spirituelle, il existe un élément qui est essentiel et commun à tous, c'est l'amour. Il est la base de toute discipline spirituelle. Sans amour, notre pratique spirituelle est sans valeur. Si le « cœur » et la foi totale n'y sont pas, elle devient une routine monotone. Notre attitude doit être pure et nous devons posséder un bon enthousiasme. Le doute et l'inquiétude sont à bannir, car ils nous empêchent d'atteindre le but quelle que soit la discipline choisie.

Pour décrire la discipline ou pratique spirituelle, on utilise le mot sanskrit « Sadhana », le sanskrit étant une langue sacrée de l'Inde. Ce mot veut dire textuellement : « transformer en bien ce qui est mauvais, convertir la peine en joie. » L'être humain se transforme avec le support de la discipline spirituelle. Par une pratique constante, un effort soutenu, nous pouvons nous éléver de notre

condition actuelle de limitation. La discipline spirituelle nous fait passer du superficiel au profond, puis au sublime.

Les gens hésitent à s'engager dans une démarche spirituelle qui pourrait les changer. Ils ont peur de perdre la joie et les plaisirs de la vie. Ils ont peur également de faire un mauvais choix, et perdre ainsi leurs biens matériels, leur prestige et même leur réputation. Certains disent qu'ils ont le temps et qu'ils s'engageront plus tard. Baba à sujet dit ceci :

*« Nombreux sont ceux qui remettent à plus tard les exercices et les pratiques spirituelles. Ils pensent qu'ils auront le temps de s'y mettre quand ils seront vieux, mais c'est une grave erreur. Vous devez entraîner votre mental et vos sens dès votre plus jeune âge, à ne pas vous laisser influencer par le mal. »*

Dieu est Unité. ch. IV

La spiritualité est une démarche personnelle, elle n'est attachée à aucune religion ou quelque mouvement que se soit. Elle est un travail intérieur, une connaissance de soi, un effort qui vise à transformer ce que nous n'aimons pas en nous en quelque chose de meilleur. La connaissance de soi n'est pas différente de la connaissance de Dieu. Elle est la recherche du Divin en soi. Et cette connaissance, en plus de nous transformer, nous fait passer de la mort à l'immortalité.

Quelques-uns se demandent si un « guide spirituel » est nécessaire dans une démarche intérieure. Si nous prenons l'exemple de l'athlète sportif qui désire atteindre une grande performance, il choisira de préférence un entraîneur qualifié et compétent en qui il a une entière confiance. Il se remettra entre les mains d'un expert dans la discipline choisie, et non entre les mains d'un débutant ou du premier venu inexpérimenté.

En ce qui concerne la performance, un guide spirituel est quelquefois nécessaire au départ, car nous avons besoin d'être orientés dans notre discipline, mais vient un temps où le seul guide dont nous ayons besoin est Dieu.

### **Dieu seul est le vrai gourou**

Aussi loin que nous nous rapportions dans l'histoire, nous constatons qu'il y a toujours eu des instructeurs spirituels qui se sont manifestés sur terre afin de guider les peuples vers une condition meilleure. Ces instructeurs ont porté le nom de messagers, maîtres, instructeurs ou gourous selon l'endroit où ils ont habité. Le nom « guru », qui est tiré du sanskrit, veut dire : « celui qui dissipe les ténèbres de l'ignorance. »

Un gourou (ou maître) est censé apporter la lumière de la vérité à ceux qui la cherchent et guider le disciple sur la voie de la réalisation. Un vrai gourou doit être l'incarnation de la Béatitude suprême, il doit posséder également le Bonheur suprême, c'est-à-dire un bonheur au-delà de tous les bonheurs du monde. Sa troisième caractéristique, selon Baba, est le pouvoir de transcender le temps et l'espace.

Le vrai Gourou est Dieu. Il est l'incarnation même de la sagesse. Il est la forme de la Vérité et de l'Infini. Il est l'incarnation du Principe divin. Il est Un sans second. Il est celui qui est toujours présent, à la naissance, durant la vie et après la mort. Il est celui qui ne change jamais, quelles que soient les circonstances. Il est sans la moindre trace d'impureté. Il est immaculé et sacré. Il est

l'éternel témoin omniprésent de tout ce qui existe. Le vrai Gourou est le Créateur. Le Créateur est Lui-même la création et Celui qui existe dans la création.

Avant de prendre Dieu comme gourou, dans sa pratique spirituelle, il est parfois nécessaire d'avoir un maître physique. Il est là pour nous guider sur le sentier, nous supporter, nous donner une sorte d'encouragement et nous conseiller dans les moments difficiles. Selon Baba, le maître doit lui-même mettre en pratique l'enseignement qu'il nous donne. Il doit avoir atteint l'état de réalisation ou être sur le point de l'atteindre ou du moins être arrivé où il veut nous amener. Mais ce qui est le plus important de tout, c'est qu'il doit être sans prétention ni vanité, ni haine, ni colère, ni avidité. Ce guide doit être capable de nous conduire à l'autodiscipline afin que nous ne dépendions ni de lui ni lui de nous.

Selon Baba, de nos jours, trouver un véritable gourou ou maître spirituel n'est pas chose facile. Nous devons avoir beaucoup de discernement afin de nous assurer qu'il est un maître réalisé, qu'il n'est lié ni au monde objectif ni à personne. Nous devons nous assurer également que ce maître est en mesure de nous indiquer le chemin qui conduit à la destruction de l'illusion, qu'il n'est pas à la recherche de richesses ni d'ambitions, qu'il considère tous les êtres avec amour et qu'il propage autour de lui paix, vérité, joie et harmonie, et enfin, que ce maître n'entretient aucune rancune contre ses détracteurs.

Dans sa sagesse, le maître doit être compassion pour tous les êtres de la terre. Rempli d'humilité, il mène une vie simple, saine, dans le détachement. Le maître doit être avant tout l'exemple vivant de ce qu'il enseigne, et enfin il doit être le serviteur de tous.

### **Les faux maîtres**

Sathya Sai Baba nous met en garde contre les gourous de toutes sortes et les soi-disant « maîtres spirituels ». À ce sujet, Il s'exprime ainsi :

*« De nos jours, les soi-disant gourous soufflent un mantra à l'oreille et tendent leur main pour de l'argent. Ils sont pleins d'attributs de toutes sortes. Les disciples semblent être meilleurs que les précepteurs. Les disciples font des sacrifices, les précepteurs accumulent les possessions. Comment voulez-vous qu'une personne pleine d'illusions puisse vous débarrasser de vos propres illusions? Dans cette situation, il est difficile de dire qui sont les gourous et qui sont les disciples. »*

Sanathana Sarathi. Gourou Pournima, 1990

Sathya Sai Baba, dans le livre *Dieu et son disciple*, nous donne un complément de ce qui précède en ces mots :

*« Il y a des milliers de personnes qui n'ont de «gourou» que le nom. Tous ceux qui portent la robe ocre, qui fument le bachisch, qui font de beaux discours, et écrivent des livres sont des gourous! Les gourous ont tellement peur que leurs disciples s'en aillent qu'ils satisfont tous leurs caprices! Ils ne sont que des perroquets qui répètent par cœur ce qu'ils ont appris la veille. Ils sont imprégnés de colère, d'envie, d'orgueil et de luxure. »*

Dieu et son disciple. ch. X et XI

Selon Baba encore, les gourous d'aujourd'hui, en Inde ou ailleurs, n'imposent plus de vraies disciplines spirituelles et respectent tous les désirs de leurs disciples. Ils veillent au confort matériel de leurs protégés et s'assurent qu'ils ne manqueront de rien. Ils n'ont qu'une chose en vue : l'argent et la vanité qu'ils cachent sous le couvert de la spiritualité.

En Occident, depuis quelques décennies, nous pouvons observer qu'il est devenu une mode pour plusieurs soi-disant « maîtres » ou « instructeurs » de prendre un nom à l'orientale puisé dans le sanskrit. Sous le couvert d'ateliers ou de cours, réservés à des « élus », comme ils veulent bien le laisser entendre, ces « maîtres » diffusent ce qu'ils ont appris dans les livres ou lors d'un court séjour quelque part dans un centre spirituel.

Ceci n'est pas mal en soi si le but est de travailler avec la Lumière et dans le sens du bien des membres. Nous trouvons déplorable que plusieurs d'entre eux se servent de leur nom d'emprunt pour se donner du prestige et prendre un pouvoir absolu sur leurs élèves. Leur ego étant ainsi gonflé, ils se permettent de demander des montants exorbitants pour la transmission de leurs connaissances qui, comme nous le savons, est empruntée d'ailleurs.

Ceux qui débutent sur le sentier ont tendance parfois à agir de façon naïve. Ils se lancent sur le premier beau parleur qu'ils rencontrent sur leur passage. Sans hésitation, ils se remettent entre ses mains, avec une confiance aveugle. Par une manipulation habile, une grande érudition, des facultés psychiques éveillées, en particulier dans la médiumnité et la voyance, et quelquefois par des promesses trompeuses, celui-ci manipule comme il veut le néophyte sans expérience.

Le tort ainsi causé est parfois difficilement réparable lorsque l'élève se réveille à la vraie spiritualité et qu'il découvre l'imposture. Sa méfiance le fait redoubler de prudence. Mais la sagesse ainsi acquise de son expérience passée fera de lui un aspirant sérieux sur la nouvelle voie spirituelle qu'il aura choisie.

### **Le maître authentique**

Selon Baba, il existe de véritables maîtres, enseignants ou sages, mais ils sont peu nombreux et difficiles à reconnaître. Depuis que les fraudeurs se sont multipliés, les authentiques gourous se sont retirés dans la solitude, afin de se réaliser sans être troublés par le monde profane.

Dans beaucoup de cas, c'est le maître qui va se révéler à l'aspirant d'une façon métaphysique, par le rêve en particulier ou autre manifestation. Il ne demandera jamais d'argent ou autre compensation pour son précieux enseignement. La seule chose qu'il acceptera en échange de ce qu'il donne, c'est l'amour.

Sathya Sai Baba ne se considère pas comme un simple gourou ou un maître spirituel, mais comme un Avatar qui est venu pour transformer le monde. Il ne refuse jamais une personne qui est prête à faire un travail sérieux sur elle-même. Il ne fait aucune discrimination, soit de race, de couleur ou de religion. Baba est sur terre en tant qu'incarnation de l'Amour divin, il est au-delà de tout attribut humain et n'attend rien de l'endroit où il est. Son but n'est pas de prendre, mais uniquement de donner. Baba ne prend aucun disciple près de lui. Son enseignement est universel, gratuit et accessible à tous. Il ne désire aucun attachement à sa forme et repousse même ceux qui tombent dans cette dépendance. Tout aspirant spirituel sérieux peut se considérer comme son fidèle.

### **Le fidèle**

Nous pouvons considérer le fidèle comme étant une personne qui s'est engagée librement dans une démarche spirituelle de son choix. Le fidèle est loyal et sincère envers la forme de dévotion qu'il a choisie et envers son maître spirituel, s'il en a un.

Nous allons laisser la place à Sathya Sai Baba afin qu'il nous explique ce qu'est un vrai fidèle et les qualités qu'il doit posséder. Dans le discours du Nouvel An de 1993, Baba nous décrit le fidèle comme suit :

*« Le véritable fidèle doit posséder six qualités : il doit être libre de tout désir, posséder une pureté intérieure, être déterminé et résolu à accomplir toute tâche sacrée, être détaché et libre de tout égoïsme, également être libre de toute peine ou angoisse mentale et enfin renoncer à être l'auteur de ses actions. »*

*« À quoi bon s'imprégner d'une prétendue piété si l'on ne cultive pas ces qualités et si l'on ne nourrit pas d'aussi purs sentiments? Ce n'est alors qu'une hallucination qui ne peut le conduire à faire l'expérience du Divin. »*

*« Seul le fidèle qui pratique ce qu'il a appris est un véritable fidèle. Cela exige une pureté de pensée, de parole et d'action. Sans cette triple pureté, l'homme cesse d'être humain. »*

Que devons-nous faire ou éviter de faire dans le quotidien pour avoir le privilège de porter le titre de fidèle des enseignements de Sathya Sai Baba? Baba, en complémentarité à ce qu'il a déjà déclaré à ce sujet, nous a donné des règles et des principes à suivre afin que nous devenions ses véritables fidèles. Les voici :

- Prier et méditer chaque jour.
- Chanter une fois par semaine en famille ou en groupe.
- Participer aux programmes éducatifs pour les enfants.
- S'impliquer dans une action sociale de service altruiste.
- Mettre les enseignements de Sai en pratique dans sa vie.
- Pratiquer la limitation des désirs, éviter le gaspillage.
- Parler avec douceur et affection autour de soi.
- Toujours aider, ne jamais blesser personne.
- Éviter de médire à propos des autres.
- Partager l'amour autour de soi en tout temps.
- Chercher l'unité en toute chose.
- Considérer tous les êtres comme des enfants de Dieu.
- œuvrer à la fraternité des hommes.

Sathya Sai Baba a souvent mentionné qu'il avait beaucoup de fidèles à temps partiel, mais qui veulent néanmoins une protection à temps complet. Ce sont des fidèles qui, lorsqu'ils sont en présence de Baba, sont les êtres le plus dévoués et serviables envers les autres et mettent en pratique ses enseignements. Mais aussitôt qu'ils s'éloignent de ce contact privilégié, ils ne sont plus les mêmes et retournent à leurs vieilles habitudes égoïstes et aux plaisirs des sens.

Être un fidèle de Sai demande une implication à temps plein sans attendre de récompense ou de faveur en retour. Nous ne devons même pas attendre la Réalisation du Soi, qui est pourtant le point final de notre incarnation sur terre.

### **L'aspirant**

Nous devons prendre en considération l'ensemble de ceux qui sont sur le sentier en tant qu'aspirants à la spiritualité. Ce thème est utilisé par Swami pour désigner l'ensemble des chercheurs spirituels, y compris les fidèles sincères. Selon Baba, il existe quatre types d'aspirants bien différents selon leur intensité de dévotion.

L'aspirant le plus élevé est celui qui est dans la Connaissance transcendante, la Connaissance du Divin, le Principe absolu de l'Unité. Nous pouvons dire de cette personne qu'elle est un véritable fidèle de Dieu ou un disciple de Dieu. Nous entendons ici par disciple celui ou celle qui s'abandonne totalement à Dieu.

Le suivant est celui qui cherche la réalisation du Soi et la Présence du Seigneur. C'est le chercheur sincère qui s'interroge sur Dieu et la façon de découvrir Dieu dans son cœur. Il fait une introspection profonde sur lui-même et se demande: « Qui suis-je? », « Qui est Dieu », « D'où je viens? » etc. Il est à la recherche des clés de la connaissance spirituelle afin de ne plus être lié aux conséquences de la loi de cause à effet. Il travaille avec ardeur à l'élimination de ses désirs et à l'abandon des illusions de ce monde. Il a une confiance totale dans le jugement de son maître et accepte ses directives.

L'autre est celui qui est encore à la recherche de l'argent, d'une position sociale et du pouvoir. Son but est d'accumuler des richesses matérielles et il prie le Seigneur dans ce sens. Il est encore sous le contrôle des désirs et n'est pas prêt à se défaire de son égoïsme, de sa vanité et de son orgueil. Il remplit ses devoirs religieux comme il remplit ses contrats d'affaires. Il cherche à soutirer le maximum de ses prières et de sa dévotion. Sa présence à l'église démontre qu'il est pratiquant, sans plus.

Le dernier est celui qui considère toutes les épreuves comme injustes. Il demande de l'aide au Seigneur et à Dieu uniquement lorsque les choses vont mal dans sa vie. Il demande une guérison rapide lorsqu'il est malade, une consolation lorsqu'il a du chagrin et le règlement de ses problèmes lorsqu'il est inquiet. Il ne pratique aucune autre forme de dévotion et, lorsqu'il a obtenu ce qu'il désire, il oublie de remercier et considère cette faveur comme un dû.

Baba mentionne que le Seigneur accorde à chacun ce qu'il désire; si notre aspiration est peu élevée, nous ne pourrons pas recevoir la grâce la plus noble. Il nous donne exactement ce que nous avons demandé et surtout ce que nous méritons selon la condition de notre plan de vie et de notre karma.

Aspirant spirituel, fidèle ou disciple ne sont que des mots pour décrire un état d'avancement ou d'engagement sur le sentier de la spiritualité. Vu de l'extérieur, l'engagement spirituel peut être trompeur. Le véritable fidèle est celui qui vit sa dévotion à l'intérieur. Il parle peu et évite surtout d'étaler devant qui veut bien l'entendre son « degré » d'évolution spirituelle.

Nous devons toujours nous méfier de ceux et celles qui prétendent être « rendus » à leur dernière incarnation. Le fait d'exprimer ouvertement leur « très haut » niveau spirituel démontre que l'ego

n'est pas maîtrisé. Ramenées à leur véritable niveau de néophytes par des situations qu'elles ne peuvent accepter, ces personnes se fâchent et critiquent ouvertement autour d'elles. Leurs comportements démontrent encore une fois que le travail sur elles-mêmes n'est pas terminé.

*« Les grands hommes sont ceux qui ne dénigrent pas les autres, qui recherchent la Réalité avec une intention pure. Ceuix qui ne savent pas discerner, qui se gonflent d'autorité, ainsi que ceux qui n'ont aucune connaissance du Soi (âme), ne peuvent pas comprendre la spiritualité. »*

Sathya Sai Baba. Sandeha Nivarini

Le travail spirituel sérieux nous demande un engagement sincère envers l'enseignement de notre choix. Il nous demande également de nous libérer des plaisirs des sens avant de commencer sérieusement un cheminement spirituel.

*« On ne peut pas dire que l'on a amorcé une vie spirituelle tant que notre existence est encore dominée par le plaisir des sens. »*

Sathya Sai Baba

Sur le chemin spirituel, nous devons avant tout choisir un seul maître, une seule voie ou une seule discipline et ne pas nous éparpiller à gauche et à droite. Baba demande de creuser un seul trou dans notre jardin.

### **Un trou dans mon jardin**

En novembre 1992, en l'espace de quelques semaines, le même message m'est parvenu plusieurs fois par des voies différentes, soit au cours de méditations ou lors de lectures des écrits de Baba. Le message disait ceci : « Au lieu de creuser dix trous de peu de profondeur dans ton jardin, il est préférable de creuser un seul trou, plus profond, afin d'y trouver la source qui étanchera ta soif. »

Ce message rejoignait les paroles de Baba que j'avais déjà lues dans ses enseignements :

*« Vous avez un seul cœur et dans ce cœur il n'y a de la place que pour un seul maître. »*

Ce message était clair. Il m'indiquait que j'étais à une croisée des chemins et que je devais choisir la voie qui me serait la plus profitable. Ces paroles revenaient à dire que dans mon cœur il n'y avait de la place que pour un enseignement à la fois, un maître à la fois, une organisation à la fois, un projet à la fois, etc.

Durant les années qui ont précédé ce message, j'étais très actif dans plusieurs domaines déjà mentionnés au préalable. À l'époque où le choix décisif de ma vie s'est fait, je fréquentais pas moins de cinq mouvements spirituels de front. Ma recherche de connaissances intellectuelles et de développement psychique était grande. Je me lançais sur tout ce qui pouvait satisfaire mon mental ou m'apporter un peu de prestige face à mon entourage.

J'étais comme bien d'autres, en plus de mes engagements spirituels, je fréquentais les ateliers et les mouvements dits du « Nouvel âge ». Je cherchais l'ouverture des « chakras » (centres d'énergie), les

pouvoirs de guérison, la vision de l'aura, la connaissance des vies antérieures, la communication avec les guides spirituels et le monde céleste. J'aimais fréquenter les médiums, les voyants, les astrologues et tous ceux qui prétendaient connaître mon avenir mieux que moi. Mon ego était très bien nourri. Sans le savoir à l'époque, j'étais engagé dans un monde d'illusion qui influençait toute ma vie.

La lecture d'un exposé de Sathya Sai Baba, qui avait été fait le jour de son anniversaire, soit le 23 novembre 1968, me fit grandement réfléchir. Ce texte parlait de celui qui était à la recherche des pouvoirs psychiques, il disait ceci :

*« Ces pouvoirs représentent un danger, car ils risquent d'entraîner l'aspirant loin du chemin spirituel et de retarder sa réalisation. Il doit donc rester froid devant de telles manifestations, savoir que cela ne représente qu'une étape et que ce n'est pas le but final. D'autre part, il risque de succomber à la tentation de faire étalage de ces pouvoirs, augmentant ainsi son orgueil. »*

Je ne pouvais plus continuer sur plusieurs plans à la fois, car la confusion remplaçait graduellement ma tranquillité d'esprit. Toutes ces recherches de pouvoirs psychiques et de bagage intellectuel ne m'avaient pas apporté la paix. Je cherchais encore à l'extérieur dans le sensationnel et évitais d'entrer en contact avec mon âme, l'essence de tout mon être.

Je n'ai pas eu réellement à choisir avec mon mental une voie spirituelle, le choix s'est fait de lui-même. J'ai simplement lâché prise face à tout ce monde de distraction autour de moi et fait confiance au Divin à l'intérieur. En peu de temps, une seule organisation est restée présente à mon esprit : l'Organisation Sathya Sai. Tous les autres mouvements où je m'étais éparpillé et où j'étais encore membre furent délaissés.

Pourtant, l'Organisation Sathya Sai ne fait aucune publicité. Elle s'interdit tout prosélytisme ou recrutement de quelque nature que se soit. Je fus attiré à elle par sa grande tolérance envers toutes les croyances et son enseignement basé sur l'amour, le service et la dévotion à Dieu, trois choses qui ne peuvent être vendues. Mais la raison profonde pour laquelle je fus attiré par cette organisation est l'amour de Baba. Un amour puissant qui emplissait mon cœur de joie et de compassion.

*« Permettez à toutes les croyances différentes de subsister. Laissez-les s'épanouir afin que la gloire du Seigneur puisse être chantée dans toutes les langues et sur tous les accords... Voilà l'idéal. Respectez les différentes religions et admettez leur validité, à partir du moment où elles n'éteignent pas la flamme de l'unité. »*

Sathya Sai Baba

Je voulais servir Baba et je voulais être reconnu membre de cette organisation. Mais contrairement à tout ce que j'avais connu ailleurs, je ne pouvais m'inscrire nulle part. Il n'y avait pas de carte de membre, ni frais d'adhésion. Je ne pouvais non plus m'inscrire à des cours pour recevoir l'enseignement, là non plus il n'y avait rien. Mais comment faire pour devenir membre de l'organisation Sathya Sai? C'était simple et difficile en même temps. Pour être reconnu « membre » de cette organisation, je devais prier et méditer chaque jour, mettre les enseignements de Baba en pratique, servir mon prochain, partager l'amour autour de moi, etc. En fait, accepter et pratiquer tout ce qui est mentionné au sujet du véritable fidèle, car devenir « membre », c'est être un fidèle des enseignements de Sai.

Jour après jour, je continue de « creuser » le même trou dans mon jardin. Je descends plus profondément à l'intérieur de moi afin de trouver la Source du Divin qui étanchera ma soif pour les siècles à venir. Afin de m'aider dans les moments difficiles où le travail me semble plus ardu, je fixe mon mental sur Baba et je me laisse inspirer par ses maximes qui sont elles-mêmes de source Divine.

### **Les maximes**

Les maximes de Sathya Sai Baba sont une source d'inspiration. Elles aident le fidèle et l'aspirant dans sa discipline spirituelle. Elles résument l'enseignement de Baba en peu de mots.

1. « L'amour devra être considéré comme le souffle même de la vie.
2. Le Soi Suprême se manifeste en chacun de nous sous forme d'amour.
3. Plus que toute autre forme d'amour, le premier effort de l'homme devrait être de fixer son amour sur le Seigneur.
4. Un tel amour dirigé vers Dieu est dévotion; il est le test fondamental.
5. Ceux qui cherchent la bénédiction du Soi ne devraient pas courir après les plaisirs des sens.
6. La vérité doit être traitée comme un don de vie, comme la respiration même.
7. Croyez qu'il n'y a rien de plus grand que la vérité, rien de plus précieux, de plus doux et de plus durable.
8. La vérité est le Dieu protecteur. Il n'y a pas gardien plus puissant.
9. Le Seigneur est l'incarnation de la vérité, il accorde sa vision à ceux qui parlent vrai et ont un cœur aimant.
10. Manifestez une bonté intarissable envers tous les êtres.
11. Vous devez posséder le contrôle de vos sens et le détachement.
12. Restez toujours alerte contre quatre péchés que la langue est prompte à commettre: mentir, parler des autres, être médisant et parler trop.
13. Essayez d'éviter les cinq péchés que le corps peut commettre: le meurtre, l'adultère, le vol, les consommations intoxicantes et les viandes.
14. Chacun doit rester très attentif aux huit fautes commises par l'esprit: le désir sensuel, la colère, l'avidité, la haine, l'attachement, l'impatience, l'égoïsme et l'orgueil.
15. Renoncez à la tendance néfaste d'être envieux de la prospérité des autres et au désir de faire du tort. Réjouissez-vous de leur bonheur. Accordez votre sympathie à ceux qui sont dans l'adversité.
16. La patience est toute la force dont l'homme a besoin.

17. Ceux qui souhaitent vivre dans la joie, doivent faire le bien.
18. Vous ne devez jamais répondre aux paroles de personnes mal intentionnées.
19. Recherchez la compagnie des hommes bons, même si pour cela, vous devez sacrifier votre bonheur et votre vie. Mais priez Dieu de vous accorder le discernement pour distinguer entre les bons et les autres.
20. Quelles que soient les actions bonnes ou mauvaises d'un homme, les résultats le poursuivront éternellement.
21. L'avidité ne produit que de l'affliction (peine morale). Mieux vaut vivre dans le contentement. Il n'y a pas plus grand bonheur.
22. La tendance à la médisance doit être déracinée et rejetée.
23. Évitez de faire à autrui ce que vous n'aimeriez pas que l'on vous fasse.
24. Repentez-vous sincèrement des fautes commises par ignorance.
25. Le service aux autres est un don de soi à Dieu.
26. La méditation et la répétition du nom du Seigneur nous conduisent au détachement des sens et apportent en nous, l'amour. »

À ces maximes, nous pourrions en ajouter beaucoup d'autres, car tout l'enseignement de Sai Baba pourrait être exprimé en maximes, en courtes phrases, en petites pensées et en proverbes. Baba nous dit bien qu'il n'est pas nécessaire de lire plusieurs livres pour trouver la réalisation. Une seule phrase mise en pratique avec détermination, foi et conviction pourrait suffire.

Mais pour nous qui débutons sur la voie spirituelle, une phrase ne suffit pas, nous avons besoin de choisir une discipline particulière comme support, tout comme l'athlète a besoin de choisir une discipline sportive s'il veut se qualifier aux jeux olympiques. Le choix de notre discipline se présentera alors sous la forme de dévotion.

## **Chapitre 4**

### **LA DÉVOTION**

La dévotion est un état intérieur, elle est la grâce qui nous unit à Dieu, elle est l'amour désintéressé et constant pour Dieu, enfin nous pourrions décrire la dévotion comme un amour imprégné de foi, d'humilité et de gratitude que nous mettons en pratique chaque jour de notre vie à travers nos pensées et nos actions.

La dévotion se réfère à l'amour le plus élevé et le plus pur que nous puissions avoir pour le Seigneur : un amour total et sans limites. Un amour qui nous conduit au-delà de l'attachement des choses de ce monde et qui unit notre Soi à l'âme Universelle.

Pour arriver à cette dévotion, il faut faire un travail sur soi. Nous devons procéder graduellement à l'enlèvement des mauvaises tendances de notre être, purifier notre ego et travailler sur le détachement afin de nous rapprocher de notre être intérieur.

La dévotion précède presque toujours la transformation intérieure. La dévotion demande de notre part de la discipline, de la fermeté, du courage et de la persévérance. Ces qualités, que nous pouvons

qualifier de disciplines spirituelles, sont nécessaires afin que nous ne soyons pas détournés de notre but véritable : la réalisation du Soi.

Selon Baba, la dévotion est essentielle à l'homme qui désire réaliser l'état de Conscience Divine. Par ses efforts, l'homme doit parvenir à cet état particulier et percevoir la présence du Divin en chaque être et en chaque chose.

Nous devons bien comprendre que la dévotion est quelque chose d'individuel. Elle doit être expérimentée seule et ne peut être transmise à une autre personne. Ceci n'exclut pas la démarche en groupe et le lien d'affinité avec d'autres individus sur le sentier. Dans la dévotion, il ne nous est pas demandé de nous isoler du monde et d'être loin de la civilisation ou de toutes tentations, bien que certains le fassent. La dévotion s'accomplit dans le monde avec discrétion et elle n'a pas besoin d'être visible de l'extérieur. La vraie dévotion se fait de l'intérieur, par la voie du cœur et non autrement.

L'aspirant qui fait étalage de sa dévotion est loin d'être un véritable fidèle; par son attitude, il démontre qu'il est encore fortement influencé par l'ego et les sens. L'humilité est une qualité essentielle sur le sentier de la voie spirituelle, toute vantardise n'est qu'un signe de vanité et démontre notre éloignement de Dieu.

*« Avant la Connaissance, vient la dévotion, avant la dévotion, vient l'affection envers Dieu.*

*L'affection est la fleur.*

*La dévotion est le fruit.*

*La Connaissance est le fruit mûr.*

*Le détachement est le fruit sucré de l'étape finale.»*

Sathya Sai Baba

### **Les trois voies de la dévotion**

Sai Baba a mentionné dans un discours, le 12 septembre 1989, qu'il existait trois voies de dévotion:

*« La dévotion ordinaire*

*Présente sous neuf formes différentes, elle est celle la plus populaire et la plus accessible.*

*La dévotion dans la solitude*

*Le dévot individualise le Divin. Il l'adore sous une forme particulière et reconnaît qu'il est immanent en toute chose.*

*La dévotion exclusive*

*Il s'agit d'une dévotion basée sur un seul point : Dieu. Voir Dieu dans le tout et en toute chose. Pour le fidèle, rien n'existe en dehors du Divin. »*

Sanathana Sarathi. Prema 18.

La dévotion dans la solitude et la dévotion exclusive sont les voies de dévotion choisies par les ascètes et certains fidèles très avancés sur le sentier de la réalisation. L'aspirant spirituel adoptera de

préférence la voie de dévotion ordinaire, car cette voie lui offre un choix de neuf formes de disciplines différentes qui peuvent être adaptées à n'importe quelle condition de vie.

Ces neuf formes comprennent les sujets suivants :

- L'étude
- La prière
- La visualisation
- La méditation
- Le rituel
- La forme et le sans-forme
- La maîtrise du mental
- L'amour divin (service aux autres)
- Le renoncement

Le choix de notre dévotion ne dépend pas toujours de nous, mais bien de la volonté divine qui gouverne nos sentiments et qui les modifie. Nous devons apprendre à suivre la voie de notre conscience et faire confiance au Soi. Celui-ci saura nous indiquer la dévotion qui nous conviendra le mieux dans le ici et maintenant.

Nous pouvons débuter par n'importe quelle forme de dévotion, mais en principe il existe un ordre logique dans les neuf formes de dévotions ordinaires dont Baba nous parle. Normalement, l'aspirant qui entreprend une démarche spirituelle commence par l'étude de la spiritualité, puis avec les années, l'aspirant choisit une forme de dévotion qui peut être la prière, la visualisation, la méditation ou encore le service. Jamais il n'est demandé à l'aspirant de tenter de pratiquer en même temps toutes ces formes de dévotion, mais plutôt de les expérimenter à tour de rôle, si possible, afin de découvrir sa relation avec chacune d'elle et de s'arrêter sur la ou les formes de dévotion qui lui conviennent le mieux.

Nous allons regarder ensemble chacune de ces formes de dévotions.

- **L'étude**

L'aspirant, qui entreprend une démarche personnelle sur le sentier de la spiritualité, cherchera en premier des réponses à ses questionnements; il voudra comprendre le sens de la vie et la raison de toute chose.

Les lectures et l'étude de la spiritualité nous conduisent à une profonde réflexion sur nous-mêmes et nous font découvrir la véritable nature de l'être humain. Une recherche plus poussée nous amène à étudier les textes sacrés de grandes religions du monde afin que leur unité se révèle à nous. Les religions sont toutes des parties d'un même tout. Il existe un seul Dieu et Il est omniprésent, comme Baba le dit souvent.

L'étude des textes sacrés ne doit pas être une quête intellectuelle. Elle doit être la base qui nous propulsera vers d'autres formes de dévotion comme la méditation et la prière.

- **La prière**

La prière est un mouvement de l'âme vers Dieu. Elle est un élan du cœur afin de rendre grâce au Seigneur. Bien que la prière soit un moyen de nous unir à Dieu, elle est utilisée la plupart du temps pour demander des faveurs, des grâces ou encore pour tenter de combler nos multiples désirs.

Nous pouvons observer qu'il existe autant de sortes de prières ou de façons de prier qu'il existe d'individus sur terre. Les prières sont faites en toutes les langues et sont dédiées à toutes les divinités connues. En utilisant la prière, tous s'adressent à un Être supérieur pour les raisons déjà énumérées et pour une foule de raisons personnelles connues d'eux seuls.

La prière adressée à une divinité ou à Dieu nous fait reconnaître l'existence d'un monde supérieur ou divin. Par la prière, nous voulons entrer en contact avec Dieu. Notre âme cherche le retour à la Source et l'union avec cette dernière.

L'intensité de la prière dépend toujours de l'aspiration de celui qui prie. À cet effet, selon Baba, la prière peut être classée dans quatre catégories qui sont en relation avec les quatre degrés de l'aspirant spirituel. À savoir :

- Celui qui remercie Dieu et Lui rend hommage.
- Celui qui cherche l'union avec Dieu.
- Celui qui demande des faveurs et des biens matériels.
- Celui qui demande égoïstement sans jamais remercier.

Dans ce dernier exemple, il s'agit de celui qui demande uniquement lorsque les choses vont mal dans sa vie. Il demande pour que ses souffrances et ses problèmes soient vite réglés afin de lui permettre de continuer à vivre librement comme il le faisait antérieurement. Il n'a aucune reconnaissance envers Dieu et considère que tout lui est dû.

Les prières ne sont pas toujours exaucées, et ce pour une multitude de raisons hors de notre connaissance objective. Nous ne savons pas les leçons que nous avons à apprendre sur ce plan terrestre. Une réponse trop rapide à la prière pourrait retarder notre évolution ou celle de ceux qui nous entourent. Seul le Divin connaît le temps propice pour une réponse favorable à nos demandes.

La prière, quelle soit faite dans un but de remerciement ou de demande, doit venir du fond du cœur et doit être un élan de dévotion sincère envers la divinité de notre choix. La prière doit être le plus intense possible. Nous pourrions comparer cette intensité facilement à l'aide d'un exemple. Imaginez une personne qui est sur le point de se noyer. Cette personne déploie toute l'énergie de son corps afin de trouver un peu d'air à la surface de l'eau afin de ne pas sombrer. Selon Baba, si la prière est aussi puissante que la recherche de l'air vital ou encore si notre intensité de dévotion est aussi puissante que notre besoin de vivre, notre prière sera exaucée.

Comment prier? Nous pouvons prier en prononçant diverses formules préparées à cet effet, mais ces formules resteront toujours une aide extérieure à la dévotion. Pour être efficaces, ces formules doivent être intégrées dans notre cœur et pas seulement prononcées avec les lèvres. Selon Baba, il existe au moins trois façons principales de prier : la première étant la répétition du Nom de Dieu, la seconde, le chant dévotionnel et la troisième, la prononciation des sons mantriques.

## Le Nom de Dieu

Dans notre ère actuelle du Kali ou l'âge noir, selon Baba, la façon la plus propice à la libération est la prononciation du Nom de Dieu.

*« La répétition du nom de Dieu, n'importe lequel parmi les milliers de noms que l'esprit humain a inventés pour identifier Dieu, est le meilleur moyen de corriger et de purifier le mental... »*

*« La répétition du nom est le meilleur moyen. Mais vous ne croyez pas vraiment que cela puisse vous guérir ou vous sauver : là est la tragédie. Les gens ne croient qu'en l'efficacité des remèdes coûteux, bien emballés, très connus; les remèdes simples, facilement accessibles que chacun possède sont ignorés, considérés comme sans effet. »*

S. S. Speaks 2 et 6.

Dans la répétition du nom de Dieu, il est recommandé d'utiliser un nom qui soit en résonance avec notre être intérieur et en qui nous avons foi. Ces noms sont en nombre illimité selon les croyances de chacun, pour certains ce peut être la prononciation du nom de Rama, de Krishna, de Bouddha, de Baba. Pour d'autres, ce peut être Yahvé, Isra-El, Élie, Jéhovah, Allah, Jésus, Christ, Christos, Dieu, Père, Seigneur ou autre.

Jésus n'a-t-il pas dit en son temps :

« Quiconque invoquera le nom du Seigneur sera sauvé. »

Romain 10-13

Nous n'avons pas toujours saisi le sens des paroles de Jésus comme il nous est parfois difficile de saisir le sens des paroles de Sathya Sai Baba. Pourtant, les deux nous livrent le même message et nous parlent du pouvoir et de la force qui sont enfermés dans les noms qui représentent Dieu sur terre.

Le nom de Dieu peut être prononcé en tout temps et en tout lieu. Nous pouvons fredonner dans notre tête le nom de notre divinité préférée soit en conduisant la voiture, soit en travaillant, soit en relaxant. Cette discipline spirituelle est une des plus efficaces et des plus simples à pratiquer. La répétition constante du nom de Dieu a déjà sauvé de nombreuses personnes d'une mort certaine. Ces personnes, alors qu'elles étaient sur le point d'avoir un accident, ont prononcé le nom de leur divinité préférée et ont été épargnées.

## Le chant

Une autre forme de prière qui est utilisée dans presque toutes les religions traditionnelles du monde est le chant dévotionnel. Le but du chant est le même que celui de la prononciation du nom de Dieu, il élève notre conscience et nous rapproche du Divin.

Selon Baba, le chant dévotionnel est un des processus qui permet de former l'esprit aux valeurs éternelles. Il permet à l'esprit de jouir de la gloire et de la majesté de Dieu et encourage l'homme à entrer à l'intérieur de lui-même afin qu'il découvre son Soi véritable.

Le chant dévotionnel, pratiqué régulièrement, devient une source de joie et d'inspiration qui transforme notre vie. Personne n'est insensible au chant, il est la clé qui peut ouvrir notre cœur et nous apporter la joie que notre âme réclame. Le chant émet une vibration particulière et ces vibrations sont chères au Seigneur. C'est pour cette raison que le chant dévotionnel est très utilisé dans l'environnement de Sathya Sai Baba.

### **Les sons mantriques**

Le « mantra » est un ensemble de sons, composé de phonèmes qui sont en étroite association avec le souffle. Ces sons nous permettent d'activer certains centres psychiques de l'être et nous unissent à Dieu. Le « mantra » est toujours en accord avec l'énergie Cosmique contenue dans l'éther. Répété un certain nombre de fois, il est capable de puiser à la source d'énergie infinie du macrocosme et de se manifester en nous. Parmi les sons les plus connus dans le monde, nous retrouvons le AUM ou OM ou encore le SO-HAM. Les fidèles de Sathya Sai Baba utilisent beaucoup le mantra OM SAI RAM.

Il est reconnu en Inde que le « mantra » est une arme des plus mortelles et des plus efficaces pour se défaire de l'illusion du mental et établir un lien avec le Divin. Un des objectifs principaux du mantra est de permettre l'expansion de la conscience afin que l'aspirant atteigne l'état de béatitude.

Dans sa mission actuelle, Sathya Sai Baba ne donne aucun mantra personnel aux aspirants qui se rendent le voir. Par contre, Baba recommande la répétition du mantra connu sous le nom de « Gayatri ». La Gayatri est un mantra solaire qui fortifie notre corps, illumine notre être intérieur et donne à notre âme l'énergie nécessaire pour que nous puissions assumer nos devoirs quotidiens.

Durant des siècles, le pouvoir du mantra Gayatri fut gardé secret par les prêtres Brahmanes de l'Inde. La Gayatri, enseignée correctement par ces prêtres, conduisait l'aspirant à l'illumination. Sathya Sai Baba a convenu que ce mantra solaire ne devait plus être gardé secret et que les aspirants spirituels du monde étaient prêts à en recevoir la révélation. À ce sujet, Baba a dit ceci :

*« L'énergie solaire doit être attirée pour renforcer la vision intérieure de l'homme. Lorsque cette force de l'âme est purifiée, l'intellect, les sens et les émotions morales sont activés et guidés le long du sentier fructueux. En conséquence, faites confiance à la « Gayatri » pour attirer l'éclat du soleil, de sorte qu'il puisse accorder l'illumination à votre intellect. »*

Le « Gayatri mantra »

**AUM. BHUR BHUVAH SWAHA  
TAT SAVITUR VARENYAM  
BHARGO DEVASYA DHEEMAH  
DHIYO YO NAH PRACHODAYAT  
AUM.**

La traduction de la « Gayatri » peut être différente d'un auteur à l'autre, mais l'essence reste la même.

*« O Mère Divine, nos coeurs sont remplis d'obscurité; éloigne de nous cette obscurité et favorise en nous l'illumination. »*

Sathya Sai Baba

Baba nous dit que le Gayatri mantra peut être prononcé à tout moment de la journée : en se levant le matin, en travaillant, avant les repas, en conduisant l'automobile, le soir au coucher du soleil, etc. Là où est la Gayatri, la protection est présente, donc on peut réciter le mantra autant de fois que le cœur nous le dit en ayant, bien sûr, toujours une pensée pour Dieu.

#### • **La visualisation**

La visualisation, ou le fait de visualiser, nous amène à créer dans notre mental une image claire et nette de la forme que représente un objet, une personne ou une Divinité et à associer cet objet ou cette personne à un nom. Si nous pensons par exemple à une maison, nous créons en même temps dans notre mental l'image d'une maison et le nom qui s'y rattache. De même si nous pensons à Jésus, nous créons l'image que Jésus peut représenter pour nous selon notre conception de ce personnage et l'identifions à un nom : Jésus, Christ, Seigneur.

La visualisation est un support important à la prière, qu'il s'agisse de la répétition du nom de Dieu ou d'un mantra. La visualisation nous permet de fixer notre mental sur une forme ou un personnage et de nous éloigner ainsi des distractions du mental. Si, lors de nos prières, nous pensons continuellement à nos problèmes quotidiens ou à nos affaires commerciales, la prière devient nulle et n'a plus aucune valeur.

La visualisation est un outil de dévotion qui permet à notre mental de nous centrer sur une chose à la fois et éloigne de nous toutes les autres distractions. Nous pouvons reconnaître l'énoncé qui dit que « visualiser Dieu, c'est prier Dieu » car, par notre union visuelle avec Dieu, nous cherchons à nous fondre en Lui. Nous contemplons Sa « forme » dans toute Sa gloire. Mais comment visualiser Dieu puisqu'il est sans forme? Nous pouvons visualiser Dieu dans un coucher de soleil, dans la beauté d'une fleur, dans la flamme d'une bougie ou dans une forme particulière que Dieu a choisie pour se manifester sur terre au cours des âges. La visualisation est nécessaire si nous voulons entreprendre un autre genre de dévotion, la méditation.

#### • **La méditation**

Le principe de la méditation dévotionnelle est de fixer au départ son mental sur un point en particulier, sur une divinité par exemple, afin qu'il soit centré sur une seule chose à la fois. Notre objectif dans ce processus est de maîtriser le mental et d'arriver à perdre la sensation de notre corps, sans jamais rien forcer, et de nous unir avec l'objet de notre méditation.

La méditation peut avoir une signification et un but différents pour les personnes qui la pratiquent. Certains utilisent la méditation pour se détendre, faire le vide ou réduire le stress de la journée. Pour d'autres, le but de la méditation est de développer une meilleure concentration. Pour l'aspirant, la méditation sera une forme de dévotion qui lui permettra d'entrer en contact avec son être intérieur et de s'unir ainsi à l'Être suprême.

La méditation profonde n'est pas une chose facile pour le débutant en spiritualité. C'est pour cela qu'il lui est demandé de commencer par la méditation cognitive mieux connue sous le nom de méditation guidée. Ce genre de méditation peut être décrit comme une visualisation continue d'image créées par notre mental ou perçues par le sens de l'ouïe.

Sathya Sai Baba a décrit plus d'une fois l'importance de la méditation sur la lumière afin d'apaiser notre mental et de nous éléver vers les sphères célestes. Cette méditation est simple et à la portée de tous. La voici.

### **La méditation sur la lumière**

Adressons une courte prière à Dieu pour qu'il soit notre guide et soutien durant cette méditation.

Imaginons, visualisons la flamme d'une bougie qui brille devant nous. Regardons cette flamme avec nos yeux intérieurs et laissons grandir cette flamme. Approchons-la lentement de notre visage.

Aspirons cette flamme à l'intérieur de notre tête par un point situé entre vos sourcils, notre troisième œil. Cette flamme ne brûle pas, elle purifie et illumine. À l'intérieur de notre tête, cette flamme purifie notre mental, nos pensées et nos désirs.

Amenons lentement et doucement cette flamme dans la région de notre cœur. Visualisons sa lumière au milieu d'un lotus ou d'une rose. Imaginons que les pétales de cette fleur s'entrouvrent un à un et illuminent notre cœur d'une lumière plus expansive.

Cette flamme purifie la région de notre cœur; elle purifie chaque sentiment, chaque émotion afin d'en écarter les ténèbres. La lumière se propage toujours davantage et devient de plus en plus intense. Nous sentons alors que la lumière enveloppe tout notre être.

Nous sommes Vérité. Nous sommes Action Juste. Nous sommes Paix. Nous sommes Amour. Nous sommes Non-Violence.

### **Nous sommes dans la Lumière**

**La lumière est en nous.**

**Nous sommes Lumière.**

Cette lumière grandit et s'étend dans toutes les parties de notre corps : dans nos jambes, puis dans nos pieds pour que nos pas soient dirigés sur le chemin qui conduit au Divin, sur le sentier de la Réalisation; puis dans nos bras et dans nos mains afin que nous nous mettions au service du bien avec générosité.

La lumière purifie tous les organes de notre corps. Cette lumière s'étend de nouveau vers la tête. Elle pénètre dans nos yeux pour nous permettre de voir ce qui est beau et bon autour de nous. La lumière pénètre dans nos oreilles pour nous permettre d'entendre les sons les plus purs. Elle pénètre dans notre bouche pour que nos paroles soient bonnes et réconfortantes et pour nous apprendre comment prononcer le nom de Dieu et lui rendre grâce en toute occasion.

Cette lumière grandit de plus en plus et s'étend à l'extérieur de nous. Elle devient de plus en plus intense et resplendit tout autour de nous. Ses rayons se propagent dans toutes les directions vers les personnes que nous aimons, nos parents, nos amis, mais aussi nos ennemis.

Cette lumière apporte un grand réconfort à ceux qui souffrent physiquement et moralement ainsi qu'à toute l'humanité.

Notre Lumière est la même que celle de l'Univers. Nous sommes Un avec l'Univers, avec Dieu, avec le Divin qui est en nous.

**Dieu est Lumière**  
**La Lumière est Dieu.**

### **Méditation de l'Union Royale**

Sathya Sai Baba enseigne dans le Dhyana Vahini qu'il existe une autre forme de méditation qui est cependant beaucoup plus complexe que la précédente. Il s'agit de la méditation « Râja Yoga » ou de l'Union Royale avec le Seigneur. Cette méditation profonde en huit étapes conduit l'aspirant à l'illumination.

Les huit étapes sont décrites comme suit :

La première étape est le respect des cinq abstinences. Observer la non-violence envers tous les êtres. Dire la vérité en toutes circonstances. Ne pas voler son prochain. Développer la chasteté. Ne pas accepter de dons. (Pots de vin, faveurs.)

La deuxième étape, c'est l'observance. Être pur en pensée, en parole et en action. Être constamment heureux et engagé dans une voie spirituelle. Pratiquer la répétition du nom du Seigneur. Posséder un amour inébranlable envers Dieu et « être » assoiffé d'Absolu. Se détacher du monde matériel et avancer, quoiqu'il arrive, sur le chemin de la Réalisation.

La troisième est la posture. Il n'est pas seulement question ici d'avoir une posture assise en lotus et le corps bien droit. La posture physique et l'attitude intérieure doivent toutes deux refléter le désintéressement total envers les choses de ce monde et envers tout ce qui n'a pas trait au Soi Suprême. Nous devons avoir une attitude d'impassibilité face aux gens qui ne reconnaissent pas notre démarche spirituelle.

La quatrième est la maîtrise du souffle. Il s'agit du contrôle du souffle vital, des fluides vitaux et de la force vitale en nous. Pour le non-initié, les techniques présentées dans les livres peuvent être dangereuses. Réduire l'inspiration et l'expiration à une ou deux par minute n'est pas chose facile. Dans ce cas, il est préférable de maîtriser seulement son mental et de considérer chaque chose du monde comme étant absolue.

La cinquième est le retrait des sens. Éloigner les sens du monde objectif extérieur et les diriger vers la conscience et l'intelligence mentale. L'aspirant doit écarter les fausses peurs, les désirs absurdes, les peines, les soucis et les plaisirs artificiels qui remplissent son esprit. Toute son attention sera centrée sur la vision intérieure, sur la force directrice fondamentale des sens. Même le but à atteindre doit disparaître de sa vision afin de permettre l'union avec le Soi.

La sixième est la concentration parfaite. La concentration parfaite est une attitude constante de la conscience et une détermination dans le caractère afin que rien ne puisse venir nous distraire. L'aspirant renonce définitivement à l'attachement matériel. C'est la période de renoncement total. Nous concevons que tous les objets vus ne sont que le produit de notre propre illusion. La

concentration se fait uniquement sur l'absolu et est orientée vers le Soi intérieur. Le monde qui nous entoure n'a plus aucune importance ni aucun intérêt.

La septième est la méditation profonde. La méditation indique le séjour permanent de la conscience ancrée dans la sagesse. Faire l'expérience de l'Absolu en évitant tout sentiment de différence et de distinction. Dans le calme, la paix et la sérénité, l'homme peut communiquer avec la conscience libérée de l'illusion. Rien n'est plus sublime que cette paix. Lorsque la bénédiction est complète et totale, elle est le statut divin, le but convoité de la vie.

La huitième est « l'enstase » (Du dedans, contraire d'extase). L'extérieur n'existe plus. C'est le fait de s'oublier soi-même, de faire abstraction de la forme pour ne s'intéresser qu'au Soi, oublier que nous sommes en méditation et nous fondre avec l'Âme Universelle, le Soi Suprême, Dieu. C'est l'aboutissement final de la discipline spirituelle, que nous pouvons appeler l'Illumination, l'Absolu.

*« La vraie méditation consiste à se sentir fusionné avec Dieu en pensée unique, en un but unique. Dieu seulement, seulement Dieu. Penser Dieu, respirer Dieu, aimer Dieu, vivre Dieu » « Tant qu'on est conscient de méditer, on ne médite pas. Dans cette absorption de Dieu, on met de côté toute forme et on s'immerge en Lui. Dans ce processus, le mental s'arrête naturellement. »*

Sathya Sai Baba

Méditer, c'est s'unir à Dieu. Il n'est pas toujours nécessaire de chercher la profondeur du « Samadhi » ou de l'Union Royale à chaque fois que l'on médite. La méditation ne doit pas non plus être seulement une pratique dévotionnelle quotidienne de quelques minutes, mais bien un mode de vie 24 heures par jour. Selon Baba, nous devons être conscients de chacune de nos actions de la journée afin qu'elles se transforment en une méditation continue sur le Seigneur. Nous devons alors accomplir chaque chose en l'offrant au Divin afin de garder le contact permanent avec Lui. Cette forme de méditation prend le sens d'un rituel.

#### • Le rituel

Du lever au coucher, l'homme se fabrique des rituels : la manière de se lever, de s'habiller, de se rendre au travail, de manger, de recevoir ses amis, etc. Le rituel fait partie de la nature humaine. De la naissance au tombeau, nous nous créons des rituels ou nous acceptons ceux de notre culture. À la naissance, par un rituel particulier, le bébé reçoit un nom; plus tard, c'est à l'occasion d'un mariage, d'un anniversaire ou de tout autre événement important. Tous ces rituels aboutissent à un dernier : les funérailles.

Le rituel est un ensemble de gestes qu'un individu accomplit lors d'une circonstance particulière. Nous sommes tous familiers, par exemple, avec les rituels liturgiques, les rituels avant les compétitions sportives et ceux des assemblées législatives.

Or, dans le domaine de la spiritualité, le rituel ne fait pas exception. Il place l'aspirant dans un état favorable à la méditation ou à l'accomplissement d'un acte de dévotion. C'est pour cette raison que, dans un pays comme l'Inde, tous les foyers ont leur petit autel, leur sanctuaire consacré à la divinité de la famille. Le matin, des fleurs fraîches sont déposées au pied de l'autel et de l'encens est brûlé afin d'aider les prières des fidèles à s'élever vers la divinité de la famille.

En Occident, sous l'influence du christianisme, nous retrouvons non seulement dans les églises mais aussi à l'intérieur des résidences des objets symbolisant la croyance des occupants : crucifix, icônes, images religieuses ou statuettes en face desquelles nous allons à l'occasion faire brûler un lampion. Ces symboles, tout comme en Orient, nous permettent par un petit rituel d'entrer en contact avec la divinité qu'elle représente.

L'aspirant, dans sa démarche spirituelle, a besoin de symboles et d'images représentant sa divinité préférée. C'est pour cette raison qu'il choisira dans sa maison un coin où il pourra aménager un petit sanctuaire décoré soigneusement avec des photos et des objets qui seront favorables à son intérieurisation. À des heures régulières, matin et soir, il se rendra dans cet endroit afin d'y accomplir un rituel de dévotion. L'aspirant pourra alors allumer une bougie, faire brûler de l'encens, s'asseoir en silence ou accomplir tout autre geste qui sera pour lui une aide à sa dévotion.

#### • **La vision de la Forme se fondant dans le Sans Forme**

La vision de la Forme est un complément au rituel de préparation. Les images, photos ou statuettes représentant une divinité à laquelle nous voulons rendre hommage deviennent un support à la visualisation. Ce support est essentiel si nous voulons visualiser correctement la divinité de notre dévotion. Par comparaison, ce support a le même effet que si nous regardions la photo d'un parent ou d'un ami qui demeure loin de nous afin de mieux nous sentir plus près de lui. Par ce geste, nous créons un contact de cœur à cœur et nous nous sentons lié à lui. Dans cet exercice de contemplation d'une photo représentant une divinité, ce n'est pas de regarder l'image comme telle qui est importante mais bien ce qu'elle représente pour nous.

Dans la Bhagavad Gita, écrit sacré de l'Inde, il est déclaré qu'il est impossible d'atteindre le stade de l'absolu sans forme et sans attribut si on ne passe pas d'abord par l'adoration de la forme physique.

La limitation de l'homme dans l'union au Sans Forme est souvent due à son attachement au monde matériel et à son identification au corps physique. Tant et aussi longtemps que nous ne serons pas capables de nous détacher de l'image physique de notre dévotion, nous ne pourrons atteindre le Sans Forme, c'est-à-dire entrer en contact uniquement avec l'énergie Divine que représente l'image et nous fondre avec cette énergie.

Selon Baba, nous devons passer par la forme avant d'entrer en contact uniquement avec le sans forme. La forme et le sans forme sont comme les deux jambes d'un individu qui lui permettent de marcher en équilibre. Il doit apprendre à marcher avec ses deux jambes avant de vouloir sauter sur une seule.

La dévotion de l'aspirant consiste à contempler la forme de la divinité avec amour et à laisser pénétrer cette forme en lui par son troisième œil. L'aspirant fera descendre cette forme au niveau de son cœur afin qu'elle devienne pure sensation qui, elle-même, se transformera en une expérience réelle.

La vision de la Forme se fondant dans le Sans Forme, lorsqu'elle est pratiquée régulièrement, nous amène à voir Dieu dans chaque être humain et dans chaque chose. Elle nous fait voir Dieu partout, même dans les êtres les plus méprisables de notre société.

### • La maîtrise du mental

La maîtrise du mental est un élément important dans toute démarche spirituelle. Nous devons tenter de parvenir à contrôler l'émission de nos pensées afin qu'elles ne deviennent pas un obstacle pour notre prière, notre visualisation ou notre méditation.

L'homme est le reflet de ses pensées. S'il se laisse guider par ces dernières, il risque facilement de se perdre. Beaucoup de personnes ignorent le pouvoir de la pensée sur leurs actions. Malheureusement, l'attitude de plusieurs d'entre elles est l'indifférence. Ces personnes ignorent qu'un mental non maîtrisé peut être la cause de conflits intérieurs et de mauvais comportements qui, à leur tour, se reflètent sur la société.

Les pensées mauvaises et les pensées négatives, telles la haine, la vengeance, la non-tolérance et la possession sont, en majorité, responsables des conflits et des guerres actuelles dans le monde. Les pensées véhiculées par certains individus sont tellement puissantes qu'elles peuvent, sans le savoir, influencer un grand nombre de personnes qui entrent en contact avec leurs vibrations. Notre rôle est de nous protéger de l'émission de ces pensées en nous entourant d'une lumière protectrice et en émettant nous-mêmes des pensées d'amour.

En tant qu'aspirant spirituel, nous devons apprendre à maîtriser toutes les pensées émises par notre mental, qu'elles soient positives ou négatives. Les pensées négatives qui peuvent survenir à l'occasion n'ont pas à être combattues par un effort mental de refoulement, mais doivent être maîtrisées par des pensées émises vers Dieu ou vers le bien. Nous pouvons aussi, dans ces occasions, orienter notre mental vers des activités de service ou simplement nous remettre entre les « mains » de Dieu.

Baba suggère à ses fidèles de penser à travers Lui, de parler à travers Lui, de réfléchir à travers Lui et d'agir à travers Lui. C'est une façon de purifier son mental et de demeurer en contact avec la Source Divine.

*« L'être humain se transforme lorsqu'il y a transformation du mental. La transformation humaine conduit à la transformation de la nation et la transformation de la nation à la transformation universelle. »*

Sathya Sai Baba

Une autre forme d'apaisement du mental, suggérée par Baba, est de faire silence. Le silence extérieur avant tout, mais en particulier le silence intérieur, celui par lequel tout se calme.

### • L'Amour divin dans le service

L'amour divin, qu'il soit accompli dans le service ou ailleurs, n'est pas séparé de l'amour qui fut décrit dans les Valeurs Humaines de la deuxième partie de ce livre. Il existe un seul véritable amour, c'est celui que nous avons pour Dieu. Cet amour va au-delà de tout attachement terrestre.

L'amour divin détruit le désir, la colère, la haine et guérit tout sur son passage. Il nous apprend à donner et à pardonner en toute circonstance. Avec l'amour, nous pouvons traverser tous les obstacles de la vie, rien ne devrait arrêter le flot d'amour que nous devrions avoir pour notre prochain. Nous devons faire de l'amour la forme dominante de notre vie. Lorsque l'amour imprègne

nos pensées, il devient vérité; lorsque nos pensées imprègnent nos actions, elles deviennent action juste et paix.

Toutes nos pensées, nos actions et nos paroles doivent être tournées vers l'amour de Dieu. Baba ne fait que confirmer les paroles de Jésus dans son message d'amour lorsqu'il dit :

*« Aimez plus et davantage de gens. Aimez-les de plus en plus intensément. Transformez cet Amour en Service et en Dévotion. Voilà la plus haute discipline spirituelle.»*

*« Le service envers l'homme est le service envers Dieu, car Dieu est en chaque homme et en chaque être... Faites du service une pratique spirituelle, alors vous serez humbles et heureux.»*

Nous pouvons transformer l'Amour en service, mais aussi transformer le service en une action d'Amour pour Dieu. Le service accompli dans un but de discipline spirituelle est le don de soi fait avec amour, sans intention et sans attente d'aucune sorte de récompense. Donner ainsi de son temps au service des autres, c'est donner à Dieu qui réside en soi.

Selon Baba, à la fin de notre vie, il ne nous sera pas demandé pour qui nous avons fait du service, avec qui nous l'avons fait, pourquoi nous l'avons fait et ce que nous en avons retiré comme satisfaction. Ce qui comptera c'est : qu'est-ce qui nous a motivé intérieurement à faire du service et dans quelle intention l'avons-nous fait?

Nos intentions pures nous placent dans un état de détachement total face à l'action. Le service devient alors un service dédié entièrement à Dieu. Nous nous abandonnons ainsi totalement à Dieu, tel le chevalier des temps passés qui prenait son engagement solennel comme suit : « Non pour moi Seigneur, non pour moi, mais pour la gloire de ton Nom. »

Dans un long exposé fait le 1er janvier 1994, Sathya Sai Baba a parlé de l'amour, de la nécessité de pardonner, de servir et d'aimer. Baba a insisté sur ces paroles :

*« Commencez chaque jour avec amour, vivez chaque jour dans l'amour, remplissez chaque jour d'amour et terminez chaque jour avec amour. L'amour ne connaît aucune sorte de distinction. Vous devez souhaiter à tout le monde d'être heureux. Remplissez votre cœur d'amour. L'amour est Dieu, Dieu est amour. »*

Notre amour Divin dans le service comme notre amour pour tous les êtres de la terre nous conduit à la dernière forme de dévotion, le renoncement.

#### • **Le renoncement**

La voie du renoncement est ce qu'il y a de plus élevé parmi les neuf formes de dévotion. Le renoncement est d'arriver non seulement à se détacher des choses du monde, mais à renoncer entièrement au monde. Le monde matériel et ses attractions n'ont plus aucun intérêt pour le véritable fidèle. Bien que ce dernier continue à vivre dans le monde, il voit Dieu partout : dans la nature comme dans l'homme. Son ego est complètement disparu.

La maîtrise du mental de ce fidèle de Dieu est parfaite. Ses pensées, ses paroles et ses actions reflètent l'harmonie. Il est amour pour tous les êtres de la terre. Dans le renoncement, ce fidèle s'est

abandonné totalement à Dieu. Toutes ses pensées ne sont que pour Dieu. Sa respiration est Dieu, sa nourriture est Dieu et sa vie entière est Dieu.

Selon Baba, l'aspirant qui maîtrise la forme de dévotion du renoncement est un être Suprahumain, c'est-à-dire au-delà de l'humain. Cette étape est la porte qui permettra au fidèle véritable de devenir un Homme-Divin. Au-delà du Supra-humain, l'être n'a plus besoin de corps, ni de mental, ni de personnalité. Il est entièrement amour et spiritualité. C'est pour cela qu'il est désigné comme un courant d'énergie spirituel, pour finalement rejoindre l'étape ultime : l'Absolu. Il se fond en Dieu.

Les neuf formes de dévotion que nous venons de voir sont les composantes de la voie spirituelle que tout aspirant se doit d'emprunter. La mise en pratique d'une ou de plusieurs de ces formes est essentielle à l'aspirant dont le dernier souhait est la réalisation du Soi. Et enfin, le but final de la réalisation est de ne plus renaître pour ainsi atteindre l'immortalité.

### **Ma dévotion à Dieu**

Lorsque j'étais enfant, je demandais secrètement dans mes prières à Dieu de m'aider à réussir dans la vie. Ma prière fut exaucée, car je n'ai jamais manqué de rien sur le plan matériel au cours de ma vie. Aujourd'hui, je peux remercier Dieu pour tous les bienfaits que j'ai reçus, car c'est justement à cause du non-souci matériel que j'ai pu me consacrer plus profondément à la recherche spirituelle.

Bien qu'ayant commencé très tôt dans ma vie à étudier la spiritualité, j'ai hélas débuté tardivement à lire les écrits sacrés de différentes religions : la Bible chrétienne, la Bhagavad Gita hindoue et des passages du Coran. Imprégné de ces paroles divines et des écrits de Sathya Sai Baba que je ne cessais de lire, j'ai retrouvé le besoin de me rapprocher de Dieu.

Même si, dans notre résidence familiale, nous avions depuis près de vingt ans un petit sanctuaire qui était utilisé tous les jours pour l'étude de la métaphysique, la pratique de la visualisation, la méditation et la prière, je ne me sentais pas plus près de Dieu pour autant. Je cherchais davantage à développer quelques pouvoirs psychiques ou à recevoir une réponse favorable à mes prières que la recherche de la véritable union avec Dieu.

Ma vision des choses a changé depuis ma rencontre avec Baba. Je me suis tourné davantage vers mon être intérieur que vers mon mental. J'ai repris goût à la prière et j'ai retrouvé le besoin de « découvrir » Dieu sous une forme ou sur une autre.

J'avais également le besoin de me joindre à d'autres personnes afin que nous puissions nous aider mutuellement au niveau de notre spiritualité. C'est pour cette raison qu'un deuxième sanctuaire fut érigé dans une autre partie de notre résidence afin de recevoir des groupes d'aspirants. Nous voulions étudier ensemble les enseignements de Baba et chanter la gloire du Seigneur. Après l'inauguration de ce sanctuaire dédié à Sathya Sai Baba, j'ai vite adopté cet endroit comme lieu permanent de méditation et de prière. Chaque jour, je me rends dans ce sanctuaire pour prier Dieu et Lui rendre grâce.

Mon rituel du matin est simple. Après avoir accompli quelques exercices de respiration, j'allume une bougie afin de mieux visualiser la lumière et je m'assois sur une chaise basse. Après un moment de recueillement, je laisse entrer la lumière en moi et enchaîne avec la méditation sur la Lumière dont

je visualise le dénouement. Puis vers la fin, j'envoie des pensées particulières à l'aura de la terre qui a un très grand besoin de purification.

Une autre partie de mon rituel du matin est composée de prières et d'une visualisation spéciale pour tous ceux et celles qui ont demandé une aide spirituelle ou métaphysique pour un problème de santé physique ou mental. Cette action de service désintéressé et de prière est en relation avec un « groupe de prière » qui fut formé il y a plusieurs années afin de venir en aide aux personnes malades.

Les prières du matin sont suivies du chant de La Gayatri puis couronnées de vingt et un « OM ». Le corps est ainsi préparé à la méditation silencieuse qui est plus ou moins longue selon l'inspiration du moment. Ma dévotion ne s'arrête pas pour être reprise le lendemain. Ce serait tellement facile. Non, je fais un effort pour que ma journée entière soit une dévotion à Dieu.

Tout le long de la journée, mes actions sont dédiées à Dieu. Lorsque je travaille ou lorsque je me repose, je tente d'avoir une pensée pour Dieu. Je cherche à développer la vision de Dieu dans chaque chose et chaque être qui m'entoure. Cela est un travail très difficile, car j'ai l'impression que Dieu s'est caché tellement profondément à l'intérieur de certaines personnes que toute ma vie me sera nécessaire pour en découvrir le reflet.

Le soir je me détends à la lumière de la lecture des enseignements de Baba. Durant cette lecture, je m'arrête sur les citations qui ont une résonance particulière avec mon vécu de la journée. Ces lectures sont pour moi des moments de profonde réflexion et de remise en question. Riche de la découverte que je viens de faire sur moi-même, je me rends à nouveau dans le sanctuaire dédié à Baba pour y méditer et réciter les vingt et un « OM » ainsi que le mantra de la Gayatri.

J'achève la journée en rendant grâce et en remerciant Dieu pour les bienfaits reçus. Je remets entre Ses mains toutes mes pensées afin qu'elles soient purifiées et je demande un sommeil protecteur afin que mes énergies se renouvellent. C'est ainsi que la vie se poursuit, un pas à la fois, vers la réalisation du Soi. Cette réalisation, dont nous parle si souvent Baba, est l'aboutissement de la véritable dévotion.

### **Baba et la véritable dévotion**

Lors d'un discours fait le 12 avril 1995, Sathya Sai Baba a parlé de la fausse et de la vraie dévotion en ces mots :

*« Tout le monde se prétend disciple (ou fidèle). Tout le monde se dit aspirant spirituel. Mais lorsque vous vous renseignez sur leurs actions, vous découvrez que les gens sont superficiels et prétentieux. Le proverbe dit : Lorsque les soucis arrivent, pensez à Dieu. » C'est ce que font ces soi-disant fidèles : ils pensent à Dieu lorsqu'ils ont des problèmes, mais ils l'oublient lorsque les ennuis sont passés.*

*La véritable dévotion est ferme et constante. Elle ne doit pas être égoïste; elle ne doit comporter aucune attente d'une quelconque récompense. Les activités dévotionnelles ne doivent pas être affectées par les soucis ou l'affliction, pas plus que par la critique ou la louange. Voilà la vraie dévotion. C'est lorsqu'un homme développe une telle dévotion qu'il est capable de faire l'expérience du Divin. (...)*

*Les gens veulent voir Dieu. Comment peuvent-ils y parvenir? Sont-ils capables de se voir eux-mêmes? Ils ont besoin d'un miroir pour se voir eux-mêmes. La nature est le miroir qui reflète l'image de Dieu. Pour voir Dieu dans la Nature, il faut enduire le miroir avec l'enduit de l'amour. »*

Dans un autre exposé sur la dévotion, fait antérieurement, soit au cours du mois d'avril 1993, Baba a déclaré :

*« La dévotion constituerait une cure pour beaucoup de maladies, elle soulagerait l'anxiété et démontrerait qu'il appartient à Dieu de conférer la libération au fidèle. La dévotion signifie que la vraie réalisation se trouve dans l'union avec le Seigneur. Que donne la dévotion? L'espérance et la force dans le corps. Quelle force? La force de l'intelligence. Et qu'apporte l'intelligence? La réalisation.*

*La réalisation donne le détachement. Et où mène le détachement? À la libération. Tout ceci provient de la dévotion. La dévotion est amour total. »*

Supplément Prema 26 et 30

Les neuf formes de dévotion qui nous furent présentées sont la clef qui nous ouvre le paradis. Rien d'autre ne semble être supérieur à ces formes de dévotion, car elles renferment tous les moyens menant à la réalisation. Selon Baba, penser atteindre l'illumination et l'immortalité en dehors de la pratique d'une de ces neuf formes de dévotion serait une pure illusion du mental.

La pratique de la dévotion est essentielle à tout aspirant sérieux. Elle les conduira à l'étape suivante, la Sagesse.

## LA SAGESSE

La Sagesse est la connaissance intérieure et intuitive de l'homme, celle qui est en relation avec le Soi. La Sagesse nous unit et nous met en résonance avec le Divin. Elle est la foi et l'espérance qui nous soutiennent depuis l'origine des temps.

Selon Baba, il existerait trois sortes de sagesse que nous ne devons pas confondre, car elles ont des caractéristiques différentes les unes des autres.

La première est la sagesse subjective. La sagesse subjective est celle de l'individu. Elle est en relation avec la nature physique et elle sert à l'occasion à mieux se connaître. Cette sorte de sagesse ou connaissance pousse parfois l'homme à la confusion et à une plus grande ignorance, car elle est basée uniquement sur ce qu'il voit et entend.

La seconde est la sagesse sociale. Cette sorte de sagesse est reliée au monde et à la science. Elle nous induit aussi en erreur, car elle est pleine d'illusions. Un jour elle est vérité, le lendemain elle est demi-vérité et le surlendemain le tout est remis en question.

La troisième est la sagesse universelle. La sagesse universelle est la connaissance infinie, la connaissance de l'âme et de Dieu. Cette connaissance de l'âme a été largement expliquée dans la première partie de ce livre. Cette sagesse divine illumine tous les êtres, elle fait resplendir l'énergie de l'intelligence et le pouvoir de la conscience.

Selon Baba, la sagesse universelle est la sagesse la plus élevée que l'aspirant doit rechercher. Dans un discours fait en avril 1993, Baba a parlé de ces trois sagesse en ces mots :

*« Le but de chaque homme est de retourner au Divin, immense et infini. Mais que faire pour rejoindre l'immensité? Vous ne Le rejoindrez que par l'intermédiaire de la Grâce Divine. Et pour recevoir la Grâce de Dieu, l'esprit doit se tourner vers Dieu. Un esprit tourné vers les choses du monde ne peut atteindre Dieu. Dans l'obscurité, on ne distingue pas clairement les objets et de surcroît on ne reconnaît même pas l'envers de l'endroit; en conséquence, l'être se trouve confronté à des situations périlleuses. Telle est la nature de la sagesse Subjective. La connaissance seule chez un individu ne possède pas en elle la caractéristique du Divin. À l'aide d'échange réciproque et en élargissant ses propres vues, il faudrait déjà acquérir la sagesse Sociale... »*

*« La pleine Sagesse (Universelle), voyant le Divin, élimine tout élément de séparation entre Dieu et le monde. Cette sagesse construit sur ce qu'elle a détruit. »*

Mother Sai Magazine.

La vraie sagesse est la recherche de l'union avec Dieu. Elle est le dépassement de toute connaissance terrestre. Elle est la voie de la non-dualité de toute chose et de l'univers.

### La non-dualité

Dans sa conception de l'univers, de la création, de sa vie, l'homme est essentiellement dualiste. Il voit des opposés et des polarités dans tout ce qui l'entoure. La science, par son approche, a participé largement à cette conception de dualité. Par une recherche rationnelle et analytique, l'homme et la science ont tout divisé, fragmenté et séparé ce qui existe dans la nature et dans l'univers. Cette tendance à identifier les choses a divisé l'être humain, la religion et le monde en multiples parties. Aujourd'hui, nous pouvons observer que ces divisions n'ont apporté que des querelles et des guerres entre les hommes.

Cette recherche de dualité nous a fait voir les choses séparées les unes des autres comme : le jour - la nuit, le bien - le mal, la joie - la douleur, le temps - l'espace, la vie - la mort, la multiplicité des races, des cultures et des croyances.

L'illusion des apparences et de la division des choses nous a fait perdre conscience de notre vraie réalité et de notre unité dans laquelle nous sommes depuis le début de la création.

Reconnaitre l'unité en toute chose ou la non-dualité n'est pas chose facile dans notre concept de vie actuelle. Regarder le monde à partir du point de vue scientifique de l'homme ne peut conduire qu'à la multiplicité alors que l'unité est permanente. Nous n'avons pas à rejeter nos connaissances rationnelles ni à abandonner notre savoir scientifique pour comprendre la non-dualité, nous avons à intégrer simplement ces connaissances à la Sagesse universelle.

La non-dualité est l'Un dans sa totalité, et cet Un renferme le tout. Rien n'existe en dehors de Lui. Le Un est Dieu et Dieu est le Tout. Il est l'éternité de l'Unité. La non-dualité laisse supposer que dans l'Unité même se situent tous les états possibles que l'on puisse traverser, même le temps et l'espace. Nous pouvons même affirmer que, dans l'Unité, il n'y a ni commencement ni fin, et que rien n'est séparé de Dieu.

La sagesse est de découvrir la non-dualité, l'Unité du Tout. Elle nous permet de réaliser que chacune de nos pensées, de nos paroles et de nos actions ont une influence et une répercussion sur le comportement de l'humanité, sur la planète que nous habitons, et même sur l'ensemble de tout l'univers.

*« Votre propre illusion vous fait voir le monde dans sa diversité. Si vous essayez de réaliser et de comprendre la situation telle qu'elle est réellement, ainsi que la nature du Soi, alors les différents noms que vous percevez dans le monde ne vous troubleront plus longtemps. Vous serez désormais capables de fixer votre attention sur l'aspect divin qui est Un et non multiple. »*

Sathya Sai Baba

Nous pouvons douter que tout ce qui existe soit Unité, cela ne changera rien à la vérité de cette unité des choses et de Dieu. La Divinité se cache derrière la multiplicité et c'est à nous de découvrir cette grande vérité universelle. Bien intégrée à l'intérieur de nous, cette vérité de l'unité nous donne la confiance en soi.

## La confiance en soi

Développer la confiance en soi, ce n'est pas seulement développer la foi dans un projet quelconque et se motiver pour passer à l'action avec un élan d'optimisme menant au succès; c'est beaucoup plus que cela. La confiance en soi, c'est aussi la confiance dans le Soi. Et pour développer cette confiance, nous devons avoir un esprit équanime en présence de tout ce que nous rencontrons : être satisfait de ce que nous avons, sans chercher à accumuler davantage et être heureux en aimant ce que nous faisons.

La confiance en soi, dans le Soi, c'est la confiance en Dieu. Avoir foi dans notre Être intérieur, Celui qui est capable de nous guider sans erreur vers le but à atteindre. Écouter la voix de notre conscience et lui faire confiance, c'est vraiment la base de tout cheminement vers Dieu. La confiance en soi et dans le Soi nous apprend à faire taire notre mental afin de laisser la place à la voix qui nous guidera sur le bon sentier.

Pour maintenir cette confiance dans le Soi, nous devons tout consacrer à Dieu à travers l'Amour. Vivre dans l'Amour, travailler dans l'Amour, et faire toute chose avec Amour et par Amour. Cette attitude nous conduit à la réalisation du Soi.

À ce sujet, au cours d'une entrevue accordée à des fidèles américains à Kodaikanal en 1985, Sathya Sai Baba s'est exprimé ainsi :

*« Développez la confiance en vous et l'Amour suivra. Il jaillira de l'intérieur, et de cette manière l'Amour sera pur. Tout d'abord vient la confiance en soi; c'est comparable aux fondations. Ensuite vient la satisfaction de soi; c'est comparable aux murs. Puis vient le sacrifice de soi; c'est comparable au toit. Enfin vient la réalisation de soi; c'est comparable à l'habitant qui entre dans la maison et en fait sa demeure. Sans les fondations, les murs s'écroulent, sans les murs, il ne peut y avoir de toit, sans toit, il ne peut y avoir de maison. Par conséquent, tout commence par la confiance en soi et se termine par la réalisation du Soi. Ce Soi, c'est vous, c'est tout, c'est Dieu. »*

American New Letter.

Dès que cette « fondation » est bien ancrée, nous développons le contentement, qui consiste tout simplement à être satisfait en toutes circonstances. Nous nous débarrassons alors du sentiment du « moi » et du « mien » qui ne sont en réalité qu'un seul et même sentiment relié à l'ignorance de la réalité. Quoi qu'il arrive, nous devons amener notre mental à être en équilibre et calme face aux épreuves de la vie, au chagrin comme au bonheur, à la richesse comme à la pauvreté.

Le toit, comme le mentionne Baba, c'est le sacrifice de soi. Le sacrifice, c'est d'offrir tout à Dieu, c'est rendre sacrés tous nos faits et gestes et les dédier au Seigneur. Nous sommes loin ici du sacrifice qui nous a été enseigné par la religion, un sacrifice qui était composé de privations, de renoncements et qui faisait référence à la souffrance, et même à la mortification.

La confiance en soi, la confiance dans le Soi, c'est prendre conscience que Dieu habite en nous. C'est ne plus s'identifier au corps ni au mental, mais se concevoir comme le temple de Dieu. La confiance dans le Soi fait briller l'étincelle divine qui est en nous, elle unit notre âme individuelle à l'Âme Universelle. Nous devenons Un avec Dieu.

La confiance en soi, puis la confiance dans le Soi, nous conduisent à la réalisation du Soi, à la Béatitude, le but ultime de notre démarche en ce bas monde. Nous pouvons considérer ce cheminement vers la Béatitude comme une des plus hautes formes de sagesse qui existe et qui soit accessible à tous les aspirants sérieux sur le chemin de la spiritualité.

*« Les gens accordent foi à des films, des romans, des journaux et bien d'autres sources. Mais on ne croit pas en la vérité de son propre Soi. Il en résulte que l'homme s'affaiblit et perd son humanité à cause du manque de foi qu'il a en son véritable Soi. Un homme qui ne fait pas confiance au Soi (Dieu) n'est pas un homme du tout.»*

Discours du 24 mars 1993.

La confiance dans le Soi fait de nous des êtres humains sur la voie de la réalisation Divine. Cette confiance en Dieu nous conduit à une forme de compassion et d'amour universel. Elle ouvre notre cœur à tous les êtres de la terre.

### **La voie du cœur**

Dans son cheminement, l'homme est attiré par deux voies : la voie de la raison et la voie du cœur. La raison, c'est le mental avec tous ses désirs et sa création de besoins éphémères. C'est la façon rationnelle de voir les choses sans trop se poser de questions. C'est notre action de prendre au lieu de donner, de chercher le profit et les avantages dans chaque geste accompli au lieu de laisser notre cœur agir avec compassion.

La voie du cœur est permanente, elle est en relation avec la voie intérieure, le Soi, Dieu. Selon Baba, lorsque la félicité est assurée dans le cœur, nous pouvons obtenir tout ce que la tête recherche! La tête alors ne cherche plus les choses passagères, mais bien ce qui est permanent et durable. La tête n'est plus influencée par les besoins exagérés et les désirs sans fin.

La voie du cœur ce n'est pas seulement la compassion, c'est aussi la générosité, l'amour inconditionnel, le don de nos qualités au service de l'humanité, la voie qui nous apprend à donner sans jamais attendre de fruits de nos actions.

Sathya Sai Baba est un exemple vivant de la voie du cœur. Chaque année, Baba donne des dizaines de milliers de vêtements aux personnes défavorisées et il nourrit des centaines de milliers de personnes gratuitement. Dans le sud de l'Inde, Baba a fait construire des écoles, des collèges, des hôpitaux où les gens peuvent recevoir les services gratuitement. Dans un méga projet d'aide humanitaire de purification d'eau, Baba a permis à plus de 732 villages de recevoir de l'eau potable par voie de canalisation ou de puits creusés sur les lieux.

Baba aime donner et faire plaisir. Chaque jour, il donne quelque chose à quelqu'un sans rien demander d'autre en retour que l'amour. La voie du cœur de Baba, c'est l'amour inconditionnel pour tous les êtres de la terre quels que soient leur lieu de résidence ou leurs conditions de vie. Cet amour est sans limite pour tous et s'étend au-delà du monde visible. Baba aide dans tous les mondes à la fois et apporte réconfort et soutien aussi bien aux âmes désincarnées qu'aux vivants.

Sathya Sai Baba est un exemple à suivre, un modèle de compassion et d'amour pour l'humanité qui cherche sa voie. Il est venu pour nous enseigner l'amour inconditionnel et la voie du cœur qui sauront nous conduire à la Sagesse universelle.

## Baba m'enseigne l'amour

Alors que j'étais en Inde, au cours de l'année 1995, j'ai demandé à Baba, dans mes prières, de me montrer comment répandre l'amour autour de moi par de petits faits et gestes quotidiens. J'ai demandé de me montrer la compassion et l'amour par la voie du cœur.

Durant la même journée, à deux occasions, j'ai eu des réponses à ma prière. La première était à la sortie du « Darshan » - réunion où Baba nous honore de sa présence. Un jeune enfant d'environ sept ans était parmi la foule qui se pressait vers la sortie de la cour où nous étions. Pris dans cet entonnoir d'où des milliers de pèlerins voulaient sortir en même temps, il fut enserré entre deux personnes qui ne portaient attention qu'à elles-mêmes. Ayant de la difficulté à respirer, cet enfant émettait des gémissements et des cris de suffocation qui me parurent un appel à l'aide. La voie intérieure me dit d'intervenir et d'agir rapidement. J'ai alors placé l'enfant en face de moi, et, à l'aide de mes deux bras, j'ai créé un espace entre moi et l'adulte qui me précédait. L'enfant put enfin respirer librement et sortir vers l'extérieur en toute sécurité.

À une autre occasion, à la fin de la journée, alors que d'autres personnes et moi-même étions arrêtés à regarder Baba passer à une certaine distance de nous, une femme indienne, à côté de moi, a eu un malaise soudain et elle s'est écroulée sur le sol. Je me suis vivement approché d'elle afin de lui offrir mon aide. Avant de la relever, je lui en ai demandé la permission, car en Inde le contact entre homme et femme en public est à éviter. Je ne voulais pas me permettre un geste déplacé même si cela pouvait l'aider.

En Occident, nous n'avons pas coutume de voir des gens couchés par terre ici et là ou étendus sur les trottoirs. Lorsque nous voyons quelqu'un tomber sur le sol, notre geste instinctif est de le relever immédiatement. Nous sommes mal à l'aise à la vue d'une personne couchée en public. Notre coutume veut que tout le monde se tienne « debout ». Mais ailleurs, les coutumes et les mœurs sont autres.

La jeune femme a accepté mon aide et elle s'est vite remise de son émotion. Par la suite, elle a tenu à se débrouiller seule en évitant tout contact physique. J'ai compris qu'il faut savoir offrir son aide sans jamais s'imposer ni intervenir contre le gré de l'autre et surtout savoir se retirer lorsque l'aide n'est plus nécessaire.

Après chacune de ces actions, je devrais dire « leçons », j'ai été ému et j'ai senti une chaleur au niveau du cœur, un profond sentiment d'amour et de compassion d'avoir rendu service à quelqu'un sans rien attendre en retour. Je venais de comprendre, de façon claire, la leçon de Baba sur la voie du Cœur. C'est l'action qui est accomplie dans l'instant présent, dans un élan du Cœur, sans laisser le temps au mental d'intervenir ou de paralyser notre geste, une intervention faite avec Amour sans attendre de récompense ni aucune faveur de quelque nature que ce soit.

Dans notre vie de tous les jours, il se présentera une multitude d'occasions d'exprimer cette voie du Cœur, à travers les actions les plus simples, à la portée de tous, des gestes naturels et, le plus souvent, discrets. L'action d'aider une personne âgée à traverser la rue par exemple, de donner un renseignement à quelqu'un qui demande son chemin ou encore d'émettre un simple sourire à

quelqu'un que nous rencontrons sont des gestes de la voie du Cœur qui ne coûtent rien et qui aident beaucoup.

Les actions ne doivent pas être faites avec éclat afin d'être vues par notre entourage et notre nom ne sera pas cité par les médias d'information, mais ce que nous en retirons sur le plan intérieur est de loin supérieur à toute reconnaissance de l'ego. La voie du Cœur demande humilité et Amour et c'est ce que j'ai compris lorsque je suis venu en aide spontanément à ces deux personnes.

Au cours des mois et des années qui ont suivi cette « leçon » d'amour de Baba, d'autres occasions se sont présentées où j'ai pu apporter aide et soutien à des personnes dans le besoin. À chacune des occasions où je pouvais rendre de petits services, j'avais une pensée de remerciement pour Baba. Je rendais non seulement service à la personne en difficulté, mais je rendais service à Dieu.

La voie du Cœur se résume dans un mot : AMOUR. Aimer, simplement aimer avec son cœur et laisser s'accomplir l'action de la voie intérieure, l'action du Cœur, celle qui nous conduit à la réalisation du Soi et à la Grande Sagesse.

Au cours de ce même voyage, mon épouse et moi avons été reçus en entrevue privée par Sathya Sai Baba. Au cours de cette entrevue, Baba m'a parlé de la voie du cœur et de la bonté du cœur. Il était comme un père qui parlait à son fils avec tendresse et amour. Baba m'a tapé plusieurs fois sur l'épaule dans un geste de réconfort en semblant me dire : « Ne t'en fais pas, je suis là, tout va bien aller. » Ce qui émanait de Baba à ce moment-là était de l'Amour pur, de l'Amour inconditionnel, de l'Amour divin et un Amour sans limite pour tous ses enfants de la terre. J'avais l'impression de vivre dans un rêve éveillé et ne trouvais plus de mots pour décrire cette joie de l'âme. Après ces quelques années écoulées, je peux dire seulement ces mots : merci Père, merci.

### **Sathya Sai Baba est source de Sagesse et d'Amour**

C'est uniquement par l'amour que nous devons tenter de concevoir Dieu et la création. Notre rôle est d'apprendre à aimer de tout notre cœur afin de nous unir à Dieu. Baba nous a livré un très beau message à ce sujet :

*« L'Amour est Dieu et Dieu est Amour. Dieu se manifeste là où il y a l'Amour. Aimez de plus en plus de gens, avec de plus en plus d'intensité. Transformez cet amour en service et ce service en prière, voilà la discipline spirituelle la plus élevée. Il n'y a pas d'être vivant qui ne possède cette étincelle d'amour en lui, même un fou aime quelqu'un ou quelque chose. »*

*« Vous devez réaliser que cet amour n'est en fait que le reflet du Dieu qui est en vous. Vous n'auriez aucun désir d'aimer si vous n'avez pas cette source d'amour, qui bouillonnera au fond de votre cœur. Réalisez sa présence, faites-lui confiance et développez toutes ses possibilités afin d'en irriguer le monde entier. N'attendez rien en retour de la part de ceux que vous aimez. »*

Dieu est Unité. ch. 1. 6.

Création, Unité, Amour, Nature, Énergie, Vie et Dieu sont des synonymes et ils ne peuvent être dissociés l'un de l'autre. Donc, tout ce qui existe est Dieu, de la plus petite particule atomique à l'ensemble de l'univers.

Par l'Amour de Dieu, nous créons une puissance de transformation que rien ne peut arrêter. Avec l'Amour comme base, tout devient possible, c'est la création de la vie, la source même de la vie. Sans amour, la vie ne peut exister et la création n'aurait pas de sens. L'Amour, la vraie nature de Dieu, est la seule énergie capable de vaincre les ténèbres, les forces du mal et de rétablir la paix sur la terre. Chacun de nous peut répandre un peu de cet amour dans son entourage. Par ce geste, en peu de temps nous verrons la terre se transformer en un astre radieux.

Donner de l'amour véritable sans rien attendre en retour est une forme de service à l'humanité. Cet amour tourné vers la Divinité, nous conduit à la réalisation. Lors d'un exposé aux étudiants le 14 janvier 1995, Sathya Sai Baba a déclaré ceci à ce sujet :

*« Si vous désirez réaliser Dieu, vous ne pouvez le faire qu'à travers Son Amour. Rien n'est aussi précieux que cela. Dieu, ainsi que Son Amour, sont au-delà de tout attribut. Si vous aimez une personne en vue d'une récompense, cela devient une affaire commerciale. L'amour est au-delà de toute entreprise de ce genre. Il ne s'agit pas d'emprunts ou de prêts, mais de dévouement et d'abandon. Cet amour sacré s'acquiert uniquement par des pensées sacrées. En toute circonstance, les pensées de l'homme doivent être dirigées vers la Divinité. »*

#### Supplément Prema 22

Les paroles de sagesse et d'amour de Sathya Sai Baba sont un réconfort pour notre âme. Ces paroles nous élèvent vers les plans supérieurs de l'être. Mais c'est la mise en pratique de cet amour pour le bien de l'humanité qui fera de nous un être Divin rempli de Sagesse. Répandre l'amour autour de nous est le devoir de tous. C'est seulement lorsque l'amour sera répandu partout sur la terre que nous pourrons reconnaître que nous sommes devenus des Hommes-Divins.

L'amour pour l'humanité et la sagesse intérieure sont deux éléments importants qui feront passer l'homme de l'âge noir à l'âge d'or.

## Quatrième partie

### DE L'ÂGE NOIR À L'ÂGE D'OR

« Ô Seigneur,  
Prends mon tout et permets  
que je sois tel un instrument  
afin d'œuvrer pour toi. »

Sathya Sai Baba

## Chapitre 1

### L'AUBE DORÉE

#### Les trois voies de l'aube dorée

La venue du troisième millénaire apporte dans la mentalité des gens l'espoir d'un monde nouveau. Beaucoup sont dans l'attente d'un changement quelconque dans leur environnement et envisagent cet avenir comme quelque chose qui va mettre fin à leurs souffrances, à leurs misères et à leurs problèmes journaliers. D'autres par contre ne partagent pas cet optimisme et ils appréhendent plutôt la venue de ce nouveau millénaire. C'est pour cette raison que nous pouvons observer dans l'aube dorée, prélude à l'âge d'or, où nous nous situons, trois types de comportements : le fatalisme, l'optimisme et l'indifférence.

#### Le fatalisme

Le fataliste attend un bouleversement écologique, une fin du monde, une destruction partielle de la terre, un jugement dernier où il y aura un nettoyage des impurs afin de laisser place seulement aux élus, « aux enfants de Dieu ». Motivé par la peur, cet individu qui, dans plusieurs cas, est affilié à un mouvement religieux sectaire ou non, accumule provisions, nourriture, armes et munitions en grande

quantité afin de faire face à toute éventualité. Sa vie est partagée entre l'endoctrinement religieux et la préparation à une offensive, soit des forces de l'ordre, soit de bandes rivales, soit de la nature. Son but, après un éventuel cataclysme, est d'évangéliser la terre à sa doctrine et de répandre sa « vérité » comme une et seule valable.

En cas d'échec, selon l'influence du responsable du groupe, ces individus n'hésiteront pas à sacrifier leur vie pour la cause qu'ils représentent. Pour eux, la mort est une libération vers un monde meilleur, une immortalité dans un ailleurs glorieux. Il est malheureux de constater que depuis quelques décennies plusieurs de ces groupes ont mis fin à leurs activités de façon violente. Ils croyaient fermement que la « fin du monde » était inévitable. Ils ont préféré quitter la terre avant tout événement réel et ainsi éviter l'affrontement avec la souffrance du monde.

Dans cette lignée pessimiste face à l'avenir, nous retrouvons aussi les moins radicaux, ceux qui sont motivés par la peur et qui ont accumulé des biens de toutes sortes et une certaine quantité de nourriture. Ils attendent un changement majeur dans le monde. La fin de quelque chose. La venue d'un « sauveur » divin ou extra-terrestre, d'un vaisseau spatial ou autres engins qui les délivreront de la destruction - si destruction il y a - et du mal. Leur priorité, c'est de se « sauver » (expression comprise dans un sens littéral et dans un sens symbolique) à tout prix, quoi qu'il arrive. Ils ont foi en un Dieu ou encore en un Ètre Supérieur d'une autre dimension qui les protégera de toute destruction. Ils se considèrent aussi parmi les « élus » de Dieu et croient fortement que tous les autres, ceux qui n'adhèrent pas à leur foi et qui ne croient pas en Dieu, seront punis pour leurs erreurs.

À propos de ces questions de destruction, Sathya Sai Baba a déjà répondu que, par sa venue, les catastrophes de l'humanité seront en partie évitées et qu'il n'y aura pas de troisième guerre mondiale, mais que notre environnement continuera à se détruire graduellement. L'homme, par sa négligence et son insouciance, laissera la planète se contaminer lentement. Dans la biosphère, la couche d'ozone s'amincit d'année en année. Sur terre, les eaux deviennent de plus en plus polluées. Tous les scientifiques du monde sont unanimes sur ce sujet : l'eau, la terre et l'air sont pollués à un tel point que, pour certains, il n'y a pas beaucoup d'espoir de contrer la situation.

À cause d'un manque de fermeté et de volonté politique, les programmes de redressement sont reportés à des échéances de plus en plus lointaines afin de ne pas faire trop de mal à l'économie et aux petits « amis » pollueurs.

Face à cette situation critique, lors d'une entrevue avec Sathya Sai Baba, Isaac Tigrett, un Américain qui est très impliqué dans l'œuvre humanitaire en Inde, a demandé ce qu'il adviendrait de la couche d'ozone et de notre biosphère.

Baba de répondre:

*« Dieu a permis à l'homme de détruire la terre. L'homme va revenir vers Dieu... mais à genoux. »*

Conférence, 22 mai 1992

Dans la réponse à Isaac Tigrett, tout laisse présager que quelque chose d'important devrait se produire avec la destruction de la biosphère et que l'homme devra supplier Dieu à genoux pour une intervention divine.

Dans un discours fait le 24 mars 1993, Baba a déclaré en complément à ce qui a déjà été mentionné que la couche d'ozone aurait d'autres influences négatives sur notre comportement et en particulier sur celui des prédictions astrologiques :

*« ... les résultats (prédictions astrologiques) seront contraires à ces influences. L'une des conséquences est la destruction de la couche d'ozone autour de la terre. Il en résulte des risques d'incendie. On peut aussi redouter des explosions. Le pays (l'Inde) est confronté aux dangers de désastres accomplis par la main de l'homme. »*

La terre, à l'image de l'univers et de l'homme, est vivante. Tout comme l'être humain, elle est régie par des cycles, des étapes de vie, des changements d'humeur et un processus de vieillissement. Nous savons tous que, dans une année terrestre, il y a quatre saisons, dont deux principales : l'été et l'hiver, soit une période de chaleur, de sécheresse, et une autre, où il tombe de la pluie ou de la neige selon l'endroit.

Sur une échelle beaucoup plus grande, notre système solaire, y compris notre terre, fait un tour sur lui-même dans une Grande Année Cosmique. Cette Grande Année Cosmique est composée de deux parties principales ou « saisons » dites Années de Platon, et est sous l'influence de deux éléments de la nature : le feu et l'eau. Il y a plus de 12,500 ans, lors d'un changement de « saison », la terre fut affectée par l'élément eau à cause de la fonte des glaciers. La fin de cette glaciation (hiver) fut également la cause du soulèvement de certains continents et de l'affaissement d'autres. Les récits sacrés du monde entier ont relaté cet événement par le symbole du déluge.

Dans le changement d'ère où nous nous trouvons actuellement, nous devrions connaître, selon les cycles cosmiques et conformément à de nombreuses prédictions, quelque chose en rapport avec le feu par le retour de « l'été ». Sur la terre, l'élément naturel qui représente le feu est le soleil. Depuis plusieurs années, les scientifiques du monde entier nous signalent un réchauffement de la terre. Selon la NASA, ce réchauffement serait provoqué par les activités humaines, comme l'utilisation des combustibles (pétrole et autres) et la déforestation qui a un effet sans précédent sur la biosphère.

Ce réchauffement peut provoquer la hausse du niveau de la mer, car les pôles continuent de fondre de plus en plus chaque année. Il est prévu également des périodes de sécheresse dans certains secteurs de la terre et des inondations dans d'autres, et la disparition éventuelle d'écosystèmes entiers, comme les forêts du nord.

Ce changement dans le climat mondial a été la cause des incendies de forêt et des sécheresses survenus au cours des années passées. La couche d'ozone, pour sa part, ne s'améliore pas, elle s'amincit de plus en plus et en particulier dans les zones des pôles. Des trous ont été détectés à plusieurs endroits par des satellites. Ces trous sont la cause directe de l'augmentation du cancer de la peau chez les humains.

Devant ces faits observés, nous pouvons donc admettre que l'élément feu a bel et bien commencé son œuvre et qu'il continuera encore et encore durant plusieurs décennies. Le feu, comme l'eau, est un élément naturel de purification, et la terre en a actuellement un grand besoin.

Le retour de « l'été » cosmique fait partie d'un cycle naturel de régénération de la terre, semblable à celui que nous connaissons avec la rotation de nos quatre saisons durant notre année terrestre de 365 jours. Ce qui est néfaste, c'est l'intervention de l'homme sur l'écosystème. Par ses actions destructrices, il interfère dans le processus naturel du retour de « l'été cosmique ».

Selon la loi naturelle de cause à effet, l'homme doit s'attendre à subir les conséquences de ses actes. Mais Baba dans sa grandeur d'âme, ne nous abandonnera pas et ne permettra pas une destruction de la terre. Même s'il a déjà mentionné qu'il n'interviendrait pas dans le processus naturel de l'évolution il peut, selon toute vraisemblance, intervenir dans un cas extrême.

**« Pourquoi avoir peur quand je suis parmi vous? »**

Sathya Sai Baba

### **L'optimisme**

L'optimiste, qui adhère en particulier au mouvement dit « Nouvel Âge », attend l'Âge d'or comme la manne tombant du ciel. La terre sera pour lui un havre de paix, d'harmonie et d'amour. Les guerres seront choses du passé; tous auront suffisamment à manger, de quoi se vêtir et un toit où s'abriter. La maladie et la pauvreté n'existeront plus, la pollution sera contrôlée et la terre deviendra un paradis où il fera bon vivre. Tous ne verront que des énergies par-ci, des énergies par-là, et s'en remettront à une aide Cosmique, de nature Divine ou autre, qui intervendra pour régler tous les problèmes du quotidien.

Les facultés psychiques de l'homme seront développées au maximum afin d'être mises au service des autres. Les occupations journalières seront partagées entre les chants sacrés, la dévotion, la prière et le service. Le principe de l'amour inconditionnel sera répandu dans le monde entier et le mal n'existera plus sous aucune forme!

Finies les compétitions déloyales entre concurrents capitalistes. L'ère de la coopération sera sur les lèvres de tous. Le partage et l'échange seront la base de l'économie. Les frontières n'existeront plus et l'heure ne sera plus à l'indépendance, mais à l'union des nations. Un gouvernement mondial unique verra le jour avec des représentants de chaque pays et la devise sera : « Un pour Tous, Tous pour Un. »

Entre ces deux extrêmes, il existe une marge de réalité qui est loin de la simple spéulation intellectuelle. Nous devons plutôt envisager l'âge d'or à venir comme une ère de fraternité, de solidarité et de paix entre les peuples et les races de la terre. Il est vrai que les nations sont appelées à s'unir pour mieux s'aider les unes les autres et des efforts sont déjà mis en marche dans ce sens. (À ce sujet lire *Secrets du Maître Divin* du même auteur)

L'économie et les marchés financiers sont appelés à se transformer au cours des années à venir. Dans ces domaines, une profonde remise en question est à prévoir sous peu, et ce, bien avant que l'âge d'or ne s'installe pour de bon. À l'image des saisons, de la nature et de la vie elle-même, quelque chose doit mourir pour que quelque chose naîsse à nouveau.

Comment cette mort du vieux monde va-t-elle survenir? Comment l'élément feu va-t-il participer à cette transformation? Nous ne pouvons que spéculer pour le moment à ce sujet.

Ce que nous devons retenir de tout cela, c'est que quelque chose va pousser l'homme vers une prise de conscience importante, et par le fait même, obliger le monde entier à une profonde remise en question.

Dans son discours « Pourquoi je m'incarne » du 23 novembre 1968, Sathya Sai Baba a dit qu'il était venu dans ce monde pour rétablir l'ordre moral par les vertus de Vérité, de Paix, d'Action Juste et d'Amour. Baba est venu, pour l'élévation spirituelle de l'humanité, rétablir la Fraternité des hommes sur la terre et la Paternité de Dieu. Ce discours mémorable se termine sur ces mots :

*« La plupart des gens hésitent à croire que les choses iront beaucoup mieux dans un futur rapproché, que la vie sera heureuse et pleine de bonheur, et que l'âge d'or fera à nouveau son apparition. Je vous affirme que ce corps divin n'est pas venu en vain et qu'il réussira à écarter la crise qui menace l'humanité. »*

Dans un autre exposé fait le 6 novembre 1981, Sathya Sai Baba a déclaré que l'âge d'or était déjà là pour les chercheurs de Dieu.

*« Plusieurs personnes ont peur parce qu'elles croient qu'au cours de l'âge noir dans lequel nous sommes, ils seront les témoins de l'ultime déluge de la fin des temps. D'autres, appellent cette ère, l'ère des conflits. Non, non, cet âge est l'âge d'or pour les chercheurs de Dieu, pour ceux qui veulent obtenir le discernement. »*

D'une façon ou d'une autre, le monde est en pleine évolution, changement de cycle majeur, âge d'or ou non. Notre manière de penser est appelée à changer, ce qui va nécessairement amener une transformation dans les mondes politique, religieux, économique et spirituel. L'homme ne régresse pas dans son cheminement, il va de l'avant, il est appelé à prendre conscience de sa réalité et du but de son incarnation dans la matière. Inévitablement, il se dirige vers une Conscience Globale, un état supérieur qui doit le rapprocher de Dieu.

Nous sommes à la fin du cycle de l'âge noir et à l'aube de l'âge d'or selon plusieurs écrits orientaux. L'âge que nous terminons est régi par la générosité, mais, pour que l'âge d'or s'installe définitivement, l'humanité doit acquérir, en plus de la générosité, les vertus de vérité, de piété et d'austérité. Ces vertus sont parties intégrales de l'enseignement de Baba.

Comme nous pouvons l'observer, l'âge d'or n'est pas régi seulement par le mouvement du temps, mais bien par le comportement de l'ensemble des êtres de la terre. L'âge d'or sera établi seulement lorsque les quatre vertus déjà mentionnées seront mises en action par la majorité des habitants du monde, en d'autres mots, seulement lorsque chaque individu aura transformé sa vie, (ou sera sur le point de le faire) par une discipline spirituelle de dévotion, d'action sacrée et d'amour.

La transformation, même si elle se fait individuellement au départ, doit devenir une transformation globale par le contact que nous avons les uns avec les autres. Comme il a été dit plusieurs fois, elle doit commencer par notre propre transformation intérieure, par le travail sur soi qui nous conduira à la réalisation du Soi. C'est la seule et unique manière qui est préconisée pour accélérer la transformation du monde et attirer à nous la venue d'un monde meilleur.

L'attente d'un travail accompli par quelques personnes seulement pour créer le bonheur général et « sauver » les autres est purement illusoire et contraire à tout principe d'évolution. L'homme, en se transformant lui-même, se rapproche du but qui est celui de devenir un Serviteur du monde. Il est optimiste face à tous les événements que la vie lui réserve. Il se distingue immanquablement de la masse des indifférents.

## **L'indifférence**

L'indifférent est celui qui suit le mouvement du monde sans trop se poser de questions. Son but est presque uniquement matériel. L'avenir le laisse froid à condition qu'il ait suffisamment d'argent pour satisfaire ses besoins de base et autres désirs. L'indifférent se laisse fortement influencer par les médias d'information. Il ne cherche pas à comprendre au-delà de ce qu'il entend ou voit et accepte comme vraies les paroles des dirigeants politiques et religieux.

Tôt ou tard, l'indifférent devra s'éveiller à la spiritualité et emboîter le pas vers le changement. Mais pour bouger, il devra attendre l'approbation des autres ou un événement majeur dans sa vie qui saura le convaincre.

Cette masse silencieuse est importante, car c'est elle qui fera basculer définitivement une ère dans une autre par son déplacement de position. Influencé positivement par ceux en qui il a confiance ou par ceux qui changent autour de lui, l'indifférent emboîtera le pas lorsque les circonstances le pousseront à le faire.

Que nous soyons conscients ou non de notre évolution intérieure, nous sommes venus sur cette terre avec un travail bien spécifique à accomplir. Nous sommes dans ce monde à l'heure des grands changements et à l'aube de cette nouvelle ère pour accomplir individuellement ou en groupe un travail qui n'est pas toujours clairement défini, mais qui est important pour nous-mêmes et pour ceux qui nous entourent. Ce travail, nous pouvons le considérer comme notre mission.

## Chapitre 2

### MA MISSION D'ENSEIGNER

Selon Baba, nous sommes venus sur cette terre pour nous améliorer, compenser les erreurs des vies passées et évoluer de notre état actuel d'homme à celui d'Homme Divin. Toute notre vie sera alors orientée vers le travail sur soi. Nous apprenons à recevoir puis à donner, nous apprenons à aimer et à répandre l'amour autour de nous. Selon Baba, en plus de notre évolution individuelle, nous avons tous une mission et une grande responsabilité :

*« Votre mission comporte une grande responsabilité, chacune de vos actions doit être un enseignement pour l'humanité. Tel est le but de la vie. »*

Sathya Sai Baba

Comment savoir ce que peut être notre mission? Nous avons tous besoin de comprendre la raison de notre venue sur terre. Beaucoup tentent de recevoir une réponse à leurs questionnements par l'entremise de médiums ou de voyants de toutes sortes.

L'expérience directe dans ce domaine est toujours la meilleure, car elle n'est pas déformée par l'influence d'une personne intermédiaire. Pour ma part, j'ai vécu quelque chose à ce sujet, il y a de cela plusieurs années. Dans un atelier de croissance personnelle, on avait proposé une expérience d'expansion de conscience et de contact avec notre guide intérieur. Sans trop m'attendre à ce qui allait se passer, j'ai participé à l'exercice en toute confiance.

Au cours du processus, ma vision intérieure s'est ouverte sur une autre dimension et j'ai perçu des images très claires d'une scène qui est depuis restée gravée profondément dans ma mémoire. Ce que j'ai vu à cette époque est peut-être en relation avec ma transformation intérieure et ma nouvelle façon de vivre.

Dans l'espace de quelques secondes, une minute, peut-être plus, je ne sais pas, j'étais quelque part dans l'univers et j'observais notre planète dans son entier, un peu comme les astronautes peuvent la voir d'un point éloigné dans l'espace. Je distinguais la forme de la terre et la couleur sombre qui l'entourait. Soudain, de petits points lumineux se mirent à s'activer sur sa surface, des points brillants qui traversaient la couche sombre qui la couvrait. Les points lumineux se multipliaient et devenaient de plus en plus intenses, ils semblaient vouloir « percer » tous les continents que je pouvais observer.

Un être de Lumière se tenait à côté de moi, il portait une robe longue de couleur blanche et une longue barbe comme nous pouvons en voir quelquefois sur des photos de sages. Son visage reflétait

une expression sérieuse et grave et son regard était autoritaire. D'un geste de la main, il me montrait la terre. Je remarquai alors que de mes propres mains sortaient des rayons de lumière, comme des rayons laser, qui se dirigeaient vers la terre afin de la purifier! Les points lumineux que je voyais sur sa surface devenaient de plus en plus nombreux et plus brillants. J'ai compris que ces «points» avaient un rapport avec la guérison de la terre. Cela me faisait penser aux points d'acupuncture du corps humain que nous pouvons observer sur des fiches, mais sur une plus grande surface.

Le guide dit ces seuls mots: « **Va enseigner!** »

J'ai senti une énergie de guérison dans mes mains et mon corps fut parcouru de frissons tel un courant électrique se promenant de haut en bas. Puis, lentement, les images se sont évanouies et je suis revenu sur le plan de la conscience objective. Je ne sais pas encore comment interpréter une telle expérience. Comment enseigner aux autres alors que j'ai encore tant de travail intérieur à faire sur moi? Comment « guérir » la terre alors que je suis encore à me guérir moi-même? Je me suis longtemps interrogé à ce sujet, et la réponse, je crois, c'est que je dois retrouver la « santé » avant d'entreprendre quoi que ce soit. C'est effectivement ce que j'ai entrepris de faire dans les années qui ont suivi cette expérience.

Enseigner aux autres, a toujours été quelque chose que j'ai souhaité accomplir au cours de ma vie, mais que je n'ai jamais mis en action. Je considère que la seule façon dont je peux enseigner est celle que Baba m'a montrée, soit de prêcher par l'exemple. Ma façon de vivre devient mon enseignement, ma transformation intérieure devient aussi ma façon d'enseigner. Les paroles de Baba adressées à ses fidèles il y a quelques années sont claires à ce sujet :

**« Dans le passé je disais : Ma vie est mon message, maintenant je dis : Votre vie est mon message. »**

Oui, en mettant en pratique les enseignements de Baba, nous devenons les enseignants de son message. Je ne peux enseigner que ce que je possède et rien d'autre. Ma vie est entièrement orientée vers la mise en pratique des enseignements de Baba, je deviens donc un enseignant de son message. Les paroles du « maître », lors de mon expérience psychique, se sont enfin réalisées. J'enseigne, mais pas de la manière dont j'aurais cru au départ. Je n'ai pas à exposer des tableaux compliqués à des aspirants en quête de savoir, j'ai simplement à ÊTRE vrai en pensée, en parole et en action.

## Chapitre 3

### NOTRE MISSION SELON BABA

Dans une communication psychique, le 3 août 1979, Charles Penn des États-Unis, reçut un important message de Sathya Sai Baba et ce message fut redonné par Baba lui-même lors d'un exposé du 24 novembre 1985. Swami a révélé que chacun de nous avait une mission importante à accomplir dans le monde en ce changement d'ère cosmique :

*« Votre mission est commencée. (Voici ce que j'ai à vous dire, Mes Fidèles.) Chacun de vous est unique et a une part valable à jouer dans ce temps de vie. Seulement ceux que j'ai appelés peuvent me servir. Chacun de vous a du travail à faire. Cette planète a un but dans l'immense Galaxie dans laquelle elle est contenue. Ce but est en train de se révéler maintenant devant vos yeux. Je vous appelle à rayonner la dévotion qui est en vous pour que votre pouvoir invisible enveloppe tous ceux qui viennent dans votre orbite. Afin de jouer votre rôle avec succès, restez toujours centrés sur Moi. Communiquez à tout être humain et à toute créature vivante la pureté de cœur qui est en vous et ne tendez pas la main pour cueillir les fruits de votre travail. Cette partie de ma mission s'accomplit dans le silence absolu.*

*Vous êtes Mes instruments par qui Mon amour se répandra. Soyez toujours conscients que, le moment où vous laissez votre ego s'emparer de vous, Mon travail cesse. Lorsque vous aurez surmonté votre négligence négative, vous redeviendrez Ma source. La multiplication de Mon amour sera ressentie à travers le monde. Je vous ai préparé pour ce travail à travers de nombreuses incarnations. Je vous ai attirés vers Moi. J'ai beaucoup avancé dans Ma mission au travers de ces dernières incarnations. Mon travail est sans répit et votre travail est donc sans fin. Sachez que je suis à l'intérieur de vous et à l'extérieur de vous; il n'y a pas de différence. Débarrassez-vous des mesquineries pour toujours. Dorénavant, vous êtes Moi et je suis Vous. Il n'y a pas de différence.»*

*« Soyez toujours purs de cœur et d'âme et, de votre vivant, l'humanité bénéficiera de vos qualités uniques. D'autres se joindront également à Moi lorsque Je les attirerai vers Moi. Le temps approche où l'humanité vivra l'harmonie. Ce temps viendra plus vite qu'on ne croit. Avant qu'il arrive, soyez préparés à tout ce qui sera nécessaire pour révéler à chaque créature vivante le but véritable de l'existence.*

*Aucun être vivant ne peut imaginer ce que c'est. Ce n'est pas une chose à laquelle on peut aspirer. C'est au-delà de toute compréhension. Mais je peux vous dire que sa beauté est merveilleuse au-delà de tout rêve et que, tandis que chacun de vous accomplit son travail silencieux, je vous embrasse dans Mon cœur. Dorénavant, votre âme sera élevée et vos yeux révéleront Ma présence intérieure.*

*Du sommet de la montagne du Seigneur où tous les univers ne font qu'UN, ceci Je le dis à chacun de mes fidèles. Faites Mon travail, Mes fidèles bien aimés, votre souffle portera le parfum des fleurs du paradis; votre exemple sera celui des anges. Votre joie sera Ma joie. »*

Il est bien évident que Sathya Sai Baba ne fera pas le travail tout seul. Il n'a pas à « sauver » l'humanité malgré elle. C'est pour cette raison qu'il attire à lui des dizaines de millions d'individus en provenance de toutes les parties de la terre, de toutes les races, de toutes les couleurs, de toutes les croyances et rangs sociaux.

Baba veut, dans un premier temps, que chaque individu s'éveille à la spiritualité et s'engage dans un travail sur lui-même. Et plus tard, par sa dévotion et son engagement moral, que ce même individu devienne un exemple pour les autres. Sans vertu morale, ce travail est impossible. C'est pourquoi il est demandé à tous les êtres humains de mettre en pratique dans leur vie les valeurs humaines de Vérité, d'Action juste, de Paix, d'Amour et de Non-violence.

### **Notre participation individuelle**

Plusieurs peuvent se demander comment faire pour aider à la transformation du monde sans être impliqué personnellement dans une organisation ou un mouvement quelconque. Baba, à ce sujet, nous invite à participer comme suit :

*« Nous pouvons tous participer individuellement à la transformation de la planète, en renonçant à la société matérialiste, en mettant fin à nos désirs de posséder toujours plus, en nous battant pour obtenir un haut niveau spirituel et non matériel, et en transformant notre cœur afin d'éliminer l'égoïsme. »*

Sathya Sai Baba

Ce travail, plusieurs le trouveront peut-être trop difficile et demanderont même quelque chose de plus facile à faire. Dans ce cas, nous pouvons simplement émettre de bonnes pensées pour la paix dans le monde. Nous pouvons envoyer des pensées d'amour et d'harmonie afin de purifier l'aura de la terre.

Selon Baba, les ondes électriques autour de nous et de la terre et dont l'aura est composée, sont polluées par des pensées négatives. Ces pensées destructrices ont pour effet de contaminer le sol, l'eau, l'air que nous respirons et la nourriture que nous mangeons. L'homme a ainsi créé lui-même son propre futur et celui de la race tout entière.

Peine n'est pas perdue. Si l'homme a été capable par ses pensées négatives de créer la condition actuelle dans laquelle nous vivons, il a le plein pouvoir de dissoudre ce nuage et d'améliorer la condition de vie de la terre par des pensées positives, pures et saines. Pour y arriver, il suffit de méditer chaque jour quelques minutes sur la Lumière comme il a été présenté au chapitre 4 de la troisième partie de ce livre.

Ou encore, nous pouvons simplement visualiser une lumière blanche qui vient purifier la terre. En nous unissant à Dieu, pensons amour, joie, compréhension, compassion et harmonie. Imaginons, visualisons, voyons en pensée, une lumière très brillante en provenance d'un point situé dans l'espace et qui se dirige vers la terre. Entourons complètement la terre de cette lumière et faisons fondre toutes les impuretés qui sont imprégnées dans son aura. La terre devient alors de plus en plus

brillante et lumineuse. Ses rayons lumineux se propagent dans toutes les directions de l'espace. Pensons : Harmonie, Guérison, Amour.

Avec l'amour et les pensées saines des hommes, la planète se purifie. Ce merveilleux travail est déjà commencé grâce à l'implication de plusieurs milliers de groupes à travers le monde. À l'intérieur de tous les mouvements d'éveil, les organisations mystiques et spirituelles ainsi que dans bon nombre d'ateliers de croissance personnelle, il est demandé aux membres de participer à la purification des vibrations de la terre. Tous ces groupes de Serviteurs du Monde travaillent dans l'unique but de rétablir la Lumière sur la terre et de permettre la réintégration des êtres au sein de Dieu.

Pour ceux qui trouvent encore ce travail de prière, de méditation ou de visualisation trop difficile ou compliqué, il n'est demandé qu'une chose, c'est de s'abstenir, à tout le moins, d'émettre de nouvelles pensées négatives afin de ne pas contrer le travail de ceux qui œuvrent pour la Lumière. Si aucune autre pensée n'est ajoutée à celles déjà existantes et fort nombreuses, le travail de purification se fera plus rapidement.

Le mot d'ordre pour la venue de cette nouvelle ère sera : Pureté de pensée, Pureté de parole, Pureté d'action, Pureté de cœur que l'on résumera en un seul mot : **AMOUR**.

Baba mentionne qu'une partie de la mission de l'homme dans son évolution graduelle vers la Réalisation Divine est d'être comme le Christ, un exemple vivant de l'Amour désintéressé. Par notre exemple de vie idéale, nous servons l'humanité et nous démontrons, par le fait même, qu'il est possible de réaliser la Divinité tout en vivant sur terre en tant qu'être humain.

Nous sommes en ce moment face à un choix. L'homme, face à lui-même, doit choisir son orientation et sa vie future. Avec sa liberté d'action, il doit décider de son avenir et de celui de la terre tout entière. Dans son choix, il doit surtout se souvenir que c'est par ses actions de service et d'amour que l'âge d'or adviendra et non autrement.

Sathya Sai Baba, dans *La voie de l'amour* nous laisse sur ces paroles :

« *Que ceux qui désirent ardemment réaliser le Seigneur recherchent la solitude, pratiquent la méditation et la répétition du nom du Seigneur à des heures précises et qu'ainsi, par ces moyens, ils acquièrent la concentration de l'esprit. De plus, ils doivent désirer intensément accomplir des actions qui répandent le bien-être en toute vie, et toujours s'engager dans leur labeur sans se soucier des résultats de leurs efforts. Avec la venue en ce monde de tels hommes de biens, toute souffrance cessera. Ce sera l'âge d'or.* »

La voie de l'amour. ch. 30

## CONCLUSION

Pour certaines personnes qui n'ont pas encore saisi toute l'importance de la venue de Sathya Sai Baba dans notre monde, le travail entrepris par ce dernier peut sembler une utopie, un rêve d'une société idéale comme beaucoup l'ont souhaité depuis des siècles, mais qui ne fut jamais réalisé.

Le temps n'était pas venu pour la réalisation d'un changement de cette importance. Les structures étaient encore trop solidement ancrées dans l'ère du Poisson et dans l'âge noir pour que toute transformation fût possible et acceptable pour l'homme. Dans la présente période d'instabilité sociale et économique, l'homme prend conscience de plus en plus de sa propre fragilité et de la fragilité de la société dans laquelle il vit. L'homme devient plus souple face aux situations qui se présentent à lui et est de plus en plus prêt à accepter un changement possible pour son mieux-être. Mais l'acceptera-t-il facilement? Seul l'avenir nous le confirmera.

Sathya Sai Baba est venu parmi nous pour nous enseigner l'amour et la transformation intérieure. Sa mission est de conduire l'homme vers Dieu. Comme il le mentionne souvent lui-même, il réussira sa mission et personne ne pourra l'en empêcher, même pas les grandes puissances politiques ou religieuses qui contrôlent le monde actuel.

Nous sommes à une époque charnière de l'humanité où tout semble se mettre en place pour une transition, un renouveau, une renaissance, une orientation vers le bien, vers une paix durable et une plus grande fraternité entre les hommes. Individuellement, nous pouvons faire beaucoup pour cette transformation, mais collectivement nous pouvons tout changer et ensemble créer un monde meilleur.

Pour réaliser un tel projet, nous devons partir d'où nous sommes. Notre chemin se situe là où nous sommes et nulle part ailleurs. C'est de cet endroit, de cet ici et maintenant que nous devons entreprendre ce merveilleux voyage au cœur de soi, afin d'y découvrir le Soi.

C'est à partir de moi que j'ai entrepris ce voyage. Je n'ai pas demandé aux autres de changer à ma place. J'ai fait le travail seul et pour moi-même. J'aurais pu ne rien changer de ma vie et accepter mes habitudes et mes attitudes dans une indifférence totale afin de vivre une petite vie calme et tranquille. J'aurais pu être comme ceux et celles qui disent : « Moi, je suis né comme cela et je ne peux rien y changer. » Dans cette forme d'inaction, j'aurais alors refusé de tirer une leçon de mes erreurs, refusé de voir la rivière de la vie et préféré demeurer dans le confort de l'ignorance.

Mais mon plan de vie était tracé autrement. Je devais tirer une leçon de mes erreurs, travailler sur mes faiblesses, développer la tolérance, la tendresse, la compassion et surtout développer la qualité de l'Amour.

Je suis réaliste face au travail accompli et je sais qu'il me reste encore des choses à transformer dans ma vie avant de prétendre être un Homme-Divin et ne plus renaître! Je ne me décourage pas pour autant et je me sens de plus en plus guidé par le Soi Supérieur, en fait, par Sathya Sai Baba dans tout ce que j'entreprends. Baba est avec moi de jour comme de nuit, il est mon phare lorsque je suis dans le brouillard et mon soleil les jours où mon âme me révèle sa gloire.

La transformation spirituelle du monde est sur le point de se manifester sous nos yeux. Dans les années à venir, nous allons tous être témoins de cette grande transformation spirituelle qui est en marche et de l'établissement, comme certains l'appellent, « du nouvel ordre mondial. » Comme l'adage le dit : « Un homme averti en vaut deux. » Donc, c'est à nous tous de prendre la décision qui s'impose au sujet de notre avenir. Nous choisissons de devenir des artisans de l'avenir du monde ou nous choisissons de subir les événements agréables ou non afin de nous « forcer » à changer.

Et l'auteur de ce grand changement pour le bien de l'humanité ne peut être qu'un homme Divin... ou plutôt Dieu sous une forme humaine.

***« Vous êtes Dieu et JE SUIS DIEU. La différence qu'il y a entre vous et moi, c'est que moi je le sais, et vous non. »***

Sathya Sai Baba

## BIBLIOGRAPHIE

Enseignements de Sathya Sai Baba compilés et publiés par Sri Sathya Sai Books & Publications Trust.

- Dharma Vahini. Dhyana Vahini. Geetha Vahini
- Jnana Vahini. Prema Vahini. Sandana Nirvarini
- Sathya Sai Speaks, Volumes I à IX
- Discours donnés par Sai Baba de 1985 à 1995
- La philosophie de l'action. S. Craxi. S. Seva Fondation
- Ceux que Dieu Aime. Sylvie Craxi. Italie
- Dieu est Unité. Sri Sathya Sai Book. Italie
- Dieu et son disciple. Org. S.S. Baba, Italie
- Le chemin vers Dieu. Jonathan Roof. Éd. Sathya Sai France
- L'Ordre Universel. Éditions Sathya Sai France
- La Paix Suprême. Éditions Sathya Sai France
- La voie de l'Amour. Éditions Sathya Sai France
- Mission Divine du Consolateur. Pierre Frober
- La revue Prema France, no. 1 à 30.
- Sai Baba Gita. Al Drucke. Atma Press, Crestone, CO USA
- La vie de Sathya Sai Baba. N. Kasturi. Éd. Sathya Sai France
- Un traité sur le Feu Cosmique. A. Bailey. Ass. Lucis Trust
- Mon Baba et Moi. John Hislop. Éd. Sathya Sai France
- L'aube d'une nouvelle ère. A. et S. Craxi
- La Doctrine des Avatars. Michel Coquet. Éd. L'Or du Temps
- Demeure de Paix Suprême. Michel Coquet. Éd. L'Or du Temps

- L'Incarnation de l'amour. Ron Laing. Éditions Arista
- Le Saint homme et le psychiatre. S. Sandweiss. L'Or du Temps
- Le Singe Piégé. Phyllis Krystal. Éd. Du Roseau
- La Limitation des désirs. Phyllis Krystal. Éd. Sathya Sai France
- Healing the chils within. Charles L. Whitfield 1989
- Conversation avec Sathya Sai Baba. J. Hislop. Éd. S. Sai France

## **TABLE DES MATIÈRES**

### **INTRODUCTION**

#### **Première Partie** **L'HOMME ET SA NATURE**

- Chapitre 1 - La descente du Divin
- Chapitre 2 - Le cosmos et le monde
- Chapitre 3 - La nature de l'homme
- Chapitre 4 - La quête du savoir
- Chapitre 5 - Un temps d'introspection

#### **Deuxième Partie** **DE L'HOMME À L'HUMAIN**

- Chapitre 1 - La vie humaine
- Chapitre 2 - Les valeurs morales
- Chapitre 3 - La force d'âme : les vertus
- Chapitre 4 - La limitation des besoins  
et des désirs
- Chapitre 5 - Les devoirs du citoyen

#### **Troisième Partie** **DE L'HUMAIN À L'HOMME DIVIN**

- Chapitre 1 - L'homme le reflet du Divin
- Chapitre 2 - La voie de l'immortalité
- Chapitre 3 - La discipline spirituelle

Chapitre 4 - La dévotion

Chapitre 5 - La sagesse

Quatrième Partie

DE L'ÂGE NOIR À L'ÂGE D'OR

Chapitre 1 - L'aube dorée

Chapitre 2 - Ma mission d'enseigner

Chapitre 3 - Notre mission selon Baba

CONCLUSION

BIBLIOGRAPHIE