

## 12 September 2016, Part 1

### Silver Spring, USA

#### Vidéo

Maharaj: Avez-vous lu Ramana Maharshi et les autres ?

Q: Oui, tous les livres.

Maharaj: Vous avez donc une bonne base. Tout le monde a des connaissances spirituelles. Tout le monde connaît 'Atman', 'Paramatman', mais la connaissance pratique est le plus important. Car, qu'est-il arrivé ? Nous avons accepté le corps comme notre identité. Avant d'être, il n'y avait pas de corps, pas d'apparence. Mais en raison d'une longue association avec le corps, nous l'avons accepté comme notre identité, nous avons oublié notre identité (Réelle). C'est un fait, la Réalité est là. Votre Présence Spontanée Invisible est la Réalité.

Quelle est le but de la spiritualité ? En raison de la longue association avec le corps, nous nous prenons pour le corps. De quoi avons-nous besoin ? Tout le monde veut le bonheur, la paix, une vie libre de tensions, libre de peur ; les quatre choses nécessaires dans la vie. Nous avons accepté le corps comme notre identité, et donc nous avons oublié notre identité.

Donc, le but de la spiritualité est juste de s'identifier Réellement. Nous nous identifions dans le corps-forme. En vérité, vous êtes sans forme, il n'y a pas de naissance, il n'y a pas de corps du tout. Avant d'être, il n'y a pas de corps, après avoir quitté le corps, rien ne subsiste.

Le but derrière cela est juste de vous identifier Réellement. Nous nous identifions au corps-forme, et c'est une illusion. Pour dissoudre toutes ces illusions, la spiritualité est cruciale. Qu'est-ce que la spiritualité ? Juste vous identifier (au Soi). Nous nous identifions à cette forme, c'est une illusion. Donc la question élémentaire est, "Comment étiez-vous avant d'être ?", "Comment serez-vous après avoir quitté le corps ?".

Nous avons tant de concepts. Nous avons la connaissance littérale, le savoir des mots, beaucoup de connaissances littérales. "Je suis un individu séparé". Nous connaissons le 'karma', le 'dharma', tant de religions sont là, tant de concepts sont là. Nous nous sommes enveloppés dans tous ces concepts et nous essayons de vivre à l'intérieur. Nous devons tous les dissoudre. Votre Présence Spontanée est la Vérité Ultime, que vous ne connaissez pas. Votre Auditeur Invisible est Maître. Mais parce que nous nous identifions au corps-forme, nous avons oublié notre Maître.

Excepté votre Soi sans soi, rien n'est là. Dieu, Brahman, Atman, Paramatman, Maître, ce sont vos noms - pas ceux du corps. Par conséquent, j'invite l'attention de l'Auditeur Invisible en vous, sur le fait que Vous êtes l'Ultime Vérité. Mais nous n'acceptons pas en raison de l'impact, de l'empreinte du corps. C'est un fait, vous savez, même si vous réfléchissez intellectuellement. Avant d'être, il n'y a pas de corps, pas de concepts, pas de "je suis" non plus. Au moment où la Présence se lie avec le corps, vous dites : "je suis quelqu'un d'autre". Vous n'êtes personne, vous êtes tout le monde. Votre Présence est semblable à l'espace ou au ciel - Vous êtes partout. Par conséquent, ne vous identifiez pas au corps, c'est le plus important. Et pour cela, la seule source est la méditation. Je vous avertis, au stade avancé, la méditation est aussi une illusion.

Quel est le but de la méditation ? À travers la méditation, vous vous identifiez Réellement. À travers la méditation, vous invitez l'attention du Méditant Invisible en vous, sur le fait que vous êtes Brahman, Atman, Paramatman, Dieu. À travers la méditation, vous vous martelez sans cesse. C'est une évidence : nous commençons comme petit enfant, puis nous grandissons pour devenir un jeune homme, et puis un vieillard. Ce sont les étapes du corps. Qui agit dans le corps ? Qui regarde le rêve ?

C'est un fait que le monde entier est projeté à partir de votre Présence. Votre Présence est Présence Invisible, Présence Anonyme, Présence Non-Identifiée. Et par conséquent, la première chose que je vais vous dire est de ne pas vous mesurer dans le corps-forme. Lorsque vous vous identifiez en tant que corps, vous sous-estimez votre Soi sans soi.

La connaissance littérale ne vous aidera pas, la connaissance livresque ne vous aidera pas. Soyez pratique. Vous avez beaucoup de connaissance. Est-ce que cette connaissance va vous aider au moment de quitter le corps ? Non. Alors, comment êtes-vous avant d'être, et après avoir quitté le corps ? Posez la question. C'est au-delà de l'imagination. C'est appelé l'Ultime Vérité, Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître – que vous êtes.

Nous comprenons cela intellectuellement. "Oui, je suis Brahman, Atman, Paramatman", mais nous ne l'acceptons pas dans la réalité pratique. Qu'est-ce qui est pratique ? Tous les concepts relatifs au corps sont censés être dissous. C'est une chose très simple, pour laquelle votre forte implication est cruciale. Je n'étais pas le corps, je ne suis pas le corps, et je ne vais pas rester le corps. Le corps n'était pas mon identité, le corps ne va pas rester mon identité. C'est une évidence.

La Présence Invisible en vous est la Vérité Finale. Elle a une grande puissance, une grande énergie. Par conséquent, ne pas s'identifier au corps est très important. Parce que vous êtes sans forme, il n'y a pas de corps. Bien que vous soyez la source du corps,

il devrait y avoir la Conviction Spontanée, "je ne suis pas le corps, je ne vais pas rester le corps". Donc, le mental, l'ego, l'intellect viennent avec le corps et se dissolvent avec lui. Tous les concepts - tant de concepts sont là - tous les besoins, toutes les nécessités sont apparues en même temps que le corps. Des concepts comme 'Dieu' : pour dire 'Dieu', votre Présence est requise. Pour dire 'Maître' votre Présence est requise. Vous êtes Maître vous-même ! Mais à cause de la longue association avec le corps vous avez oublié votre identité. Et pour vous identifier Réellement, la méditation est indispensable.

Tout le monde pose des questions à propos du Naam mantra. Ce sont des mots ! Il y a tellement de mots. "Aham Brahmasmi" sont des mots, "je suis Brahman" sont des mots, "Soham" est un mot. C'est un média, une indication. À travers la méditation vous invitez l'attention du Méditant Invisible, sur le fait que vous êtes Brahman. Vous oubliez ainsi votre identification au corps.

Je ne dis pas de négliger le corps. Il n'y a pas de conditions ni de restrictions. Puisque vous êtes la source du corps, vous pouvez prendre soin du corps. Mais c'est une évidence que ce corps n'est pas votre identité, que ce corps n'a pas été votre identité, et que ce corps ne restera pas votre identité.

Donc, la connaissance littérale, et la connaissance livresque ne vous aideront pas. Vous pouvez avoir rencontré beaucoup de Maîtres, lu quantité de livres. Il suffit de poser la question à votre Soi sans soi, "est-ce que toute cette connaissance sera utile au moment de quitter le corps ? Après avoir lu tant de livres, ai-je obtenu une tranquillité totale ? Suis-je heureux ? Suis-je libre de toute tension, suis-je sans peur ?" Questionnez-vous. Directement ou indirectement, nous avons un ego subtil, "je suis quelqu'un d'autre". Ce "quelqu'un d'autre" est censé se dissoudre totalement. Ce n'est pas impossible, ce n'est pas difficile du tout. Vous pouvez le faire, vous avez une puissance énorme, une énergie énorme. Nous négligeons cela. Vous priez, "Ô Dieu, bénissez-moi, Ô Dieu bénissez-moi". Où est Dieu ? Si votre Présence n'est pas là, qui parle de Dieu ? Pour dire 'Dieu' votre Présence est nécessaire. Si votre Présence n'est pas là, qui parle de Dieu ? Où sont les maîtres ? Approchez votre propre Maître ! - à partir duquel vous dites 'je'. Pour dire 'je', votre Présence est nécessaire. J'invite l'attention de la Présence Invisible en vous, sur le fait que vous êtes l'Ultime Vérité. C'est une chose très simple. Mais, il faut une certaine implication. Tout le monde sait que vous êtes Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître. Mais cela devrait être absorbé, "Oui, je suis ce Je !". Tout comme ce corps-ci est appelé homme, ce corps-là est appelé femme ; homme ou femme, alors que vous n'êtes ni homme ni femme, vous êtes Brahman, c'est un fait. C'est très facile à comprendre, mais un peu difficile à absorber parce que nous manquons d'implication, pour cela rien d'autre n'est requis.

Quel est le but de la vie humaine ? Tout le monde veut le bonheur, la paix, la vie sans

tension, la vie sans peur. Au moment où vous vous identifieriez Réellement, la paix spontanée sera là. Qui veut la paix ? Avant d'être saviez-vous ce qu'était la paix ? Ce qu'était le bonheur ? Au moment où l'Esprit s'associe avec le corps, nous disons, "je veux tout". Nous voulons le bonheur, la paix, la vie sans tension, la vie sans peur.

Tout le monde pose des questions à propos de la mort. Qu'est-ce que la mort ? Il n'y a pas de naissance, pas de mort. Naissance et mort sont reliés au corps seulement, et comme vous le savez, vous n'êtes pas né. C'est un fait ! Vous pouvez ne pas le croire, mais vous êtes non né. Parce que nous nous identifions au corps, nous disons, "je suis né", "je suis quelqu'un d'autre". Nous avons beaucoup d'attachement au corps. Rappelez-vous, je ne dis pas de négliger votre connaissance liée au corps, juste de l'identifier. Excepté votre Soi sans soi, il n'y a pas de Dieu, pas de Brahman, pas d'Atman, pas de Paramatman, pas de Maître. Vous êtes le Maître, vous êtes Brahman, vous êtes Paramatman. C'est un fait. Pour cela, au stade initial, vous devez suivre la discipline de la méditation, jusqu'à ce que vous ayez la Conviction Spontanée. Pourquoi ces médicaments sont-ils nécessaires ? Pour développer la Conviction Spontanée. Ce corps est appelé 'homme', je suis quelqu'un en particulier, mon nom est untel, il m'a été donné et je l'ai accepté. Si un millier de personnes appellent "Eh, Jean", vous dites "Oh, je suis Jean".

Q: Ce n'est pas tant une question, plutôt une observation. J'ai commencé à utiliser le mantra "je suis Brahman, Je suis Brahman ". Ce qui est intéressant c'est qu'il semble dissoudre les questions, tout simplement.

### **Implication Totale**

Maharaj : Voyez, au stade initial vous êtes censé dire, "je suis Brahman, je suis Brahman ", parce que, par ce biais, vous martelez votre Soi sans soi. Pour oublier l'identité du corps, pour dissoudre tous les concepts, les concepts liés aux corps, vous devez réciter ce mantra "Aham Brahmasmi", "je suis Brahman", vous devez faire cela. Ce ne sont que des mots, je vous le dis, c'est du langage. Le langage est juste là pour se comprendre, mais qui a créé le langage ? Nous avons le mot 'Dieu', et le mot 'âne' signifie autre chose. Nous avons donné la signification. À travers le langage, vous essayez de vous identifier Réellement. (Pourtant) c'est une évidence : il (le corps) ne va pas rester. Comment étiez-vous il y a cent ans ? Vous répondez, "je ne sais pas". Si quelqu'un vous demande "Comment étiez-vous il y a une centaine d'années ?", vous dites, "je ne sais pas". "Comment serez-vous après avoir quitté le corps ?", vous répondez encore, "je ne sais pas". "Je ne sais pas" signifie « je ne suis sous aucune forme ». Dans une réponse négative, il y a un facteur positif. Je dis à tout le monde, si vous êtes seul chez vous, quelqu'un frappe à la porte et demande, "il y a quelqu'un ?", vous répondez "il n'y a personne". Cet individu qui dit "il n'y a personne" est là. De même, "je ne sais pas" signifie : je ne suis dans aucune forme, je suis sans forme. C'est

un fait. Mais la Conviction est nécessaire, la Conviction Spontanée est nécessaire.

Et par conséquent je dis que la méditation est comme un logiciel anti-virus, il nettoie. Et vous pouvez le faire, rien d'autre n'est requis. Aucun frais, c'est gratuit. Gratuit. Dans notre Lignée, c'est la règle de ne rien exiger des disciples, strictement. Aucune dépense n'est nécessaire. C'est votre Connaissance ! Pas la connaissance d'Atman, Brahman, Paramatman, Dieu. Ce sont les noms qui vous sont donnés, Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, pour identifier votre Ultime Vérité. Vous avez un pouvoir extraordinaire ! Vous avez un pouvoir extraordinaire que vous ignorez. Votre Maître intérieur est très puissant. Ce sont aussi des concepts, Maître interne, Maître externe. L'Auditeur Invisible en vous est le Maître intérieur, c'est Brahman, Paramatman, mais vous négligez Cela.

Votre implication totale est essentielle.

### **Une Spiritualité Occasionnelle Ne Vous Aidera Pas**

Une spiritualité occasionnelle ne vous aidera pas. "Oh, j'ai écouté de merveilleux satsangs, ce Maître donne d'incroyables satsangs". Non. Qui écoute ces satsangs ? Essayez de vous concentrer sur le Concentrateur Invisible en vous. Il est appelé Brahman, Atman. Par conséquent, je vous l'ai dit, à part votre Soi sans soi, il n'y a pas Brahman, pas d'Atman. Vous tombez sur tant de concepts : vie passée, vie future, destin, 'karma', 'dharma'. Qu'est-ce que le 'karma' ? Le karma de qui ? La naissance de qui ? Pas de naissance, vous êtes non-né. Oubliez les vies passées, que savez-vous de cette naissance, de cette naissance même ? Rien. Tant de concepts illusoire nous enveloppent. Soyez libre. Ce corps humain est une opportunité pour vous. Et donc, ne dépendez pas de la connaissance littérale. Ok ! La connaissance littérale est ok, la connaissance livresque est ok. Je ne vous dis pas de ne pas vous approchez des Maîtres, approchez autant de Maîtres que vous voulez, mais n'oubliez pas d'approcher votre propre Maître Intérieur. Ne négligez pas votre propre Maître. « Oh, ce Maître-ci, ce Maître-là, et encore ce Maître-ci ». Pourquoi ? Approchez votre propre Maître. Parce que vous êtes l'Ultime Vérité, il n'y a rien d'ultime, à l'exception de votre Soi sans soi.

Votre forte implication est nécessaire. Ne pas s'asseoir comme ça "Oh..." (Maharaj mime la pose de méditation). C'est normal au début, nous vous conseillons d'être assis comme ça. Tout comme nous disons "a-b-c-d" quand nous apprenons une langue, en utilisant des lettres.

Donc, ne dépendez de personne, Vous pouvez vous tenir sur vos propres jambes. Le but de la spiritualité est de se tenir sur ses propres jambes. Au début, c'est d'accord, le Maître est là, jusqu'à ce que vous identifiiez votre propre Maître. Les corps sont

différents, la Présence est une. Les maisons sont différentes, le ciel est un. Pourquoi tout cela est-il nécessaire ? Encore une fois je le répète. Vous avez très peur de la mort, vous vivez toujours sous tension. Aucune paix. Tout cela, parce que nous négligeons notre propre identité. D'une manière ou d'une autre, nous comptons sur quelqu'un d'autre. Directement ou indirectement, nous protégeons nos concepts illusoire. Oubliez cela.

## **Ivresse Spirituelle**

Le corps est seulement le média à travers lequel vous pouvez vous identifier. Tout est sorti de rien, et tout se dissout dans le rien. C'est un fait. La connaissance spirituelle est aussi une illusion. Pourquoi aspirez-vous à la connaissance spirituelle ? Parce que vous avez oublié votre identité. Où était cette connaissance spirituelle avant d'être ? Après avoir quitté votre corps, une connaissance spirituelle sera là ? Quand avez-vous rencontré la spiritualité ?

Le but principal est juste de vous identifier Réellement, ce qui vous mène à la Conviction Spontanée « je n'étais pas le corps, je ne suis pas le corps, je ne vais pas rester le corps ». Ainsi, au moment où la Conviction apparaîtra, tout sera dissout. Vous devez vous prosterner devant votre Soi sans soi. Nous avons tendance à dépendre de Dieu, à lui demander de faire quelque chose, « Ô Dieu, fais quelque chose, Ô Maître, faites quelque chose ». Pourquoi ? Au stade initial c'est acceptable, mais vous n'êtes plus un enfant. L'enfant dépend de ses parents, mais vous êtes un adulte, vous êtes spirituellement adulte. Je place les faits devant vous, vos faits, le fait de l'Auditeur Invisible.

Il n'y a aucune condition. Rien n'est requis, c'est gratuit. La Présence est gratuite et vous négligez cette Présence. S'il y a la Conviction « à l'exception de moi-même rien n'est là » - 'moi-même' n'étant pas une assertion égotique - « à l'exception du Soi sans soi rien n'est là », vous obtiendrez une ivresse spirituelle exceptionnelle. Je l'appelle l'ivresse spirituelle. Bien que vous viviez dans le monde, vous restez non concerné par le monde. Le monde entier est projeté à partir de votre Présence. Pour dire "monde", votre Présence est nécessaire. Dans un rêve, vous voyez le ciel, l'espace, tout, même Dieu, etc. Vous agissez dans le rêve, mais qui regarde ce rêve, qui filme et enregistre ce rêve ? Au réveil, vous dites, "oh, j'ai vu ceci, cela, quel beau rêve ou quel cauchemar !". Comment ce monde de rêve a-t-il été projeté ? De même, ce monde est projeté à partir de votre Présence. Mais la Présence ne sait pas que "Je suis la Présence", tout comme le ciel ne sait pas que "je suis le ciel". Nous disons "ceci est le ciel". Les cinq éléments ignorent "nous sommes les cinq éléments", l'eau ne sait pas que "je suis l'eau". Votre Présence est au-delà. Mais nous négligeons tout ça. Alors, soyez avec Vous en permanence.

Q: Pendant ces huit dernières années, j'ai tellement lu, j'ai fait tant de pratiques. Je me sens plus confus et plus perdu que jamais, et je suis juste fatigué de tout cela, je veux tout arrêter. Je comprends intellectuellement, mais il n'y a aucune conviction. Ça ressemble à un fantasme, un rêve. Je ne sais plus quoi faire pour obtenir...

Maharaj: Vous devez accepter cela, que Vous n'êtes pas le corps du tout. C'est un fait, une évidence. Oubliez la spiritualité pour un temps. Vous savez intellectuellement que ce corps n'est absolument pas votre identité. Vous étiez un petit enfant, et maintenant vous êtes devenu un jeune homme. Vous allez devenir un vieil homme, et après, bon gré mal gré, vous devrez quitter ce corps. Cela signifie que le corps n'est pas votre identité – fait avéré. Oubliez la spiritualité, ce sont des choses intellectuelles. Le concept "je suis quelqu'un d'autre" est censé être dissous. Il n'y a pas de karma, pas de dharma, pas de destinée, rien n'est là. Vous êtes totalement non né, c'est un fait ! Tant de concepts sont là après avoir lu tant de livres. Nous dépendons de la connaissance livresque, de la connaissance littérale. Vie passée, vie future, la vie de qui, la naissance de qui ? Est-ce que le ciel naît ? Est-ce que le ciel a une destinée ? Votre Présence Spontanée, Invisible est au-delà de cela.

**12 September 2016, Part 2**

**Silver Spring, USA**

[Vidéo](#)

Maharaj: Le monde entier est projeté à partir de votre Présence, c'est un fait établi. S'il n'y a pas de Présence ne serait-ce qu'un instant, quelle est la valeur de ce corps ? Si la Présence n'est pas dans le corps, quelle est donc la valeur du corps ? Le corps a une importance en raison de votre Présence. Donc j'invite constamment l'attention de l'Auditeur Invisible en vous sur le fait que vous êtes l'Ultime Vérité. C'est un fait. Alors, la question de savoir comment cette Connaissance doit être absorbée en vous est fondamentale. Pour cela, le seul outil est la méditation. Ne faire que parler de la connaissance spirituelle est sans intérêt. Grâce à la méditation vous invitez l'attention du Méditant Invisible en vous sur le fait que vous êtes l'Ultime Vérité. Vous martelez tout le temps : "Aham Brahmasmi", "je suis Brahman, je suis Brahman". Tout comme ce corps est accepté comme homme. Si quelqu'un dit que vous êtes une femme, vous le giflez. Ainsi donc, le détenteur de ce corps est appelé Brahman, Atman, Paramatman. C'est un fait, mais nous ne l'acceptons pas. Par conséquent le mental, l'ego, l'intellect, viennent vous jouer des tours en douce.

Donc, directement ou indirectement, nous sommes dépendants de cette connaissance liée au corps. Nous disons, "Je suis Brahman, je suis Brahman", ce n'est

pas suffisant. Tenez-vous sur vos propres jambes, ne dépendez pas de quelqu'un d'autre. Votre Présence Spontanée Invisible a une grande Valeur. 'Dieu', 'Brahman', 'Atman', 'Paramatman', 'Maître', sont les noms donnés à votre Présence Spontanée Invisible. Essayez d'identifier l'Identité Non Identifiée Invisible en vous.

Ne vous sous-estimez pas. Faites toutes vos activités sans aucune restriction. Vous avez des responsabilités familiales, assumez-les, comme si vous agissiez dans un drame, dans un film. Une personne a tant de relations. Nous sommes oncle, père, frère, tant de relations.

Donc, tous les besoins, toutes les exigences sont venues avec le corps seulement. La connaissance spirituelle est requise parce que nous avons oublié notre identité. Où était la connaissance spirituelle avant d'être ? Après avoir quitté le corps, la connaissance spirituelle vous aidera-t-elle ? Non.

#### You Bow Down To You

C'est très simple, rien n'est requis. Et donc je dis, excepté votre Soi sans soi, il n'y a rien. Soyez spirituellement fort, ayez du courage, "Oui, je peux le faire !". Nous avons un manque de courage. Vous n'êtes plus un mendiant, vous êtes milliardaire ! C'est un fait. Nous mendions tout le temps "faites quelque chose pour moi, faites quelque chose pour moi". Pourquoi ?

Je raconte cette histoire - vous avez peut-être lu cette histoire quelque part. Un garçon mendie dans la rue et quelqu'un comme vous tombe sur lui et lui dit : "Pourquoi mendiez-vous ? Vos parents vous ont laissé beaucoup d'argent." - "Oh, vous vous moquez de moi !" - "C'est un fait !". Vous l'emmenez à la banque, pour lui montrer : "Vous avez beaucoup d'argent !". Après avoir pris connaissance du fait que vous êtes multimillionnaire vous n'allez plus mendier dans la rue, pas vrai ? La même chose est arrivée dans notre cas. Vous suppliez "Ô mon Dieu bénissez-moi, faites quelque chose pour moi, faites quelque chose pour moi". Vous vous prosternez partout, ici et là. Mais le Maître dit, "Pourquoi allez-vous vous prosterner ici et là ? Prosternez-vous devant Vous !". Vous êtes le Maître des Maîtres. Vous êtes Brahman, Atman, Paramatman, Dieu. Après la Conviction, vous ne vous prosternerez plus devant personne. Non pas par manque de respect pour tous ces gens, mais vous saurez. Tout comme ce garçon, après avoir pris connaissance de la Réalité, vous n'irez plus mendier dans la rue. Alors j'insiste, ne vous sous-estimez pas. Vous avez une puissance immense.

C'est une Connaissance gratuite. Nous avons donc une discipline stricte dans notre lignée de ne pas exiger quoi que ce soit de tout disciple ou dévot. C'est votre Connaissance, nous ne vous faisons pas de faveur. C'est un fait, je place un fait devant vous. Et pour cela, je le répète, vous devez suivre la méditation strictement, c'est la seule source. Hormis ça, rien n'est là.

Faites votre devoir, il n'y a aucune restriction. Ne soyez pas paresseux ou oisif au nom de la spiritualité. Faites votre travail, faites votre devoir, restez avec les membres de votre famille, assumez vos responsabilités. Mais en même temps, vous devez avoir la conviction que "je ne suis pas du tout le corps, je n'étais pas du tout le corps".

Donc, tous les concepts relatifs au corps sont censés être dissous totalement. Et quand seront-ils dissous ? Après la Conviction Spontanée. Pour avoir la Conviction "Je suis Brahman", vous devez suivre la méditation strictement. Il n'y a pas d'autre moyen. Jusqu'à ce que vous ayez la Conviction, jusqu'à ce moment, vous devez suivre la discipline de la méditation. Et je vous le dis, au stade avancé, la méditation est aussi illusion.

Parce que nous avons oublié notre identité, à travers la méditation, nous invitons l'attention du Méditant : "vous êtes Brahman, vous êtes Brahman". Ce n'est pas difficile du tout, pas impossible non plus. Votre implication totale est nécessaire, une forte volonté est nécessaire. C'est un fait, même si vous y pensez intellectuellement, c'est un fait. Oui ? Des questions ?

Vous dites que la Vérité Ultime n'est pas difficile à accomplir ?

Q: Maharaj, vous dites que ce n'est pas difficile de réaliser cette Ultime Vérité.

Maharaj: Bien sûr.

Q: ...Mais pourtant, il faut du temps pour la plupart des gens.

Maharaj: Pourquoi ? Supposons que vous soyez resté assis dans une grotte obscure pendant cinq cents ans. Soudainement vous prenez une torche, la grotte s'éclaire. Allez-vous dire : "il a fait si sombre pendant cinq cents ans, l'obscurité n'a pas pu disparaître comme ça" ? Alors comme cela, après la Conviction, rien n'est impossible. C'est une évidence, même si vous y réfléchissez intellectuellement : le corps n'est pas du tout votre identité. Quelle est la valeur de ce corps ? S'il n'y a pas de Présence, quelle est la valeur de ce corps ? Le corps a de la valeur en raison de votre Présence Invisible. Pourquoi l'ego est nécessaire, pourquoi le mental ? Quand avez-vous rencontré le mental, l'ego, l'intellect ? "Mon mental, mon mental", quel mental ? Le mental est le flux des pensées. Ce sont des fonctions, le mental, l'ego, l'intellect, avec lesquelles vous fonctionnez au travers du corps. Où était le mental, l'ego, l'intellect avant d'être ? Après avoir quitté le corps, un mental subsiste ? Vous leur donnez tant

d'importance, "mon mental, mon ego". Ce sont des concepts basiques, réalités basiques. Après avoir accepté la Réalité vous serez le Maître du mental. Nous sommes devenus les esclaves du mental, de l'ego, de l'intellect. Les pensées entrent, puis dirigées vers l'intellect, elles sont mises en œuvre par l'ego. Vous êtes au-delà de ça. Votre Présence ne sait pas "je suis Présence". C'est au-delà de l'imagination. Nous essayons de deviner comment "je suis Brahman". Non, c'est un fait. Et par conséquent, ce n'est pas difficile du tout. Vous pouvez prendre soin de votre corps, pas de problème, faites toutes les activités tant que vous endossez le corps. Mais ne touchez à aucun concept. Supposez en rêve vous faites *quelque chose de mal*. "Oh, c'était un mauvais rêve". Prenez-vous de l'ego pour cet acte ? Déplorez-vous cette action ? Il n'y a ni action, ni personne pour agir ! Nous nous identifions au corps alors nous disons, "j'ai fait quelque chose". Fondamentalement, vous êtes sans forme, il n'y a pas de forme, c'est un fait. Naissance et mort sont liés au corps seulement.

Vous êtes plus subtil que le ciel, plus subtil que l'espace. Soyez spirituellement fort, ayez du courage ! Ce qui se passe est que nous manquons de courage. Tout le monde sait "je suis Brahman". Tout le monde a une bonne connaissance, une connaissance spirituelle, mais cela manque de Conviction. Vous devez l'absorber, mettre en œuvre la connaissance en vous. Qu'est-ce que la Connaissance, la Connaissance Spirituelle ? Juste vous identifier Réellement. Ensuite, tous les concepts seront dissous. Pas de peur de la mort. En raison de la longue association avec le corps, Vous avez accepté le corps comme votre identité, c'est le problème.  
Donc respectez votre Soi !

Quelles instructions pour une méditation continue ?

Q: Pouvez-vous nous donner des instructions afin que la méditation soit continue ?

Maharaj: Voyez, la méditation ne signifie pas de rester assis dans une certaine pose, la méditation signifie l'implication, l'investissement total. Je donne un petit exemple, quelqu'un vous insulte, vous malmène verbalement. Alors vous pensez continuellement "je vais me venger de cette personne". Vingt-quatre heures par jour vous y pensez. Quelqu'un vous conseille "oubliez ça". Vous répondez : "non, non, non ! je dois me venger".

C'est appelé méditation. Le Maître agit d'une manière similaire : "vous êtes Brahman". Le Maître vous provoque : "vous êtes Brahman". Prenez-le comme une insulte. Vous devez y penser vingt-quatre heures sur vingt-quatre. 'Brahman' est un mot, comme 'âne'. Si quelqu'un vous appelle 'âne' - "Ooooh", vous le giflez, mais s'il dit, "vous êtes Brahman" - "Oh, comment serais-je Brahman ?"

Votre implication est le point le plus important. Le Maître dit : "vous êtes Brahman",

la science spirituelle dit : "vous êtes Brahman". Ainsi éclairé, vous découvrez : "ce Je, je suis Cela". Brahman, Atman, ne sont pas séparés de vous, c'est un fait, un fait connu.

Je n'ai pas de Naam mantra

Q: Je n'ai pas de Naam mantra, à la place je lis le livre. Je répète : "je suis Brahman, Brahman je suis".

Maharaj: Oui, oui, c'est assez. Jusqu'à ce que vous obteniez la Conviction vous devez suivre la discipline de la méditation "je suis Brahman, Brahman je suis".

Q: Je sais que c'est là.

Maharaj: Oui, vous devez oublier l'identité du corps. Le but du mantra "je suis Brahman" est juste pour oublier l'identité liée au corps.

Q: Et le mot 'bija' dans les bhajans ? Bija mantra, qu'est-ce que cela signifie ? Est-ce la même chose que le Naam mantra ?

Maharaj: Le Naam mantra est composé de mots, je vous l'ai dit de nombreuses fois. "Aham Brahmasmi", "Shivoham", "je suis Brahman", ce sont les mots à travers lesquels vous vous indiquez vous-même, vous vous concentrez vous-même, vous vous martelez vous-même, car vous avez oublié votre identité. Voyez, tout est en vous.

Q: Je voudrais que cela soit répété en permanence.

Maharaj: Vous devez réciter cela. Ce corps est appelé femme, vous êtes une femme, vos parents vous ont dit que ce corps est une femme et vous l'avez accepté, correct ? Vous agissez en tant que femme. Donc, le Maître dit "vous êtes Brahman", et vous ne l'acceptez pas. C'est une Vérité Connue. Homme ou femme n'est pas du tout votre identité, c'est pour le corps. Le détenteur du corps est appelé Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître, que vous êtes. Ne prenez pas ce qui est mentionné dans les livres au sens littéral. Souvent ceci arrive : "Ramana Maharshi dit ceci, ce Maître dit cela". Nous ne sommes pas ici pour analyser les déclarations des différents Maîtres. Ce qu'ils transmettent est le plus important. Qu'est-ce qu'ils transmettent ? Excepté votre Soi sans soi, il n'y a pas Brahman, pas d'Atman, pas de Paramatman.

Q: À un certain moment, j'ai ce sentiment - la voix devient si forte : "Il n'y a aucune de valeur dans tout ce que tu as fait". Je sens que ce que je fais est juste une perte de temps. Et ce sentiment devient très fort...

Maharaj: Jusqu'à ce que vous obteniez la Conviction, des pensées font leur apparition sur votre Présence. Diverses pensées apparaissent sur votre Présence. De bonnes pensées, de mauvaises pensées, les pensées dépressives sont là. Vous êtes antérieur à ça. Et par conséquent, j'invite l'attention de la Présence Invisible. Concentrez-vous. Vous regardez cela, vous êtes Témoin de tout ce qui se passe à l'intérieur. Je parle du Témoin Invisible en vous.

Q: Oui, je peux sentir ...

Maharaj: Ce 'je' est censé être dissous. 'Je' est censé être dissous. Pour dire 'je' votre Présence est nécessaire. S'il n'y a pas de Présence, qui parlera de 'je' ?

Q: Encore une fois, l'identité corporelle revient...

Maharaj: Il n'y a pas de va et vient. Est-ce que le ciel va et vient quelque part ? Parce que, voyez, ce n'est pas de votre faute, je ne vous blâme pas, cela arrive. C'est parce que nous nous mesurons dans le corps-forme que cela arrive. Et pour cela votre implication est fondamentale, la méditation est nécessaire. Pourquoi est-ce que j'insiste sur la méditation ? Parce que c'est la base, c'est la fondation, c'est le logiciel anti-virus. Vous devez installer ce logiciel anti-virus. Grâce à lui vous allez toujours vous marteler "vous êtes Brahman, vous êtes Brahman". Vous connaissez le commissariat ? Ils disent au criminel : "vous êtes le meurtrier", il dit "non, je ne suis pas le meurtrier", "Si, vous êtes le meurtrier ! Vous voyez les preuves ? Vous avez fait ça", "vous mentez, vous êtes un menteur." Comme cela, vous martelez "vous êtes Brahman, vous êtes Brahman !". Ensuite, vous viendrez à cette conclusion : "oui, je suis Cela".

Q: Devons-nous demander pour le darshan ? Pour une bénédiction personnelle ?

Maharaj: C'est d'accord. La bénédiction est là, votre propre bénédiction est le plus important. Vous n'êtes pas séparé de moi, les corps sont différents. Posez votre propre main. Faites votre propre darshan.

En pratique, c'est correct. Comme une formalité, en signe de respect.

**16 September 2016, Part 1**

**OneCircle Silver Spring, USA**

[Vidéo](#)

Connaissance Spirituelle

Maharaj: Tout le monde a lu *Je Suis ? Soi Sans soi ?*

Nous sommes ici pour nous identifier dans un sens Réel. La science spirituelle est là simplement pour nous permettre de nous identifier Réellement. Nous nous identifions au corps-forme et c'est une illusion. Le corps n'a jamais été votre identité, le corps ne restera pas votre identité. Seulement des aperçus de 'je' sont là, apparaissant sur votre Présence spontanée. Si la Présence est absente, où est 'je' ? Donc 'je' apparaît sur votre Présence, appelée Dieu ou Maître, Brahman, Atman, Paramatman – des noms sont donnés à cette Identité Non-Identifiée en vous.

Voyez, ce qui se passe est que depuis l'enfance jusqu'à aujourd'hui, nous nous mesurons via le corps-forme, et comme vous savez, le corps n'est absolument pas

votre identité. Quel est le but de la connaissance spirituelle ? Nous lisons tant de livres, nous approchons tant de maîtres. Quel est le but, que voulons-nous au juste ? Fondamentalement, nous voulons le bonheur, la paix, une vie libre de tension et de peur. Car le corps humain n'est pas tolérable. Nous avons accepté ce corps humain comme 'je suis'. Le 'je suis' est apparu sur votre Présence. La Présence ne sait pas 'je suis Présence'. Elle est plus subtile que le ciel, que l'espace. S'il n'y a pas de Présence, quelle est la valeur de ce corps ? À travers le corps, nous pouvons nous identifier Réellement.

Qu'est-ce que la Connaissance, la Connaissance Spirituelle ? Cela signifie simplement s'identifier dans le sens Réel. Cela ne veut pas dire de négliger son corps, de négliger ses responsabilités familiales. C'est une spiritualité pratique ; ce n'est pas une spiritualité stérile ni une discussion creuse sur la spiritualité. Soyez pragmatiques. Ce n'est absolument pas difficile. Je vous l'ai dit : excepté votre Soi sans soi, il n'y a ni Dieu, ni Brahman, ni Atman, ni Paramatman, ni Maître. Mais nous nous mesurons sans cesse via le corps, qui est illusion. Ce concept illusoire est supposé être dissous. 'Je suis quelqu'un d'autre', mental, ego, intellect sont apparus avec le corps. Nous vivons dans la bulle du mental, de l'ego, de l'intellect. Où étaient le mental, l'ego, l'intellect avant d'être ?

Avant d'être nous n'avions aucun bonheur ni paix. Après avoir quitté le corps, qui veut le bonheur, qui veut la paix ? Ce sont des mots. La connaissance relative au corps n'est pas tolérable, « je suis quelqu'un » n'est pas tolérable. Une fois identifié parfaitement, vous saurez : « je ne suis pas le corps, Je n'ai jamais été le corps, Je ne resterai pas le corps ». Fondamentalement, vous êtes non né. Il n'y a ni naissance ni mort. Naissance et mort ne sont connectées qu'à la connaissance du corps. Je ne dis pas de négliger le corps. Le corps est le média à travers lequel vous pouvez vous identifier. Si la Présence n'est pas là, quel est la valeur de ce corps ? Donc soyez pragmatique, ce n'est pas impossible. Que veut dire être pragmatique ? Pour vous identifier Réellement, vous devez suivre la discipline de la méditation, c'est le plus important.

Nous insistons sur le Naam mantra... mantra – ce sont les mots. 'Soham' est un mot, 'Aham Brahmasmi', 'Sivoham', ce sont les mots à travers lesquels vous pouvez identifier, à travers lesquels vous vous martelez sans cesse. C'est l'unique source. Je vous dis que la méditation est aussi illusion au stade avancé. Mais pour dissoudre tous les concepts relatifs au corps, la méditation est très importante, c'est la fondation. En d'autres termes, je dis que la méditation est un logiciel anti-virus.

Vous devez passer par cela, sans ça vous ne pouvez-vous identifier. Les connaissances spirituelles stériles « j'ai lu tant de livres », ne sont que des soulagements temporaires, ce sont des antalgiques.

C'est une occasion en or. Votre Présence est une Présence inestimable. La Présence ne sait pas 'je suis Présence'. J'utilise les mots 'Présence', 'Esprit', ou 'Énergie', vous pouvez dire ce que vous voulez. C'est comme l'espace. L'espace ne sait pas 'je suis espace'. Le ciel ne sait pas 'je suis le ciel'. Alors que faire ? Essayez de vous identifier Réellement. 'Je suis quelqu'un d'autre' est supposé être dissous. Vous êtes tout le

monde. Vous êtes au-delà du ciel. Le ciel est partout. Allez n'importe où dans le monde, le ciel est là. Mais le ciel ne sait pas 'je suis le ciel'. De même, votre Présence Anonyme, Invisible, l'Auditeur Invisible en vous est partout comme le ciel, non limité au corps. Le corps a ses limitations, ses étapes. Vous êtes un enfant, puis vous grandissez et devenez un jeune homme, puis un vieil homme, et un jour ou l'autre, bon gré mal gré, vous devrez quitter ce corps.

C'est l'objectif de la spiritualité. Que signifie 'spiritualité' ? Ce sont des mots.

Comment pratiquez-vous la dévotion ?

Q: Maharaj, qu'est-ce que la dévotion ? Comment pratique-t-on la dévotion ?

Maharaj: Oui, bonne question. Après la connaissance de la Réalité, vous devez vous impliquer, il vous faut vous concentrer, vous concentrer sur le Concentrateur, le Concentrateur Invisible en vous, l'Auditeur Invisible en vous. À travers les mots, nous essayons de nous identifier. Nous avons créé le langage, et à travers ce langage nous essayons de nous identifier. À travers la dévotion vous pouvez identifier la Dêité en vous. Votre Présence Spontanée est le Divin, c'est Dieu, la Vérité Ultime, Brahman, Atman, Paramatman, non-séparé de vous. Cela arrive parce que nous sommes constamment en train de nous mesurer : « je suis quelqu'un en particulier », « je suis un homme ou une femme », ou autre chose. Vous n'êtes ni homme ni femme, vous êtes Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître. C'est un fait, mais vous n'acceptez pas les faits. Tant de questions apparaissent sur votre Présence, des questions basées sur le corps.

Toutes les questions seront dissoutes au moment où vous vous identifierez Réellement. C'est une évidence, oubliez la spiritualité. Même en réfléchissant intellectuellement, le corps n'est absolument pas votre identité.

Après avoir quitté le corps, que reste-t-il ? Qu'est-ce que la connaissance ? Qui a besoin de la connaissance ? Qui veut la connaissance ? Qui veut la paix ? Qu'est-ce que le bonheur ?

La connaissance basée sur le corps n'est pas tolérable, par conséquent nous voulons le bonheur. Il y a trois concepts principaux pour le bonheur : notoriété, argent et sexe. Nous essayons d'extraire le bonheur de ces trois éléments. Ces choses sont absentes avant d'être.

Après avoir quitté le corps, qui veut toutes ces choses ? Il y a tant de concepts : 'karma', 'dharma', 'religion', tellement de choses. 'Destinée', 'vie passée', 'vie future' – rien n'est là, c'est illusion absolue. Mais depuis l'enfance, à cause de la longue association avec le corps, nous avons accepté tant de concepts. « Je suis quelqu'un

d'autre ». Ce « Je suis quelqu'un » est censé être dissous. Vous n'êtes personne, vous êtes tout le monde. Votre Présence est partout tout comme l'espace ou le ciel.

Après avoir la Conviction Spontanée, tous les concepts seront dissous ; toutes les questions seront résolues en vous. Je vous le dis, vous n'êtes pas un mendiant, vous êtes un multimillionnaire. Nous mendions « Ô Dieu bénis-moi, Ô que quelqu'un me bénisse », « posez votre main sur ma tête ». Pourquoi ? Parce que vous négligez constamment votre Soi sans soi en acceptant du bonheur ou une bénédiction de quelqu'un d'autre.

Ok, vous avez du respect pour tous. Mais il devrait y avoir la Conviction Spontanée : je n'étais pas le corps, je ne suis pas le corps, et je ne resterai pas le corps. C'est la Réalité mais vous n'acceptez pas la Réalité parce que l'ego est là, ce que l'on appelle le mental est là, l'intellect est là. Ce sont des organes fonctionnels. Où était ce mental avant d'être ? Après avoir quitté le corps, le mental reste-t-il ? Plus rien. Y a-t-il un ego alors ? Non. Un intellect ? Non.

Mental, ego, intellect, besoins, nécessités, tout est venu uniquement à cause du corps et s'en ira avec le corps.

C'est donc une opportunité pour vous identifier.

C'est donc une opportunité pour vous identifier. Pour cela, la méditation est la seule source. Si vous continuez à approcher tant de maîtres, à lire des milliers de livres spirituels, vous ajoutez quelque chose, vous ajoutez plus d'intellect. Parce que votre Soi sans soi est là, rien n'est là. Dieu, Brahman, Atman, Paramatman, Maître, ce sont les noms donnés à ce Pouvoir Surnaturel Ultime en vous. J'invite l'attention de l'Auditeur Invisible en vous sur le fait que vous êtes la Vérité Ultime, vous êtes la Vérité Finale.

Vous n'avez besoin d'aller nulle part. Mais de la confusion est présente, parce que nous avons lu tant de livres, tant de concepts ont laissé leur impression, tant de concepts ont été gravés en nous.

Nous devons faire éclater la bulle des concepts, des concepts liés au corps. Même si vous dites « Je suis Brahman », c'est aussi un concept. Vous êtes au-delà de ça. Ce sont des noms. Des mots sont là, de bons mots.

Nous avons créé le langage, donné la signification au langage, à chaque mot. Et par conséquent j'insiste : au début on doit passer par la méditation. C'est l'unique source, la base, la fondation. Après la Conviction Spontanée, la méditation est aussi illusion.

Pourquoi la méditation est-elle requise ? À travers la méditation vous invitez l'attention du Méditant invisible en vous sur le fait que vous êtes la Vérité Ultime. À travers la méditation vous invitez l'attention du Méditant Anonyme en vous sur le fait que vous êtes la Vérité Ultime, Brahman, Atman, Paramatman, Dieu. Après la Conviction, vous n'avez plus à aller nulle part, tout est en vous. Vous avez une puissance immense, mais nous dépendons toujours de quelqu'un d'autre. « Faites quelque chose pour moi, priez pour moi », « donnez-moi votre bénédiction », « mettez votre main sur ma tête », pourquoi ? Essayez d'absorber la Connaissance que vous avez déjà.

Second Visiteur: Sri Ramakant, après avoir lu 'Soi Sans soi', mes espaces de méditation où le 'je' disparaissait se sont prolongés, n'était plus là pour de plus longues périodes et...

Maharaj: Voyez, 'je' est apparu sur votre Présence. Pour dire 'je', c'est apparu sur votre Présence. S'il n'y a pas de Présence, qui dit 'je' ? Vous êtes antérieur au 'je'. 'Je' est un mot. 'Je', 'il', 'elle' - c'est une indication, une identification, une identification locale, une identification physique.

Q2: Mais ensuite j'ai commencé à expérimenter une telle paix, et avant mon voyage j'ai vécu une telle résistance pour venir ici, comme si j'avais dû me forcer à venir.

Maharaj: L'expérience est valable, c'est une bonne expérience, mais au stade ultime il n'y a ni expérience ni entité faisant l'expérience, ni témoignage ni entité témoin. L'expérience est apparue sur votre Présence, c'est une bonne chose, pas une mauvaise chose. Quand vous vous approchez de plus en plus près de votre Soi sans soi, de bonnes expériences apparaissent : une paix exceptionnelle est là, un bonheur exceptionnel est là, une ivresse spirituelle sans aucune cause matérielle.

Essayez d'absorber la Réalité

Vous êtes autonome, mais nous nous sous-estimons sans cesse en imaginant que quelque chose est là, qu'une puissance surnaturelle est là, régissant ce monde entier. Comme je vous l'ai dit, ne vous sous-estimez pas. Votre Soi sans soi est très puissant. Il n'y a ni naissance ni mort, ce sont des concepts. Personne ne sait « je suis né », personne ne sait « je meurs ». Naissance et mort sont connectées à la seule connaissance du corps. Vous n'êtes pas le corps, jamais. Vous n'êtes absolument pas le corps, c'est un fait. Vous êtes non né. Le ciel a-t-il une naissance et une mort ? Le ciel connaît-il l'enfer ou le paradis ? Bonne action, mauvaise action, mauvaise énergie, bonne énergie – qu'est ce qui est bon ou mauvais ? Nous avons créé un cercle et dans ce cercle, nous essayons de vivre. Brisez le cercle. Et pour cela, je le répète encore, la

méditation est la base, au stade initial. La discussion seule, la discussion intellectuelle sur la spiritualité, le jeu avec les différents mots spirituels, tout cela est insignifiant. Vous pouvez le faire ! Votre puissance est immense ! Vous n'êtes pas séparé de Dieu, Brahman, Atman, Paramatman. L'Auditeur invisible a une puissance immense ; on l'appelle Brahman, Atman, Paramatman. Soyez avec vous en permanence. Vous faites votre travail, vous assurez vos responsabilités ; ne négligez pas votre santé, ne négligez pas votre vie de famille. Soyez pratique. Mais en même temps, essayez de vous identifier Réellement.

Des questions ? Soyez libres !

Q3: Comment pratiquer l'investigation de Soi ? Quel est le processus ?

Maharaj: L'investigation de Soi signifie juste que vous êtes inconscient de votre identité. "Qui suis-Je"? Au stade avancé, il n'y a aucune question. Bien que l'on appelle Cela 'Brahman', 'Atman', 'Paramatman', 'Dieu', nous ne savons pas ce qu'est Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître. Parce que tant de concepts ont été gravés en nous depuis l'enfance jusqu'à aujourd'hui, nous avons accepté et nous agissons à l'intérieur de ce cercle de concepts. Le Questionneur est lui-même la Vérité Ultime, vous avez simplement oublié votre identité. Vous pouvez le faire ! Ce n'est pas impossible, pas difficile, vous devez juste dévouer un certain temps. C'est gratuit, aucune taxe n'est là. C'est Votre Connaissance ! La Connaissance de l'Auditeur, pas la connaissance de « Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître ».

L'Auditeur, l'Auditeur Invisible n'a pas la notion : 'je suis quelqu'un d'autre', 'Brahman', 'Atman'. À travers la méditation vous martelez sans arrêt, 'Je suis Brahman', 'Soham', ce sont les mots. Considérant la sensibilité de l'Esprit, des mots sont donnés. L'Esprit est très sensible. Si quelqu'un dit « Vous êtes un âne », vous le giflez, vous l'insultez. Si quelqu'un dit « Vous êtes Brahman » - « Oh, comment serais-je Brahman ? ». Pour cela, vous devez seulement vous impliquer. Essayez d'absorber la Réalité.

Q4 : Sur la route pour venir ici, lorsque j'étais assis – je suis venu ici il y a quelques heures, et vous n'étiez probablement même pas là – mais je... progressivement j'ai senti plus de félicité que d'habitude. C'était plus fort que jamais lorsque j'étais assis ici, attendant. Et je me demandais s'il y avait un moyen de partager cela – et je ne sais pas d'où ça vient, je ne peux le contrôler – pourrais-je le partager avec ma mère ? Elle est très âgée. Y a-t-il un moyen pour moi de l'aider ? Je veux dire, je lui ai parlé de tout cela et elle a un peu d'intérêt. Est-ce le mieux que je puisse faire ? Puis-je méditer en pensant à elle ?

Maharaj: La méditation ce n'est pas juste s'asseoir comme ça. Ça, c'est requis au stade initial. Votre implication totale est requise. Ce corps est appelé 'homme', et vous l'avez accepté, et ce corps est appelé 'femme'. Est-ce que vous répétez sans cesse : « je suis une femme, je suis une femme, je suis une femme » ou « je suis un homme, je suis un homme, je suis un homme » ?

Vous n'êtes ni homme ni femme, vous êtes Brahman et vous devez l'accepter. À cause de concepts illusoire, nous ne l'acceptons pas. Et par conséquent la méditation est requise, à travers laquelle vous martelez sans cesse : « Je suis Brahman ».

Toutes les relations, tous les besoins, sont venus avec le corps. Toutes les nécessités sont venues avec le corps, que vous n'êtes absolument pas. Avant d'être, quels besoins sont là ? Quelles relations sont là ? Vous dites « mon père », ma « mère », « ma sœur », « mon frère », « mon Brahman », « mon Dieu », tant de choses sont là. À l'instant où l'Esprit disparaît du corps, quelle relation demeure ? C'est une évidence, même si vous réfléchissez intellectuellement. Toutes les relations sont venues avec le corps, toutes les nécessités sont venues avec le corps, tous les besoins sont venus avec le corps. Parce que le corps n'est pas tolérable, nous désirons tant de choses. Tant de causes matérielles sont là. Avant d'être, il n'y a rien, pas de nécessités, pas de besoins, pas de relations. Le Maître n'est pas séparé de vous.

## Une Opportunité En Or

Q5: Quel type de méditation devrais-je faire ? Poser la question 'Qui suis-je ?' ou méditer sur Brahman ?

Maharaj: Vous devez réciter un mantra, 'Aham Brahmasmi', 'Je Suis Brahman, Brahman Je Suis', comme cela, ou 'Soham' – il y en a tant. Chaque lignée a des mots différents. Le principe sous-jacent est de vous identifier à travers ces mots. 'Je Suis Brahman', 'Aham Brahmasmi', 'Soham', 'Sivoham', ce sont des mots. Ce sont les mots clés, à travers lesquels vous martelez votre Soi sans soi. En permanence je vis comme un homme ou une femme, des limitations corporelles sont là.

Votre Présence est au-delà du ciel. Le monde entier est projeté à partir de votre Présence. S'il n'y a pas de Présence qui parle du monde, qui parle de Dieu ? Pour dire 'Dieu', votre Présence est requise. Pour identifier Dieu, votre Présence est requise. Quand avez-vous rencontré Dieu ? Sentez-vous libre de répondre. S'il n'y a pas de Présence dans le corps, puis-je identifier 'Brahman, Atman, Paramatman, Maître' ? Y a-t-il des relations là-dedans ? Rien n'est impossible.

Q6: Alors pourquoi la réalisation de la Vérité Ultime est-elle si rare ?

Maharaj: Voyez, 'Réalisation' veut dire Conviction. Réalisation signifie Conviction

Spontanée. Maintenant nous disons « je suis quelqu'un d'autre », homme ou femme, et c'est une illusion. Je parle de cette Réalisation, cette Conviction Spontanée : *Je suis Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître, Je n'ai rien à voir avec le monde.* C'est un monde illusoire. Au moment où la Présence s'associe avec le corps, vous voyez le monde. Où est le monde avant d'être ? Cela signifie que le monde entier est projeté à partir de votre Présence. C'est pourquoi je la définis comme Identité 'non-identifiée', Identité 'invisible', Identité 'anonyme', qui ne peut être définie, devinée, qui ne peut-être imaginée.

Cette Réalité doit être totalement absorbée. Les discussions creuses sur la spiritualité ne vont pas vous aider. Et le corps humain est une opportunité en or de vous identifier.

Q7: Quel est le bénéfice de l'initiation, du Naam mantra ?

Maharaj: Cela invite l'attention du Méditant sur le fait que vous êtes Brahman, Atman, Paramatman. C'est le stade initial, la fondation. Vous avez oublié votre identité ; nous nous mesurons sans arrêt via le corps-forme. Fondamentalement, vous n'êtes pas le corps, aucun aspect n'est là. Si quelqu'un perd la mémoire, on lui montre des objets, on lui montre une chose puis une autre. Le but est de recouvrir la mémoire. C'est la même chose ici. Nous avons perdu la mémoire, nous avons accepté le corps comme notre Identité, ce qu'il n'est pas. Et pour dissoudre l'identité corporelle, l'initiation est là, 'je suis Brahman, Brahman je suis'

Pourquoi l'Esprit s'est-il oublié ?

Q8: Pourquoi l'Esprit a-t-il oublié son identité ?

Maharaj: Il n'y a aucune raison. L'Esprit ne sait pas 'Je suis Esprit'. Esprit est le nom donné à la Présence, la Présence Invisible, Puissance, Énergie. L'électricité sait-elle 'j'allume toutes ces choses' ? Il n'y a aucune raison, pas de "pourquoi l'Esprit..." Nous essayons de deviner avec l'intellect. Votre Présence dans le monde est une Présence Spontanée. Tous les jours vous rêvez, n'est-ce pas ? Prévoyez-vous à l'avance « je vais rêver de ceci aujourd'hui, de cela demain » ? Et qui agit dans le rêve ? Qui observe ce

rêve ? Vous agissez dans ce rêve en tant que quelqu'un d'autre. Vous voyez le soleil, la lune et tout le reste, vous voyez une histoire. Comment ce monde de rêve est-il projeté ? Vous dormez. Et qui produit les films de tous ces rêves ? Donc similairement, c'est un long rêve : « je suis quelqu'un d'autre ».

Q9: Enseignez-vous 'moola maya', tout est un rêve ?

Maharaj: Quelle 'maya', pas de 'maya'. 'Maya' est un concept.

Q9: Correct. Mais 'moola maya' ?

Maharaj: 'Maya' est le nom donné aux concepts illusoires.

Q9: Ok, très bien. Et vous enseignez ça ?

Maharaj: Qu'est-ce que 'maya' ? Avant d'être, qu'est-ce que 'maya' ? 'Maya' est illusion, un concept illusoire.

Q9: Bien sûr. Vous enseignez donc que l'existence est comme un rêve ?

Maharaj: Bien sûr, bien sûr. Pas 'je pense', c'est un fait ! C'est un fait, c'est la Réalité. Le monde entier est projeté à partir de votre Présence, toutes les choses apparaissent sur votre Présence. Ce n'est pas ma philosophie, c'est une chose universelle, un fait universel.

Q9: Avez-vous connu Ranjit Maharaj?

Maharaj: Oui, je l'ai connu. Il était co-disciple de mon Maître.

Q9: Oui, il était mon enseignant.

Maharaj: Oui, oui, il était une personne remarquable. Nisargadatta Maharaj était mon Maître.

Q9: Et Siddharameshwar Maharaj...

Maharaj: Et Siddharameshwar Maharaj était mon grand-Maître spirituel, mon grand-père spirituel.

Est-ce que l'amour est un concept ?

Q10: L'amour est-il un également un concept ?

Maharaj: Bien sûr. Quand avez-vous rencontré l' « amour » ? L'amour, l'affection, sont des concepts apparus sur votre Présence. Lorsque l'Esprit s'est associé avec le corps, l'amour, l'affection, sont apparus devant vous. Qu'est-ce que l'amour ? Avant d'être, il n'y a pas d'amour. Après avoir quitté le corps, l'amour est-il là ?

Aussi longtemps que nous nous identifions au corps-forme, 'amour', 'affection', tant de choses sont là, tant de relations sont là : 'mon père', 'ma sœur', 'mon frère', 'mon Maître', 'mon Dieu', des milliers de concepts sont là. Au moment où le corps se dissout, rien n'est là, aucune relation. Toutes les relations sont basées sur le corps, et vous n'êtes pas du tout le corps, vous n'étiez pas du tout le corps, vous ne resterez pas du tout le corps, parce que vous êtes la Vérité Ultime, vous êtes la Vérité Finale, la Réalité Finale. Et pour absorber cette Réalité, je me répète encore, vous devez suivre la méditation, c'est l'unique source. Lire, parler, écouter uniquement, non. Et vous pouvez le faire ! Rien n'est impossible. Parce qu'à l'exception de votre Soi sans soi, rien n'est là.

Soyez pratique. Ne négligez pas votre vie de famille. Si vous avez un emploi, travaillez, si vous avez des responsabilités, assumez-les. Pas de « je suis Brahman » ou « je suis un homme spirituel, comment faire toutes ces choses ? » Il n'y a aucune restriction. Ce que vous lisez, ce que vous faites, n'a rien à voir avec Cela. Il n'y a pas d'action, personne n'agit ! Parce que nous nous mesurons à partir du corps-forme, nous disons « j'ai fait ceci – une bonne chose, une mauvaise chose ». Qu'est-ce qu'une « bonne chose », qu'est-ce qu'une « mauvaise chose » ? Ce qui est tolérable est une « bonne chose », ce qui n'est pas tolérable est une « mauvaise chose ».

Q4: Je pense à la félicité, et ensuite je pense à l'amour impersonnel comme plus ou moins équivalent, et pour moi, lorsque je suis là, c'est un fait. Puis à d'autres moments, j'oublie ce fait. Donc, est-ce que la félicité, la félicité et l'amour...

Maharaj : Ne vous mesurez pas dans le corps-forme. Quelle bénédiction (blessing) s'y trouve ?

...Ah, félicité (blissfulness), d'accord, d'accord.

Ne vous sous-estimez pas. Ce soi-disant 'je' est supposé être dissous.

Q11: Lorsque l'on médite, devons-nous répéter un certain mantra ?

Maharaj: Oui, bien sûr, bien sûr. Je vous l'ai dit, notre lignée a un mantra spécifique. 'Aham Brahmasmi' est un mantra, 'Soham' en est un autre, 'Sivoham' est là aussi, 'Je Suis Brahman, Brahman Je Suis'. Divers mantras, divers mots sont là. C'est une indication, ce sont des mots-clés. À travers ces mots, vous devez vous identifier, vous devez vous marteler. Ne faites pas que vous asseoir une heure ou deux. Vous pouvez vous asseoir pour méditer, mais une implication en tout temps est requise.

Q11: Lorsque je fais la méditation, je ne peux pas empêcher les pensées qui viennent me traverser. Que dois-je faire pour stopper les pensées ?

Maharaj: C'est la nature du mental. Le mental signifie le flot des pensées. Vous êtes témoin des pensées, vous êtes distinct des pensées – bonnes pensées, mauvaises pensées – vous êtes témoin. N'essayez pas de contrôler les pensées, laissez-les être là. Supposez, vous êtes assis ici et quelque chose se passe dehors. Vous négligez cela. Les pensées circulent tout le temps. Quelles pensées vous acceptez et lesquelles vous n'acceptez pas, c'est à vous de voir.

September 16, 2016, Part2

OneCircle Silver Spring, USA

Vidéo

Maharaj: Vous êtes le Maître du mental ! Jusqu'ici le mental nous dictait « fais ceci, fais cela », maintenant nous dictons au mental. Ça peut arriver. Mental, ego, intellect, ce sont seulement des organes fonctionnels. Après avoir eu la Conviction vous serez sans pensées, les pensées ne seront plus là. Et pour cela, je répète encore, la méditation est la base, la fondation, que vous négligez, que vous ne connaissez pas.

Q: Maharaj, pourquoi sommes-nous si effrayés de trouver cette Vérité Ultime ?

Maharaj: Pas comme cela ! Parce que nous avons tant de concepts gravés en nous, nous avons de solides concepts : 'je suis quelqu'un d'autre', 'homme' ou 'femme'. Et pour dissoudre tous ces concepts, une fois de plus, vous devez suivre la méditation. Après la Conviction, vous saurez que 'je ne suis absolument pas le corps, je n'ai jamais été le corps, je ne vais absolument pas rester un corps, je suis non né, mort et naissance sont uniquement connectées au corps, tous les désirs sont uniquement connectés au corps'. Vous êtes au-delà de ça. Il n'y aura donc pas de dépression, il n'y aura pas de pensées négatives. Ce n'est pas votre faute. Car depuis l'enfance jusqu'à aujourd'hui, nous avons une longue association avec le corps, des milliers de concepts ont été gravés en nous. Nous essayons de vivre à l'intérieur du cercle de ces concepts, nous avons des limitations. Notre processus de pensée est aussi à l'intérieur de ce cercle limitant, « je suis quelqu'un d'autre », « je suis un homme ou une femme », « quelqu'un d'autre ».

Q2: Si chacun de nous est Brahman, nous sommes Brahman lui-même. Est-ce correct de l'énoncer ainsi ? Est-ce l'hypothèse de départ ? Que nous sommes tous...

Maharaj: C'est un fait (que vous êtes Brahman) ! Vous vous prenez pour le corps-forme ! Les corps sont différents !

Q2: Pas de problème, c'est donc l'hypothèse de départ. La question ici est : pourquoi un Brahma est-il amené à blesser un autre Brahma, si nous sommes un et le même ?

Maharaj: Parce que c'est la connaissance liée au corps. Brahman ne blesse rien ni personne. Le ciel blesse-t-il un autre ciel ? Le ciel américain blesse-t-il le ciel indien ? Le ciel ne sait pas 'je suis le ciel', la Présence ne sait pas 'je suis Présence', Brahman ne sait pas 'je suis Brahman'. Brahman est un mot donné à la Vérité Ultime que vous êtes. L'Auditeur Invisible en vous est la Vérité Ultime ; on le nomme Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître. Ce n'est pas un individu, il n'y a pas de dualité du tout.

Q2: Alors peut-on dire qu'il est acceptable que ce Brahman-ci nuise à ce Brahman-là ?

Maharaj: Non, non, non, « d'accord, je suis Brahman je vais blesser un autre Brahman » - il n'y a pas deux Brahman différents.

Q2: D'accord, alors c'est un Brahman, mais deux corps différents. Si je heurte ce corps d'une façon ou d'une autre, est-ce que je me retourne et explique que tout va bien parce que nous sommes un, le même ?

Maharaj: Des concepts égotiques sont là, « je suis quelqu'un d'autre ». Ce « quelqu'un » est supposé se dissoudre. Brahman ne blesse personne.

Q2: Mais si un préjudice doit se produire – vous avez dit précédemment que rien ne se produit vraiment, aucun acte n'est commis, en fin de compte.

Maharaj: Personne n'est là pour agir, il n'y a pas d'acte. Nous nous identifions au corps-forme, c'est pourquoi tous ces concepts apparaissent. Je parle de cette

Présence Invisible en vous, où il n'y a rien, pas de pensées, pas de concepts. Le concept 'Brahman' n'est pas là non plus. Et comme je vous l'ai dit, le mot 'Brahman' est donné à cette Vérité Ultime. Excepté votre Soi sans soi, il n'y a pas de Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître. Donc Brahman ne blesse personne « ce Brahman est différent, ce Brahman est distinct. »

Q2: En d'autres termes, ce que vous faites à d'autres, vous vous le faites à vous-même, c'est juste ?

Maharaj: Tant que vous vous identifiez au corps ces concepts apparaissent. Aucun autre n'est là. Parce que nous nous mesurons à l'aune du corps, 'il' est là, 'il', 'elle', 'ça' sont là et tous les concepts apparaissent. Avant d'être, est-ce qu'un seul de ces concepts est là ? Avant d'être, ou après avoir quitté le corps, trouvez-vous des choses différentes ?

Q2: Donc, quelqu'un qui fait du mal à un autre...

Maharaj: Quand avez-vous rencontré quelqu'un d'autre ? Avant d'être, « quelqu'un d'autre » était là ? Après avoir quitté le corps, « quelqu'un d'autre » est-il là ?

Q2: ...corps, si ce corps blesse...

Maharaj: Je crie... je vous crie dessus... parce que vous vous mesurez par le biais du corps, c'est pourquoi vous dites qu'il y a des corps différents. Les maisons sont différentes, le ciel est un. Ceci est appelé un bungalow, ceci un appartement, ceci, cela, et des noms sont donnés. Si toutes ces maisons s'écroulent, qu'arrive-t-il au ciel ? Va-t-il en enfer ou au paradis ? Et c'est pourquoi je vous dis de ne pas vous prendre pour le corps-forme, c'est la base. Puisque nous nous identifions au corps, tant de concepts apparaissent. Les corps sont différents. Dans cent ans, qu'arrivera-t-il à tous ces corps ?

Même si vous réfléchissez intellectuellement – comment étiez-vous il y a cent ans, vous dites « je ne sais pas », votre réponse sera « je ne sais pas ». Comment serez-vous après cent ans - « je ne sais pas ». « Je ne sais pas » signifie « je ne suis dans aucune forme, je n'ai pas d'aspect ». Comme j'ai dit à certains d'entre vous : vous êtes seul dans la maison et quelqu'un frappe à la porte - « Quelqu'un est là ? », vous dites « personne n'est là ! ». Correct ? Vous voulez dire « je suis là, à part moi, personne n'est là ». À l'exception de votre Soi sans soi, rien n'est là. Et par conséquent j'insiste sur la méditation. Méditation signifie concentration, implication totale. Il n'y a pas de restrictions, pas de servitude. C'est la base, la fondation. Parce qu'écouter seulement n'a aucune valeur, c'est juste un apaisement temporaire, un antalgique, une intoxication temporaire. Le corps humain est une opportunité pour vous identifier au Soi.

Chaque moment est très important, précieux. Une concentration complète, une implication totale, est le plus important. Mais nous ne l'acceptons pas. Chacun sait 'je ne suis absolument pas ce corps', tout le monde sait. Un jour ou l'autre, volontairement ou non, nous devons quitter ce corps. Qu'est-ce qu'il reste ?

Q3: Pouvez-vous dire quelque chose à propos d'une pratique qui soit silencieuse, sans mots, qui aide la Présence consciente à se reconnaître ?

Maharaj: Après l'apparition de la Conviction, le silence sera là, un silence spontané sera là. C'est pourquoi j'insiste sur la méditation. Il n'y a pas de silence car nous avons tant de concepts, des concepts basés sur le corps. Directement ou indirectement, nous sommes devenus des victimes de notre mental, ego, intellect. Et pour cela, vous devez vous identifier dans un sens Réel. C'est un fait ! Oubliez la spiritualité. Vous n'avez jamais été le corps, vous n'êtes pas le corps du tout, vous ne resterez pas le corps et le corps n'est absolument pas votre identité. Même si vous réfléchissez intellectuellement, c'est une évidence. Quelle est la valeur de ce corps ? Si la Présence est absente un moment, quelle est la valeur de ce corps ? Aucune.

Et c'est pourquoi j'insiste sur la méditation – tout le temps - l'implication. Considérant la sensibilité de l'Esprit ou Présence, les mots sont donnés 'Soham' ou 'Aham Brahmasmi', 'Sivoham', ce sont les mots. Des mots-clés, vous voyez, des mots-clés.

Q4: Le Naam mantra doit-il être récité continuellement à tout moment une fois l'initiation reçue ?

Maharaj: Vous devez réciter le Naam mantra tout le temps, continuellement, à tout moment. Vous n'avez pas à vous asseoir tout le temps comme cela. Faites votre travail, assumez vos responsabilités. Il n'y a pas de restrictions, pas d'empêchements. Quoi que vous fassiez, vous récitez le mantra, le Naam mantra, 'Aham Brahmasmi', 'Brahman Je Suis', comme cela.

Q4: Et cela va calmer le mental de telle sorte qu'il ne soit pas là, en toutes situations, tout le temps.

Maharaj: Le mental est toujours là pour vous jouer des tours par derrière lorsque vous vous concentrez sur le mantra, sur Brahman, durant le processus de nettoyage. Le mental ne vous autorisera pas à vous concentrer sur vous-même. Le mental n'est rien d'autre que le flot des pensées. Nous donnons de l'importance au mental – il n'y pas du tout de mental, pas d'ego, pas d'intellect. Tout cela est venu uniquement avec le corps, tout cela est apparu sur votre Présence. Si votre Présence n'est pas là, où sont le mental, l'ego et l'intellect ? Mais directement ou indirectement, nous devenons les victimes du mental, ego et intellect. Nous donnons tant d'importance au mental, ego et intellect : « ne contrariez pas mon mental ».

Q2: La méditation vipassana n'utilise pas de mantra, mais demande simplement d'observer la respiration, les sensations corporelles. Qu'en pensez-vous ?

Maharaj: C'est un soulagement temporaire. 'Vipassana', tant de concepts sont là, des soulagements temporaires. Vous faites vipassana une fois, un certain temps, une semaine, deux semaines, un mois, mais après avoir arrêté vipassana, vous revenez au même point.

Q2: Mais si l'on pratique vipassana tous les jours ? Que pensez-vous de vipassana en comparaison...

Maharaj: Le principe derrière vipassana ou toute autre pratique est de vous identifier dans un sens Réel. Quelle que soit la pratique que vous suiviez, le principe est juste de vous identifier Réellement. C'est juste un processus : vipassana est un processus, la méditation est un processus. Mais la méditation (du Naam mantra) est un processus puissant à travers lequel vous pouvez vous identifier au plus tôt.

Q2: Mais dans la méditation vipassana il n'y a pas de mantra...

Maharaj: Alors continuez à pratiquer la méditation vipassana. Mais vous vous prenez pour le corps et faites la méditation vipassana, c'est sans intérêt - « je suis quelqu'un d'autre, je fais la méditation vipassana », c'est une méditation égotique. Vous devez oublier votre identité corporelle. « Je fais une sadhana, je fais une méditation » - ce 'je' est supposé être dissous, et c'est pour cela que la méditation est là. À travers la méditation, vous invitez l'attention de l'Auditeur Invisible en vous sur le fait que vous êtes l'Ultime Vérité. Vous êtes la Vérité Finale. Vous vous martelez en permanence. Au stade avancé, la méditation n'est plus requise. Après la Conviction, la méditation n'est plus requise. La méditation est seulement un processus temporaire, jusqu'à ce que vous ayez la Conviction.

Q5: Dans 'I Am That', Nisargadatta dit: "Un mental paisible est tout ce dont vous avez besoin. Lorsque le mental est calme, tout le reste se passe naturellement. » La façon dont on calme son mental importe-t-elle ?

Maharaj: Ça arrive, mais après la reconnaissance du Soi sans soi, le mental ne vas pas rester. L'existence du mental est apparue sur votre Présence. L'existence du mental, ego, intellect est apparue sur votre Présence. La Présence n'a pas de mental, ego, intellect. Et par conséquent, essayez de vous identifier Réellement. Ce sont des mots, à travers lesquels j'essaie de faire passer le message. Après la Conviction, mental, ego, intellect ne restent jamais. Où était le mental avant l'être et après avoir quitté le corps ? Le mental n'a pas d'identité propre. Vous avez donné naissance au mental, ego, intellect. Sans votre Présence, comment pouvez-vous identifier ego, intellect, mental ? Ils n'étaient pas là avant l'existence, et ne seront pas là non plus après avoir quitté le corps. Et par conséquent j'insiste sur la méditation. À travers la méditation vous pouvez contrôler votre mental ; le mental sera contrôlé spontanément. Le mental signifie le flot de pensées, des pensées sont là en continu que vous définissez comme 'le mental'. Les pensées entrent dans le mental, arrivent

à l'intellect, prennent une décision, et à travers l'ego vous implémentez cette décision. C'est un processus, un fonctionnement. Vous êtes séparé de tout ça. Toutes les questions seront résolues en vous, vous n'avez besoin d'aller nulle part, pas besoin d'un Maître non plus - je vous le dis - car l'essence du Maître est en vous. Mon Maître Nisargadatta Maharaj disait : « Je ne fais pas de vous des disciples, je fais de vous des Maîtres. » Vous êtes déjà des Maîtres, mais vous avez oublié votre identité.

Vous connaissez l'histoire du lion ? C'est une histoire spirituelle bien connue. Un lion fut élevé parmi les moutons et les chèvres. Il se mit à penser « je suis un mouton » et il eut peur des chiens, des renards etc. C'est une histoire bien connue. Jusqu'à présent, nous nous sommes associés à ce corps, à la connaissance liée au corps, et par conséquent nous nous considérons dans le corps-forme. Vous êtes sans forme. Il n'y a ni apparence, ni forme, c'est un fait. Et pour absorber ce fait, vous devez suivre la méditation - je répète encore la même chose. Vous pouvez lire des livres, vous pouvez écouter plusieurs Maîtres, mais ne négligez pas votre Maître Intérieur.

Q6: Je suis confuse à propos du meilleur moment pour activer le Maître Intérieur et pratiquer l'investigation du Soi.

Maharaj: Voyez, j'ai dit que « Maître intérieur » et « Maître extérieur » étaient des concepts. Il n'y a pas de différence entre Maître intérieur et Maître extérieur. Nous disons « Maître intérieur », « Maître extérieur », juste pour se comprendre. Il n'y a pas de différence entre Maître intérieur et Maître extérieur. C'est juste pour se comprendre. Le Maître est le Maître, il n'y a ni intérieur ni extérieur.

Q6: Merci.

Q7: Qui est éligible pour recevoir le Naam mantra?

Maharaj: Tout le monde!

Q7: Y a-t-il des prérequis?

Maharaj: Oui, oui, comme j'ai dit à John. Si vous voulez recevoir le Naam mantra, consacrez du temps pour le Naam mantra. Mais cela doit être sincère. Je n'accepte rien de votre part, mais vous devez être sincère si vous acceptez le Naam mantra. Votre implication est cruciale. Parce que ce qui se passe est que nous ne donnons pas de valeur aux choses que nous recevons gratuitement. Je n'attends rien de vous mis à part votre implication, qui est le plus important, rien d'autre. Donner le Naam mantra n'est pas difficile pour moi. Mais il ne doit pas y avoir de mauvaise foi ou autre. Soyez sérieux avec le Naam mantra.

Q7: Comment pratiquer le Naam mantra?

Maharaj: Je vous guiderai. Vous devez réciter le Naam mantra en suivant la respiration. Au stade initial nous prescrivons une discipline, comme lorsque vous apprenez une langue, comment écrire 'a-b-c-d' et tout ça.

Q7: Parce que parfois il me semble que nous nous torturons nous-même.

Maharaj: Ce n'est pas nécessaire de se torturer. C'est une chose très simple. Pas de torture, pas d'exercice spécial. Pourquoi torturer le corps ? C'est une chose simple ; c'est Votre Connaissance, pas la connaissance de 'Brahman', 'Atman', 'Paramatman'. L'Auditeur Invisible en vous est la Vérité Ultime. Mais vous Le négligez, vous sous-estimez votre Soi. Vous dites « Dieu est grand », « Ô Dieu bénissez moi », d'accord, ce n'est pas mauvais. Mais si votre Présence est absente, comment pouvez-vous identifier Dieu ? Pour dire 'Dieu', votre Présence est requise. S'il n'y a pas de Présence dans le corps, qui va parler de Dieu ? Qui va parler de ce monde ? Au stade initial, j'insiste sur la méditation parce que nous avons oublié notre identité. Vous pouvez avoir lu tant de livres, vous pouvez avoir écouté tant de Maîtres. Mais vous ne lisez pas, vous n'écoutez pas comme si c'était l'histoire du Lecteur, de l'Auditeur : « c'est mon histoire ». Si quelqu'un écrit votre biographie, vous dites « c'est ma biographie ».

Q8: Pouvons-nous réciter « Om Namah Shivaya » ou d'autres mantras ?

Maharaj: Vous pouvez réciter votre propre mantra, ou le mantra de n'importe qui. Mais ne prenez pas un mantra d'un Maître pour aller vers un autre Maître avec un autre mantra. Ayez de la loyauté, de la foi dans votre mantra, n'importe quel mantra fera l'affaire. N'ayez pas un mental instable : « aujourd'hui le Maître donne ce mantra puis cet autre Maître donnera un autre mantra ».

Q8: Le matin, si on a une pratique de dix minutes...

Maharaj: Ok, pas de problème. Avec foi totale, implication totale, n'importe quel mantra fera l'affaire : 'Aham Brahmasmi', 'Sivoham', n'importe quel mantra. Mais soyez loyal, ayez une confiance totale.

Q9: Je suis plutôt confuse. Quand vous dites que quelque chose vient... rien vient de quelque chose, puis quelque chose devient rien ?

Maharaj: J'ai dit que tout est venu de rien, et tout se dissous pour retourner à rien. Tout est venu de rien, et tout se dissous en rien.

Q9: Mais comment quelque chose peut-il devenir rien ? Et rien devenir quelque chose, enfin...

Maharaj: Nous jouons avec les mots ! Essayez de vous identifier de telle manière que cette question ne se présente plus à votre mental. Ce sont les mots. Je répète, ceci est un langage à travers lequel vous vous exprimez. Nous avons créé le langage : 'quelque chose', 'rien', 'tout', ce sont des mots. Le principe de base derrière cela est que vous devez essayer de vous identifier, essayez d'identifier l'Auditeur Invisible en vous. Au lieu d'analyser tant de mots, de mots spirituels, essayez de vous identifier. Qui est l'Analyseur? Qui veut cette connaissance ? Quel est le but de cette connaissance ? Jusqu'où cette connaissance est-elle utile ?

Supposons que quelqu'un ait beaucoup de connaissance. Cette connaissance aura-t-elle une quelconque utilité au moment de quitter le corps ? Vous avez beaucoup de connaissance, vous avez lu tant de livres, cinquante ans de sadhana, soixante-dix ans de sadhana. Demandez-vous simplement : « après avoir lu tant de livres, après avoir approché tant de Maîtres, après avoir acquis tant de connaissances, ces connaissances vont-elles m'aider au moment de quitter le corps ? ». Vous devriez être sans peur. Cette vie sans peur devrait être là. Ce moment devrait être un moment heureux : « je ne meurs pas, il n'y a pas de mort, je ne suis jamais né ». Vous aurez un courage spontané issu de la spiritualité à l'abord de n'importe quel problème. Les pensées vont et viennent, les mauvaises pensées vont et viennent, les dépressions sont là. Mais après la Conviction, vous négligerez toutes ces pensées dépressives. Elles sont momentanées, comme des nuages, des nuages noirs qui vont et viennent. Vous êtes Là et Là seulement.

**17 Septembre 2016, Partie Un**

**OneCircle Silver Spring, USA**

[Voir la vidéo](#)

## Connaissance Pratique

Maharaj: Hier, nous étions en train de parler du principe de la spiritualité, du but de la spiritualité. Comme vous le savez, la spiritualité consiste simplement à vous identifier dans le sens Réel. Pour quelle raison s'identifier Réellement ? Nous nous identifions au corps de nourriture et ce n'est pas la Réalité. Ceci n'est pas notre Réalité. Il y a des Reflets du 'Je', appelés Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître. Pourquoi est-ce requis ? Parce que nous sommes enveloppés par des concepts illusoire : « je suis quelqu'un d'autre ». Et à cause de cela, il n'y a pas de paix, pas de bonheur, de la tension est toujours là, de la peur. Donc à moins de nous identifier dans un sens Réel, nous ne sommes pas capables d'identifier la Réalité. Et comme je vous l'ai dit, nous savons théoriquement « je suis Brahman » ou « je ne suis pas le corps ». Même si vous réfléchissez intellectuellement, c'est un fait : le corps n'est pas du tout votre identité. C'est un fait reconnu. Qui agit dans ce corps, qui parle, qui écoute ? L'Auditeur Invisible en vous nommé Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître et Vérité Ultime. Et pour Lequel il n'y a ni naissance, ni mort, rien n'est là. Vous êtes non né, réalisez que vous êtes non né, c'est un fait. Mais nous devons avoir de la connaissance pratique. Connaissance pratique signifie : nous savons intellectuellement « je suis Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître, je ne suis pas le corps, le corps de nourriture », mais la Réalité est supposée être absorbée totalement. Directement ou indirectement nous dépendons de ce corps de

nourriture. Nous avons beaucoup d'attachement pour le corps.

Quel est le signe de la Réalisation ?

Je n'ai jamais dit de négliger ce corps. C'est le média à travers lequel s'identifier Soi-même. Il y a tant de concepts depuis l'enfance jusqu'aujourd'hui : « je suis né », « je suis un homme ou une femme », tant de concepts sont là, concepts sociaux, concepts religieux. Et à l'intérieur de ce cercle nous vivons notre vie. Après s'être parfaitement identifié, il y aura des changements significatifs à l'intérieur de vous, appelés signes de Réalisation. La science spirituelle dit qu'il y a six symptômes de la Réalisation. Il y a la question : « Comment puis-je savoir si je suis Réalisé ou pas ? Quel est le signe de la Réalisation ? Quel est le signe de l'Illumination ? ». Après la Conviction, après avoir absorbé la connaissance de la Réalité, des changements prennent place.

'Shama' signifie pardonner et oublier. Pour des futilités vous avez de l'irritation. Après cette conviction vous serez calme et tranquille.

Tout comme Gautama Bouddha et Jésus Christ - vous les connaissez.

Et 'Dama' veut dire tolérance et patience. La tolérance arrive spontanément en vous. Là où de petites choses pourraient nous agacer, là où de la violence pourrait surgir en nous, à présent la patience apparaît. Vous le sentirez. Si quelques incidents que ce soient arrivent contre votre mental, Vous ne serez pas irrité. Il y a de la tolérance, de la patience, 'Shama', 'Dama'.

'Titiksha' signifie juste connaître la Réalité, vous avez hâte de connaître la Réalité : « Qui suis-je ? ». Et puis 'Uparati' signifie qu'il n'y a pas d'attraction pour le monde. Il y a tant d'attractions dans le monde : renommée, argent, sexe. Pas de cupidité et d'attrait pour le monde. Vous vivez dans le monde, mais il y a quiétude et calme complet. Et puis 'Bhakti' signifie dévotion, dévotion totale. Après la connaissance de la Réalité, il y a une dévotion totale. Et 'Shraddha' signifie confiance et foi complètes. Ce sont les six symptômes donnés par la science spirituelle. Vous pouvez vous évaluer vous-même. Et après avoir eu la Conviction Spontanée à propos de la Réalité, ces changements vont survenir. Ce que vous étiez avant l'être, ce que vous serez après avoir quitté le corps, il n'y a alors pas de colère, il n'y a rien. Tous ces symptômes vont apparaître spontanément en vous. Vous serez calme et paisible.

Le silence sera toujours présent, pas la violence

La façon dont vous vivez, sous la coupe de la violence, cette violence disparaît spontanément. Ça peut arriver. Il y aura un silence continu, plus de violence. Et vous le ressentirez, après la Conviction, vous le ressentirez. C'est le principe de la spiritualité. Écouter seulement, parler seulement, et approcher tant de Maîtres ne vont pas vous aider. Des changements sont requis. Alors vous aurez un Réel silence, paix, aucune tension ne sera là – pourquoi la tension est-elle là ? Nous avons des attentes, et si quelque chose va à l'encontre de vos attentes, vous devenez irrité. Tout le monde a tant d'attentes, de n'importe qui, de la famille, des amis, de la société, tant d'attentes sont là, c'est la nature du mental.

Toutes les attentes, besoins, sont venues avec le corps seulement. La connaissance basée sur le corps n'est pas tolérable, c'est un corps de nourriture. Aussi longtemps que vous l'approvisionnez en nourriture et en eau, le corps survit. C'est un fait reconnu, le corps ne va pas rester constant. L'Esprit, la Présence, aime continuer à vivre, c'est sa nature. Même une fourmi : si vous versez de l'eau, elle court ici et là pour sa survie. C'est la nature de l'Esprit ou Présence. Votre Présence ne se connaît qu'à travers le corps. Et pour cela, je répète encore : la seule source est la méditation. C'est uniquement par la méditation que vous pouvez vous identifier, obtenir la Conviction. La Connaissance sera absorbée totalement. Et par conséquent, je répète : la connaissance intellectuelle, les discussions intellectuelles sur la spiritualité - si je parle des heures entières, des années entières avec vous - c'est insignifiant. C'est votre identité, pas l'identité de 'Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître'.

Cette brûlure doit être stoppée

Q: Dans votre livre vous avez dit que la méditation est un balai spirituel. C'est une belle image.

Maharaj: Oui, correct, correct. C'est le logiciel anti-virus. Car les fichiers sont tellement corrompus, tant de concepts sont là. Bien que nous connaissions notre identité, bien que nous connaissions la Réalité, des concepts sont là. Et parce qu'il y a de la faiblesse, ils s'immiscent, ils exploitent. Fondamentalement, que voulons-nous avec la connaissance spirituelle, quel est le principe ? Vous voulez de la paix, mais la paix n'est pas là. Des pensées négatives arrivent en permanence, il y a de la violence à l'intérieur. Nous disons « oh, ça va, ça va », mais quelque chose est là, à l'intérieur, qui brûle. Cette brûlure doit être stoppée. Pendant longtemps, nous nous sommes placés en tant qu'homme, femme, en forme corporelle. Nous avons accepté totalement « je suis le corps », mais vous n'êtes absolument pas le corps, vous n'allez pas rester le corps. Comment êtes-vous avant d'être ? Demandez-vous seulement : « Comment suis-je avant l'être ? » Comment êtes-vous après avoir quitté le corps ?

Nous avons beaucoup de savoir, mais quel est l'utilité de ce savoir, de cette connaissance spirituelle ? Qui veut la connaissance spirituelle ? Que voulez-vous dire

par connaissance spirituelle ? Simplement s'identifier. La connaissance (liée au corps) est insignifiante. Il n'y a pas de connaissance avant d'être et la connaissance après avoir quitté le corps est inutile. Connaissance signifie juste s'identifier Réellement. Nous nous identifions au corps et c'est une illusion. Et je répète encore que sans la méditation ce n'est pas possible. Au stade avancé, la méditation aussi est illusion, mais c'est nécessaire au départ. Pour enlever une illusion, vous devez utiliser une autre illusion. Pour enlever une épine, nous utilisons une autre épine, puis nous jetons les deux.

Q2: Donc, nous faisons les bhajans, nous faisons la méditation, nous faisons la pratique, et au final nous savons qui nous sommes. Nous savons que nous ne sommes pas le corps et nous savons que le monde n'existe même pas. Et ensuite, nous ne nous soucions de rien, pas vrai ? Nous ne nous soucions même pas de ce qui arrive ? Si le corps fait mal, ou si le corps expérimente de vifs plaisirs, ou si le corps est en colère, cela n'a rien à voir avec qui je suis. Et c'est le but, la finalité.

Maharaj: Parce que nous ne nous identifions pas (au Soi), toutes ces actions et réactions sont là. Au moment où vous identifiez, rien n'est là. Le corps ne se met pas en colère. S'il n'y a pas de Présence, un cadavre va-t-il se mettre en colère ? Avant d'être, que saviez-vous de la colère ou quoi que ce soit d'autre ? Après avoir quitté le corps, y a-t-il de la colère ?

Q2: Pour moi, assez souvent, s'il y a de la colère dans le mental, cela n'a rien à voir avec moi, parce que je suis l'océan, pas l'individu. Et je vois ce qui me fait réagir, comme...

Maharaj: Les pensées circulent à l'intérieur et vous vous faites aider par l'ego, le courant des pensées. Vous observez les pensées, les bonnes pensées, les mauvaises pensées. Qui est l'observateur ?

Q2: Être l'observateur du meilleur et du pire.

Maharaj: Votre Présence Spontanée est l'Observateur, l'Observateur Invisible. Votre Observateur Invisible Spontané est l'Observateur qui observe toutes ces choses. Tout cela apparaît sur votre Présence. La Présence n'a pas de colère.

Q2: Ce que je veux dire c'est : douleur et colère – cela ne compte pas.

Maharaj: Bien sûr ! Elles n'ont pas de lien avec votre Soi sans soi. Vous êtes totalement différent. Tout cela n'est apparu qu'avec le corps. Avant la connaissance relative au corps, rien n'est là. Nous ne savions pas ce qu'était la colère, ce qu'était l'anxiété, rien n'était connu de nous. Qui veut la paix ? Qui veut le bonheur ? Qui veut une vie libre

de toute peur ? Est-ce que le corps veut une vie libre de toute peur ?

Qui Suis-Je ?

Q2: Le « je suis » veut, Keith veut la paix...

Maharaj: Ce concept « je suis » est apparu sur votre Présence. Si la Présence est absente, qui peut parler de « je suis » ? Pour dire « je suis », cette Présence Invisible, Puissance, Énergie est requise. S'il n'y a pas de Présence à l'intérieur, un cadavre ne peut pas dire « je suis ».

Q2: C'est correct, oui.

Maharaj: Correct. Pour voir le monde, si le Voyant n'est pas là, quelle est l'utilité de ce qui est vu ? L'intégralité de ce qui est vu est reflétée à partir de votre Présence, Présence Spontanée. Pour dire quoi que ce soit, votre Présence est requise. J'utilise le mot 'Présence'.

Pour identifier quelque chose, nous devons lui donner un nom - 'Brahman', 'Atman', 'Paramatman', 'Dieu', 'Maître' – ce sont les noms données à la Puissance Surnaturelle en vous. J'invite l'attention de l'Auditeur Invisible en vous, que l'on nomme Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître, qui n'est pas séparé de vous. Ne vous sous-estimez pas. Vous avez un grand pouvoir, Vous avez une puissance incommensurable. Mais tout le temps, nous nous identifions au corps-forme et c'est une illusion. Ce n'est pas votre faute. À cause d'une longue association avec le corps, nous avons tellement d'attraction, nous sommes devenus un avec le corps. Quoi qu'il se passe, nous l'acceptons : « je suis quelqu'un d'autre ». Vous êtes la Vérité Ultime ! C'est un fait ! Vous êtes non né. Naissance et mort sont connectées au corps seulement, pas à vous. Mais nous n'acceptons pas les faits. Et par conséquent de l'implication est requise. Ne torturez pas votre corps. Pourquoi torturer le corps dans le but de connaître le Soi ? Ce qui est déjà en vous, pourquoi le torturer ? Consacrez du temps, de l'implication est requise : « Oui, je veux me connaître ! Qui suis-je ? » Vous aurez du courage. « Si je ne suis pas le corps, qui suis-je ? » - posez la question. Cette question est supposée se résoudre en vous uniquement.

Il n'y a aucune différence entre vous et moi

Q2: Lorsque vous ressentez de la douleur – vous, vous-même – lorsque vous ressentez de grands plaisirs, et de la confusion, cela a peu de conséquences, pas vrai ? Ou comment le diriez-vous ? Lorsqu'il y a de la douleur dans le corps pour vous, ou des plaisirs, des tentations, ou...

Maharaj: Il n'y pas de différence entre vous et moi. Nous ne sommes pas des individus, seuls les corps sont différents, La Présence Est Une. Vous vous mesurez dans le corps-forme. Je ne me mesure pas dans le corps-forme, ainsi, il n'y pas de différence entre vous et moi. Ce sont des mots : 'vous', 'je', 'il', 'elle', ce sont des mots.

Q2: Oui. J'ai constaté que la méditation peut être faite au-delà de la douleur.

Maharaj: Et par conséquent la méditation est requise, parce que tous les concepts illusoires vont se dissoudre. Tous les concepts illusoires sont supposés se dissoudre, c'est le plus important. Les discussions, les causeries seules ne vous aideront pas. Même si vous allez chez des milliers de maîtres, cela ne vous aidera pas. Approchez votre propre Maître, donnez de l'importance à votre propre Maître. Nous essayons de trouver tant de maîtres, et nous négligeons notre propre Maître. Tout est en vous, c'est un fait. Dieu, Brahman, Atman, ne sont pas séparés de vous, Je vous le répète sans cesse. Et pour dissoudre tous ces concepts illusoires vous devez suivre la méditation. C'est l'unique moyen, il n'y a pas d'autre moyen. Si vous allez vers des milliers de maîtres, si vous allez ici et là, si vous torturez votre corps, rien ne va se passer. Ce ne sont que des calmants temporaires. Vous devez résoudre votre problème de l'intérieur seulement. Il n'y a pas de problème. Et pour cela, je répète encore, la seule source est la méditation. Avec la méditation, vous invitez l'attention du Méditant Invisible en vous sur le fait que vous êtes la Vérité Ultime, vous martelez sans arrêt. Vous savez ! Supposons qu'un criminel soit là au commissariat - « Vous êtes un criminel ! Ce sont les preuves contre vous ! Vous êtes un criminel ! » La même chose se passe ici : « Vous êtes Brahman, je sais que vous êtes Brahman ! » Tous les concepts vont disparaître. Ce n'est pas difficile. Vous devez consacrer du temps, avoir une grande foi en Vous. Nous sommes tout le temps dépendants de quelqu'un d'autre. « Dieu va m'aider » ou « un Maître va m'aider ». Vous devez plaire à votre propre Maître intérieur ! Donc ayez du courage ! La spiritualité vous donne le courage de vous identifier. Nous manquons de courage. Tout le monde veut des prothèses, des béquilles. Vous pouvez tenir sur vos propres pieds ! Vous n'avez pas de problèmes, Vous n'êtes pas défectueux. Vous pouvez voler de vos propres ailes, sans ailes. Ok, pour commencer, d'accord. Comme un enfant dépend de ses parents, mais maintenant vous êtes des adultes. Des questions ?

Q : Comment être soi-même ?

Q3: Dans votre livre vous avez dit « Soyez vous-même et tout ira bien ». Comment être soi-même ?

Maharaj: Oui, c'est un fait ! Vous avez accepté la connaissance liée au corps. Vous-même signifie Soi sans soi, à travers lequel vous êtes en train de parler, vous vous identifiez à des concepts. Le Soi n'est pas séparé de vous. Des noms sont donnés : 'vous-même', 'moi-même', ce sont des noms. C'est le Soi sans soi. Ce sont juste des mots. Il y a tant de Maîtres disant les choses de différentes façons. Au lieu d'analyser les mots de tous les Maîtres, ce qu'ils ont voulu transmettre est ce qui est important. Qu'ont-ils voulu dire, véhiculer ? Après avoir lu tant de livres, quel message ont-ils délivré ? Ils donnent le message : Excepté votre Soi sans soi, il n'y a ni Dieu, ni Brahman, ni Atman, ni Parabrahman, ni Maître. C'est l'essence de la spiritualité. Rappelez-vous ceci : à part votre Soi sans soi, il n'y a ni Dieu, ni Brahman, ni Atman, ni Paramatman, ni Maître ! C'est un fait ! Soyez audacieux, ayez du courage, acceptez la Réalité ! Et vous verrez des changements remarquables se produire, comme je vous l'ai dit, les six symptômes vont apparaître en vous. Là où vous sentez de l'irritation, de la violence - un silence complet sera là, un silence complet et la paix. Vous aurez de la tolérance aussi. Pas d'attraction pour le monde – pourquoi (être attiré) ? Ça peut arriver. La seule chose à faire est de consacrer du temps pour vous, pas pour 'Brahman, Atman, Paramatman, Dieu' ou 'Maître'. Vous consacrer du temps ; vous n'avez pas à déboursier un seul centime pour cela. C'est gratuit, la Connaissance est gratuite. Mais vous ne donnez pas de valeur aux choses que vous obtenez gratuitement. Si quelqu'un fait payer cinq mille dollars ou autre, vous dites « Oh, c'est un grand Maître ». Une personne est venue me voir, elle avait un maître hatha-yogi. Son maître lui a pris cinq cent mille roupies (environ sept mille euros) – pourquoi ? Il a coupé son oreille et des choses comme ça. Pourquoi est-ce requis ? Des vêtements différents sont là, des guirlandes sont là, tant de choses sont là. Ils décorent le corps. Pourquoi décorer le corps ? Lorsque vous êtes venu au monde, êtes-vous venu avec un corps décoré ? Je ne suis pas en train de critiquer, cela arrive, parce que nous dépendons de quelqu'un d'autre. Nous n'essayons pas de nous connaître : « Qui suis-je ? », la question principale. Cette question se résoudra en Vous seulement, parce que vous êtes la source de cette identité. Par conséquent, je la définis comme identité 'non-identifiée', 'invisible', 'anonyme'. Elle n'a pas de nom, vous ne pouvez pas deviner.

Disons : je parle de quelque chose, cet Auditeur Invisible écoute, un flot de pensées est là. Vous êtes Témoin de ce flot – Qui est Témoin ? Et par conséquent, je vous ai dit : Soyez Avec Vous, parce que votre Présence est la Vérité Ultime. N'acceptez pas les pensées illusives. Les pensées circulent – pourquoi se battre avec les pensées ? Nous luttons avec elles : « pourquoi ceci, pourquoi cela ? » D'accord, c'est la nature

du corps.

Q3: Mais c'est difficile...

Maharaj: Pourquoi difficile ? Vous pouvez identifier les pensées. Les choses que nous n'acceptons pas : oubliez-les. Si des plats vous sont apportés, tant de choses sont là, vous dites « je ne veux pas ceci, je ne veux pas cela, je veux cette nourriture seulement », pas vrai ? Ne vous laissez pas emporter par les pensées. Cela peut se produire à travers la méditation. Consacrez du temps pour vous. Lire des livres seulement, écouter quelqu'un d'autre, non. Écoutez votre propre voix, votre voix intérieure. Cela va arriver si vous êtes calme et tranquille. Qui est témoin des pensées à l'intérieur ?

Q3: Mais comment savoir que cette voix intérieure ne provient pas du corps ?

Maharaj: Le corps est seulement le média. Vous observez les pensées, vous savez ? Vous observez le rêve, Vous êtes témoin du rêve, le savez-vous ? Qui regarde le rêve ? Vous dormez, le corps ne peut pas voir. Qui a créé le monde de rêve ? Avez-vous décidé « aujourd'hui je vais voir ce rêve, demain je vais voir cet autre rêve » ? Vous voyez le ciel, l'océan, vous voyez les dieux, tant de choses. Qui a créé le monde de rêve ? Similairement, la Présence s'est associée avec le corps et vous voyez le monde de rêve. Le corps ne créé pas le rêve. La combinaison de la Présence et du corps, tout comme la combinaison de la boîte d'allumettes et de l'allumette : ils interagissent et vous voyez le feu. Le feu est partout, tout comme les cinq éléments sont partout. L'eau américaine n'est pas séparée de l'eau indienne. Le ciel américain est-il différent du ciel indien ? Parce qu'il y a différents corps, nous disons 'celui-ci', 'celui-là'. La Présence est Une. Après avoir eu cette Conviction, tous les concepts vont se dissoudre. Il y a tant de concepts gravés en nous : « il y a un Dieu », « vous allez mourir », 'vie passée', 'vie future', 'enfer', 'paradis', que sont ces choses ? Qui connaît l'enfer et le paradis ? Nous ne savons rien à propos de la naissance présente, pourquoi parlons-nous d'une naissance passée ? Nous parlons de 'pêché', 'vertu' et toutes ces choses.

## 17 September 2016, Part2

### OneCircle Silver Spring, USA

#### Vidéo

Nous signons aveuglément « Oui Monsieur, oui Monsieur ». Pourquoi ? Vous n'êtes pas coupable du tout, pourquoi se construire une conscience coupable ? Il n'y a pas d'action, il n'y a pas d'acteur. Je place les faits devant vous, et à nouveau je répète : la seule source est la méditation, à travers laquelle vous pouvez vous identifier dans le sens Réel. Vous recevrez du courage spirituel pour embrasser la Réalité. À cause d'un manque de courage, nous avons peur de tout.

Si vous avez des doutes, exprimez-les.

Q4: Dans votre livre, Maharaj, vous dites « Soyez comme vous étiez avant d'être ». En termes pratiques, comment faites-vous cela ?

Maharaj: Réfléchissez juste intellectuellement : comment étiez-vous avant d'être, et après avoir quitté le corps ? Ce corps est-il la Réalité ? Après un certain temps, nous devons quitter ce corps, alors quelle est l'utilité de la connaissance ? Connaissance signifie juste de s'identifier Réellement. Nous nous identifions continuellement au corps-forme. Vous êtes sans forme, vous n'avez pas de contours, c'est un fait. Au moment où la Présence s'est associée avec le corps vous dites 'je'. Nous sommes enveloppés dans tant de concepts, nous les avons acceptés aveuglément. Pour cela, je dois encore le répéter : la méditation est l'unique source. À travers la méditation, tout sera mis au clair en vous. Lorsque je dis que la méditation est le logiciel anti-virus, cela signifie que tous les virus seront supprimés. Et je répète encore : rien n'est impossible. Vous n'avez besoin de dépendre de personne, ni même de moi. C'est pourquoi Nisargadatta Maharaj dit : « Je ne fais pas de vous un disciple, je fais de vous un Maître », parce que l'essence du Maître est en vous. Le Maître n'est pas séparé de vous. De la confusion est là à cause de la connaissance relative au corps. C'est un corps de nourriture. C'est pourquoi une forte dévotion est requise au départ : « Je peux le faire ! Je connais la Réalité, je suis la Source de ce monde. Le monde entier est projeté à partir de Moi ». Ceci n'est pas une pensée égoïste, c'est un fait. S'il n'y a pas de Présence, qui va parler du monde, qui va parler de Dieu ? Avec cela, tous les concepts illusoire seront dissous et les six symptômes apparaîtront en vous. 'Shama', 'Dama' signifient : silence complet, paix, quoi que qu'il se passe, quoi que vous fassiez, « d'accord ». Puisque vous avez la charge du corps, certaines choses se présenteront contre vous. Il y aura des atmosphères déplaisantes, tout comme les nuages viennent, viennent et repartent. Vous êtes là et là seulement.

Q3: Parfois lors de la méditation, la peur survient. Je ne sais pas de quelle peur il s'agit, mais une sorte de peur est là. Pourquoi ?

Maharaj: À cause de la pression des concepts illusoire. Directement ou indirectement, nous avons accepté le corps comme notre identité, par conséquent la peur est là. Où était cette peur avant l'existence ? Après avoir quitté le corps, la peur est-elle présente ? Un cadavre a-t-il peur ? Pas de peur. Voyez, l'Esprit veut survivre aussi longtemps qu'il le peut en raison du corps seulement. L'Esprit ignore « je suis Esprit », la Présence ignore « je suis Présence », tout comme le ciel ignore « je suis le ciel ».

Q: Cher Maharaj, je vous présente mes respects et m'excuse de mon arrivée tardive. Je voulais vous dire que je n'ai désormais plus de questions, je veux vous remercier pour m'aider à développer la Conviction, l'identification à la Présence.

Maharaj: Donc rien n'est impossible, je répète : rien n'est impossible pour vous.

Juste un manque de courage qui est là, « comment ça peut arriver ? ».

Siddharameshwar Maharaj dit : « Vous faites un pas et je fais le second », « Avancez votre pied et je fais le pas suivant ». Ce qui signifie : allez de l'avant, venez ! Ok, Ce qui est arrivé, oubliez-le. Maintenant vous connaissez la Réalité. Pourquoi ne pas accepter la Réalité ? La Réalité n'est pas séparée de vous.

Q: Sri Ramakant, je fais l'expérience d'une profonde paix, les choses perdent leur substance. Tant de paix. Mais parfois il y a une peur de perdre les liens émotionnels, une peur que les gens autour de moi disent « je ne compte pas pour toi si tu ne te fais du souci pour moi », vous voyez ? C'est la façon dont l'amour est enseigné et il semble qu'une partie de moi ait peur de perdre ces liens. Mais comme vous dites, le Soi sans soi est la paix. Cela prend-il du temps pour rompre avec cette peur ou pour perdre cette vision dépassée des choses ?

Maharaj: Ce qui se passe est que les concepts prennent possession de votre corps. Lorsqu'il y a un manque d'attention, de vigilance, les concepts prennent possession du corps et la peur apparaît. C'est pourquoi la méditation, réciter le Mantra, etc. sont requis, pour vous remémorer en permanence : « je suis Brahman ». Et aucune peur ne surviendra.



September 18, 2016

OneCircle Silver Spring, USA

[Vidéo](#)

Maharaj: lors de ces deux derniers jours, nous avons échangé sur la spiritualité, et vous avez la connaissance de base. Je ne veux pas répéter la même chose encore et encore. Vous avez juste à absorber la connaissance, essayez de connaître la Réalité. Vous savez quoi faire et quoi ne pas faire. Juste s'identifier soi-même. Il est facile de parler de la spiritualité. C'est un peu difficile, mais pas impossible de l'absorber.

Voyez, dans ce corps humain, que voulons-nous comprendre ? Nous avons tant de concepts illusoire. Et depuis l'enfance jusqu'à aujourd'hui, nous avons embrassé tous les concepts et nous vivons à l'intérieur du cercle de ces concepts. Donc franchissez ce cercle des concepts. Le mental est là, l'ego est là, l'intellect est là aussi, ce sont des éléments fonctionnels, ils ne sont pas mauvais. Mais nous donnons tant d'importance au mental, ego, intellect. Ne devenez pas les victimes du flot des pensées. Les pensées passent, c'est leur nature. Et par conséquent, identifiez-vous simplement. C'est un fait établi que vous n'êtes absolument pas le corps, que le corps n'est absolument pas votre identité. Bien que nous sachions toutes ces choses, nous répétons encore et encore la même chose. Nous essayons d'extraire du bonheur de ce corps-connaissance, et à moins que ce corps-connaissance ne se dissolve, vous ne serez pas capable de vous identifier dans un sens Réel. C'est un fait.

Vous n'avez besoin d'aller nulle part, n'attendez les bénédictions de qui que ce soit. Vous êtes la Vérité Ultime, la Vérité Finale. Excepté votre Soi sans soi, rien n'est là. Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître, sont les noms donnés à la Vérité Ultime qui est déjà en vous. L'Auditeur Invisible en vous est le Maître, la Vérité Ultime. Et pour vous identifier Réellement, vous devez suivre la discipline de la méditation, au début seulement. C'est la seule source. Si vous vagabondez partout dans le monde, si vous approchez tant de maîtres, si vous lisez tant de livres – rien n'arrivera. Cela vous apportera un soulagement temporaire, ce sont des antalgiques, une intoxication temporaire.

Alors que voulons-nous exactement ? Si ne nous savons pas ce que nous voulons, nous vagabondons ici et là. Nous causons du tort au corps, nous le torturons. Et par conséquent, l'enseignement de conclusion aujourd'hui est : essayez d'identifier l'Auditeur Invisible en vous, qui est l'Ultime Vérité. La clé-maîtresse est la méditation. Comme je vous l'ai dit, c'est le programme antivirus. Tous les concepts illusoire sont supposés se dissoudre totalement. Jusqu'à ce l'obtention de la

Conviction que « je ne suis pas le corps, je n'ai jamais été le corps, je ne vais pas rester le corps », cette Réalité ne vous sera pas limpide. Si vous avez des questions, allez-y, ne pas hésiter.

Q: Selon la compréhension védantique de l'évolution de la conscience, nous devons tout d'abord comprendre qui nous sommes – la conscience sans limites. Ensuite la perception s'affine petit à petit pour percevoir des niveaux de plus en plus fins de la création, jusqu'à ce que l'on perçoive l'infini et que l'on voie qu'il n'a pas de différence entre Cela et ce que l'on est. Cela arrive-t-il graduellement ou cela peut-il arriver instantanément ?

Maharaj: Rien n'arrive. C'est la projection spontanée de votre Vérité Ultime. Rien n'est arrivé et rien ne va arriver. Vous n'êtes pas l'acteur, il n'y a pas d'action du tout. Ne vous mesurez pas dans le corps-forme. Tant que nous nous considérons comme le corps-forme, c'est l'illusion. Tant de questions sont soulevées, apparues sur votre Présence. Essayez d'identifier cette Présence Invisible en vous. Vous n'êtes pas le corps, il n'y a pas d'aspect, il n'y a rien. Vous êtes sans forme, vous êtes non né. Comment étiez-vous avant d'être ? Après avoir quitté le corps, des questions subsistent-elles ? Non. Quelle est la valeur de la connaissance ? Connaissance signifie simplement de s'identifier dans un sens Réel. Nous nous identifions au corps et c'est l'illusion. C'est une chose très simple. Il y a tant de livres sur la spiritualité et tant de Maîtres aussi. Nous ne sommes pas ici pour analyser les mots des Maîtres, les mots spirituels. Quel est le message qu'ils ont transmis ? C'est le plus important, la conclusion de toute connaissance spirituelle. Cette seule phrase : Excepté votre Soi sans soi, il n'y a ni Dieu, ni Brahman, ni Atman, ni Paramatman, ni Maître - C'est le message donné dans toute spiritualité. Pour avoir la Conviction, pour absorber cette Connaissance, vous devez suivre les bases de la méditation. Il n'y a pas d'autre source. Question, contre-question, analyse... D'accord.

Q2: Y a-t-il une façon spécifique de faire la méditation ?

Maharaj: Méditation signifie simplement concentration et implication. Pas s'asseoir comme ça, 'Ram, Ram, Ram, Ram...', pas comme cela. Essayez d'identifier qui agit dans ce corps. Asseyez-vous simplement, calme et tranquille, pour voir ce qui se passe. Qui est Témoin des pensées ? Qui regarde le rêve ? Qui est Cela ? Ce n'est absolument pas le corps. C'est appelé Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, les noms donnés à cette Puissance Surnaturelle.

Q2: Donc, méditer...

Maharaj: Méditation signifie simplement de vous identifier vous-même. Invitez l'attention de l'Invisible Méditant en vous sur le fait que vous êtes Brahman ! En dehors de votre Soi sans soi, il n'y a rien. Quel que soit la connaissance que nous

ayons, c'est de la connaissance basée sur le corps. Ceci est un corps de nourriture, ça ne va pas rester constant. Il y a des étapes : vous êtes enfant, puis vous devenez un jeune homme, puis vous devenez un vieil homme, et puis un jour ou l'autre, vous devez quitter le corps ! Que reste-t-il ? Après avoir quitté le corps, que reste-t-il ? Rien. Tout vient de rien et se dissout en retour dans rien. Que reste-t-il ? Comment étiez-vous avant l'existence ? « Je ne sais pas ». Après avoir quitté le corps ? « Je ne sais pas ». « Je ne sais pas » signifie que dans une pensée négative, un concept positif, une réalité positive est là. « Je ne suis sous aucune forme, je suis sans forme, je suis sans contours. Ma Présence est là, comme l'espace ou le ciel : partout ».

Q2: Et la même question à propos des bhajans...

Maharaj: Oui, oui, les prières et les bhajans sont requis, parce que c'est le point sensible de l'Esprit, de la spiritualité. Ceci crée une atmosphère. Lorsque nous jouons avec divers instruments, nous créons une atmosphère. C'est le guna sattvique. Il y a trois gunas : 'sattva guna', 'raja guna', et 'tama guna', savez-vous ? La science spirituelle dit cela.

Q2: Devons-nous chanter un type spécifique de bhajan, ou les bhajans en général ?

Maharaj: N'importe quel bhajan à travers lequel vous obtenez bonheur, paix ; pas un bhajan spécifique. Dans notre lignée nous avons des bhajans. L'intérêt de ces bhajans est que vous soyez un avec le Soi sans soi. Il y aura une paix spontanée, pas une paix artificielle, pas une paix qui découle d'une cause matérielle. La paix est là, le bonheur est là, une vie sans tensions est là. En conséquence, j'insiste pour que vous ne vous mesuriez pas en tant que corps-forme, que vous ne sous-estimiez pas votre Soi sans soi. Ce grand secret est en vous. Nous nous ignorons. Nous avons tant d'attentes, tant de concepts. Nous aimons vivre dans le cercle des concepts – vous devez briser le cercle. Et vous obtiendrez ce courage par la méditation uniquement. Et je vous l'ai dit à plusieurs reprises, la méditation ce n'est pas s'asseoir comme ça, c'est une implication. Ce corps est appelé 'homme', ce corps est appelé 'femme', et nous l'acceptons, nous agissons comme un homme ou une femme. Vous voyez le rêve comme une femme ou un homme, nous sommes totalement absorbés. Vos parents vous ont dit « ce corps est appelé 'homme' ou 'femme' » et nous l'avons accepté totalement. Le Maître dit que vous n'êtes pas une femme, vous n'êtes pas un homme, vous êtes Brahman ! Mais nous ne l'acceptons pas. Vous êtes la Puissance Surnaturelle. Vous avez une puissance incroyable, puissance cachée, que vous ignorez systématiquement. Ensuite vous serez sans peur, il n'y aura plus de tensions. Quel est le but de la spiritualité ? Vivre une vie libre de tensions, une vie paisible, une vie heureuse, une vie sans peur. Tout le monde a peur de la mort : « que va-t-il arriver ? »

Après la connaissance de la Réalité, vous réaliserez : « Je ne vais pas mourir, il n'y a ni naissance ni mort pour moi. Mort et naissance sont connectées au corps seul, et je ne suis absolument pas le corps, Je ne vais absolument pas rester le corps ! » C'est un fait. Tant que la Présence est là, le corps est là. Au moment où la Présence disparaît, quelle est la valeur du corps ? Mais nous ignorons ce fait. Je ne donne aucune restriction pour vos activités, remplissez vos devoirs. Si vous avez une famille, prenez soin de votre famille, et prenez soin de votre santé aussi. Ne négligez pas votre santé. Le corps est la base, juste pour identifier votre Soi sans soi. Mais nous avons beaucoup d'attraction pour le monde – renommée, argent, sexe – à travers lesquels vous voulez extraire du bonheur. Ce sont des soulagements temporaires qui sont venus avec le corps. Où étiez-vous avant d'être ? Rien n'était là. Vous devez vous identifier sous tous les angles, et vous obtiendrez une Conviction Spontanée. Comme je l'ai dit hier : « comment puis-je savoir si je suis réalisé ou pas ? » Après l'apparition de la Conviction, des changements spectaculaires auront lieu en vous. La science spirituelle dit qu'il y a six critères, je me répète encore, pour déterminer « si je suis réalisé ou pas ». Des changements importants, des changements miraculeux surviennent en vous.

*Shama* désigne une nature de pardon et d'oubli. Alors qu'auparavant vous vous sentiez irrité par de petites choses, maintenant cette irritation sera stoppée. Vous connaissez Jésus Christ ? Au moment de la crucifixion, il a dit « Ô Dieu, ces gens ne savent pas ce qu'ils font. Pardonne-leur. » Pardonnez et oubliez ces choses. Et *Dama* signifie tolérance et patience, pas d'excitation. *Titiksha* signifie juste connaître la Réalité. *Uparati* signifie qu'il n'y a pas d'attraction pour le monde. Bien que vous viviez dans le corps, utilisant le corps, mais il n'y a pas d'attraction pour le monde. Pas d'argent, pas d'avidité, rien. Vous n'êtes plus victime de votre mental, ego, intellect. Ça arrive spontanément. Et *Bhakti* signifie dévotion, dévotion totale : « Oui ». Puis *Shraddha* signifie foi complète : « Oui, je suis Cela ! ». Il n'y aura pas de combat, pas de violence. Un silence complet est là. Tous les êtres veulent une vie paisible, une vie heureuse, une vie sans peur, une vie libre de tensions, c'est un fait. Vous pouvez l'avoir, vous recevrez du courage de cette connaissance spirituelle.

Q3: Mon mental ne cesse de demander : Pourquoi suis-je là ? Pour être au service, ou pour garder connexion, ou... Pourquoi suis-je ici dans le corps physique si je suis déjà Brahman ?

Maharaj: Pour dire « mon mental », êtes-vous différent du mental ? Pour dire « mon mental », vous êtes différent du mental, vous n'êtes pas le mental du tout. Vous regardez votre mental, vous identifiez votre mental, vous faites l'expérience de votre mental, et il est séparé de vous. Vous fournissez l'énergie au mental, vous pouvez contrôler votre mental. Cela arrive, c'est la nature du mental, le flot des pensées. Vous êtes séparé des pensées, vous êtes sans pensées.

Q4: Maharaj, ces deux dernières années, ma sadhana a plutôt bien progressé.

Maharaj: Bien.

Q4: Je m'assois en contemplation, je vois le Voyant, je connais le Connaisseur. Je suis capable de pivoter le mental, dans l'état de conscience. Il y a une déclaration de Nisargadatta Maharaj : « Patience et persévérance sont les plus importants à ce stade ». J'ai continué ces dernières années, et maintenant je peux le faire à peu près deux heures par jour. Et ensuite ?

Maharaj: Il n'y a pas de 'ensuite'. Pas d'ensuite, rien n'est là. Est-ce la nature du ciel d'avoir des 'avant', des 'ensuite' ? Réfléchissez-y. Votre Présence est tout comme le ciel ou l'espace. Comme les cinq éléments, Elle est partout. Mental, ego, intellect, ces concepts sont apparus sur Votre Présence. J'invite l'attention de cette Présence à travers laquelle vous dites « mon mental, mon ego, mon intellect ». Toutes les relations, les nécessités, les besoins – qui veut toutes ces choses ? Avant l'existence, où est ce mental ? Il n'y a pas d'ego, pas d'intellect avant d'être. Comment étiez-vous avant d'être ? Vous dites « je ne sais pas ». « Je ne sais pas » est la réponse correcte. Je place des mots devant vous, de différentes façons. Essayez d'identifier le Principe derrière cela. Ce n'est pas de la connaissance spirituelle stérile. C'est la Vérité de l'Auditeur. L'Auditeur est l'Ultime, C'est la destination finale, le terminus. Vous n'êtes obligé d'aller nulle part ou de faire un quelconque exercice, il n'est pas nécessaire de torturer votre corps.

Soyez simple, soyez normal, l'Absolu est en vous. Ne faites pas d'effort délibéré. Ce que je vous ai dit, essayez de l'absorber, de le digérer. Nous avons tant de questions, des questions basées sur le corps. Directement ou indirectement, nous avons la conviction : « je suis quelqu'un d'autre ». Ce « quelqu'un d'autre » est censé être dissous. Vous êtes tout un chacun, pas quelqu'un. Votre Présence est partout, tout comme le ciel ou l'espace. Vous n'êtes pas limité au corps. Le corps est une couverture externe. Vous pouvez utiliser le corps, comme ces vêtements. Nous lavons nos vêtements, nous prenons soin de nos vêtements. C'est un fait établi.

Votre sadhana n'est qu'au stade initial. Aucune sadhana n'est requise après la Conviction. Sadhana, méditation – bon pour débiter. Tout comme un bébé veut quelque chose d'artificiel, un déambulateur pour l'aider à marcher parce qu'il ne peut se tenir sur ses jambes. Si maintenant l'on vous donne un déambulateur, vous n'en aurez pas besoin, vous direz « je suis un adulte ». Alors de même vous devez vous convaincre, vous devez dialoguer avec votre Soi sans soi. Votre Maître Intérieur est très puissant. En fait, il n'y a pas de 'Maître Intérieur'. Mais pour se comprendre, nous disons 'Maître Intérieur', à travers lequel vous identifiez le monde, à travers lequel vous voyez le monde, à travers lequel vous voyez vos rêves, à travers lequel vous faites l'expérience de toutes les pensées. Votre secret sera dévoilé grâce à la

méditation uniquement. C'est une boîte magique ([Maharaj indique son corps](#)). Tant de choses sont à l'intérieur, mais tout le temps nous le négligeons. Nous avons des concepts : « Oh, un Dieu est là et il régit le monde », « Avec sa Grâce, je vis sur cette... ». Non. Ayez foi en votre Soi sans soi. Soyez calme et tranquille. Voyez simplement ce qui est là ! Des Aperçus du Soi, sans aspect ni forme. Donc au stade initial la sadhana est requise, la méditation est requise, jusqu'à ce que vous ayez la Conviction, la Conviction Spontanée.

Q5: Sri Ramakant, je veux vous remercier pour votre enseignement. C'est la première fois que la paix est restée avec moi. Lorsque je sors d'ici, c'est encore avec moi, lorsque je m'endors, c'est encore avec moi, lorsque je me réveille, c'est encore avec moi. Il y a des brefs moments, trois ou quatre minutes de stress ou de tension, mais le stress et la tension semblent si étrangers, la paix est ... Et vous avez empêché mon intellect d'utiliser les écritures comme une prison. Je serais en train d'essayer de trouver plus et encore plus, d'atteindre un état encore plus élevé – vous savez, une agonie continue. Et donc, merci de me libérer.

Maharaj: bien, très bien.

Q6: Je n'ai pas de questions, Maharaj, mon mental est calme, paisible. Aucune question ne s'élève.

Maharaj: Bien, très bien. D'autres questions ?

Q7: Plus je récite le Mantra et fais la méditation, moins je peux dormir, je suis de plus en plus éveillée.

Maharaj: Bien! C'est bon signe. Votre Maître Intérieur se réveille.

Q8: Maharaj, quelqu'un va-t-il continuer la lignée après vous ?

Maharaj: Ce n'est pas comme cela. La lignée est une lignée spontanée, il n'y a pas de... nous disons 'lignée'. Il n'y a pas d'individualité. Pas de personnalité spécifique. Ce Maître-ci, ce Maître-là, ce Maître-là, c'est ok. Aussi longtemps que nous vivons dans le corps, nous avons ce concept. Le corps est également un concept. Siddharameshwar Maharaj, mon Grand-Père spirituel dit : « Si vous êtes réalisé, amenez les autres à la Réalisation. Si vous êtes en paix, rendez les autres paisibles ». Il n'y a pas de règle. Si vous êtes réalisé, déroulez votre tapis et commencez à parler. Mais ne faites pas de la spiritualité un business. C'est une connaissance gratuite. On m'a signalé le dire d'un dévot : « Nous allons avoir une fondation au nom de Ramakant Maharaj ». Je suis contre tout ça. Je ne veux aucune fondation à mon nom. Nous sommes tous deux des retraités [Maharaj et sa femme] avec une pension suffisante, et mes deux fils sont indépendants. Donc je n'attends rien de qui que ce soit. C'est une connaissance gratuite. Nous avons aussi un ashram. Ceux qui donnent

une contribution spontanée peuvent le faire – et seules les contributions spontanées sont acceptées. Il n’y a aucune demande spécifique, aucune demande déguisée : « Oh, faites une donation pour mon ashram », non. C’est la discipline de notre lignée. Elle dit strictement de ne demander aucun argent de qui que ce soit, de quelque dévot que ce soit, pour un usage personnel ou autre. Et pas déguisée : « Oh, je gère un ashram, donnez-moi quelque chose ». Non. La question est posée : « Alors comment maintenez-vous l’ashram ? » - Avec les contributions spontanées des dévots locaux. Il n’y a pas de boîte de donation dans notre ashram. Pourquoi l’argent est-il requis ? Quel est l’usage de cet argent ? D’accord, pour la maintenance vous en avez besoin, mais pas au nom de la spiritualité. Donc si vous êtes réalisé, amenez les autres à la Réalisation. Mais ne le faites pas à des fins commerciales. Il n’y a pas de règles, pas de restrictions, pas d’attache.

Q9: Si l’on n’est plus identifié au corps, si l’on sait qui l’on est, va-t-on encore sentir la douleur et la peur du monde ?

Maharaj: C’est pourquoi vous devez suivre la méditation. Il y a de la peur parce que nous développons des concepts basés sur le corps. Quelle est la peur ?

Q9: la responsabilité d’agir dans le monde...

Maharaj: Oui, oui, bien sûr. Vous recevrez du courage de la spiritualité. Après l’identification, vous aurez du courage et saurez comment vivre votre vie de famille, votre vie de routine. C’est pourquoi la spiritualité est là, parce que directement ou indirectement, votre mental vous joue des tours par derrière, essayant de vous distraire de la Réalité. Vous devez être vigilant, en particulier lors de la méditation : des concepts négatifs vont faire leur apparition, des atmosphères négatives vont apparaître. C’est la nature du mental. Soyez ferme avec vous. Vous connaissez la Réalité. Mental, ego, intellect apparaissent sur votre Présence. Votre Présence Spontanée Invisible fournit l’énergie au mental, ego, intellect. Ne devenez pas leur victime – vous pouvez les utiliser. Vous n’êtes plus un esclave, vous êtes Maître du mental, ego, intellect, et vous pouvez les contrôler.

Vous savez, de bonnes pensées et de mauvaises pensées apparaissent, c’est leur nature. Les pensées qui doivent être acceptées et celles qui ne doivent pas l’être, c’est votre choix. Vous êtes Maître des pensées. Ne donnez pas d’importance aux pensées égoïstes ou illusives ; les pensées apparaissent, c’est leur nature. L’apparition de bonnes pensées, l’apparition de mauvaises pensées. Ce sont des nuages qui vont et viennent. Vous êtes Là et Là seulement. Ayez la Conviction que le corps n’est absolument pas votre identité. Où était la dépression avant d’être. Après avoir quitté le corps, y a-t-il de la dépression ? C’est un fait, un jour ou l’autre, volontairement ou involontairement, nous devons quitter ce corps ! C’est un corps mort ! Quelle est la valeur de ce corps ? À cause de votre Présence Spontanée, vous

dites 'je'. Pour dire 'je', votre Présence est requise. Sans la Présence, quelle est la valeur de ce corps ? « Emmenez-le, emmenez-le ». Pour voir ce monde, le Voyant est requis. Donc vous êtes le point central. Vous êtes la Source de ce monde entier. Pour dire 'ce monde', pour dire 'Dieu', l'identification donnée par la Présence est requise. S'il n'y a pas de Présence, qui va parler du monde, qui va parler des relations ?

Q10: Je vais devoir subir une opération sous peu, et je vais être anesthésié. Mais cette fois, je ne vais pas essayer de méditer. Je veux dire, je vais méditer aussi, et reconnaître que Je ne suis pas celui qui ressent la douleur parce que Je suis hors de l'espace, hors du temps, pas un objet que l'on peut toucher – mais je voudrais que vous commentiez cela. Je vais recevoir l'anesthésie, pas de problème. Mais auparavant je méditais et je n'utilisais pas l'anesthésique. Maintenant je me dis « au diable tout ça », quelle est la différence ? » Je vais prendre l'anesthésique ; si j'ai un mal de tête, je prends l'aspirine, quelle est la différence ? C'est juste la façon dont la Connaissance se manifeste, donc ce n'est pas une grosse affaire. Mais je voudrais entendre votre commentaire là-dessus.

Maharaj: Voyez, ce sont des problèmes physiques. S'il y a des problèmes physiques, vous pouvez accepter l'aide des docteurs. Mais je vous dirais que la méditation donne beaucoup de courage pour supporter les expériences, les maladies – toutes ces choses intolérables. Là où auparavant il y avait de l'intolérance, après la Conviction les choses insupportables deviennent supportables. C'est relatif au corps. Tant que nous endosserons le corps, des maux de tête seront là, la dépression sera là, donc acceptez l'aide du docteur. « Oh, je suis un homme spirituel, comment puis-je accepter l'aide du docteur ? » - pas comme cela. Le corps est le média à travers lequel vous pouvez vous identifier, donc ne négligez pas le corps. Je demande à tout le monde de ne pas négliger leur corps. Allez chercher l'aide du docteur lorsque c'est nécessaire. C'est un corps de nourriture – vous devez lui apporter de la nourriture, de l'eau, tout ça, mais il ne devrait pas y avoir d'attachement : « je ne suis pas le corps, je n'étais pas le corps et je ne vais pas rester le corps ». C'est un fait reconnu, mais nous ne l'acceptons pas et c'est pourquoi de la souffrance est là. Directement ou indirectement nous avons donné de l'importance au corps. Oui, vous pouvez utiliser le corps, de la même façon qu'un vêtement. Vous êtes le titulaire du corps.



## 03 Octobre 2016, Part1

### Colombia, USA

#### Vidéo

Maharaj: Donc, vous faites la méditation tous les jours ? Bien. La méditation est la base. Même si ce n'est pas la Vérité Ultime, c'est la base, la fondation, et c'est requis en permanence jusqu'à ce que vous obteniez la Conviction du Soi sans soi. Donc la connaissance littérale seule, la connaissance orale, ne vous aidera pas. Car vous êtes le support de ce corps humain. Vous endossez ce corps humain, et celui qui l'endosse est appelé Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître. À cause d'une longue association avec le corps, nous sommes devenus un avec le corps. Nous avons commencé à nous considérer en tant que corps, bien que nous soyons sans forme – aucun contour n'est là.

Votre Présence Spontanée Invisible est juste comme l'espace ou le ciel. Mais cette Conviction n'est pas là. Et afin d'obtenir cette Conviction, il faut passer par la discipline de la méditation. C'est la base. Quel est le principe de la méditation ? Ce n'est pas seulement s'asseoir comme ça. À travers la méditation, vous invitez l'attention du Méditant, du Méditant Invisible en vous. Tout le temps, vous martelez votre Soi. Fondamentalement, la connaissance liée au corps est supposée être dissoute à tout prix. Vous pouvez soutenir le corps, prendre soin du corps, ne négligez pas votre corps. Assumez vos responsabilités, soyez pratique, pas théorique. Faites votre travail, remplissez vos devoirs, quoi que vous fassiez. Mais en même temps, vous ne devriez pas être touché par la connaissance liée au corps. Que voulons-nous dire par 'intouché par la connaissance du corps' ? Nous avons un ego subtil. Vous savez, comme je vous l'ai dit, l'ego, le mental et l'intellect sont des organes fonctionnels, des organes subtils qui sont apparus avec le corps. Ils n'étaient pas là avant l'existence. Avant d'être, rien n'était là. Pas de nécessités, pas de besoins, pas de besoins de bonheur ou de paix – rien. Le corps n'est pas tolérable. La connaissance liée au corps n'est pas tolérable. Pour la rendre tolérable, nous avons besoins de causes matérielles comme la renommée, l'argent ou le sexe et toutes sortes de choses. C'est un soulagement temporaire.

Et pour sortir de ces concepts basés sur le corps, la méditation, le mantra, sont le plus important. Le mantra est un concept, ce sont des mots – des mots sanskrits qui ont été trouvés après de longues expérimentations. La signification du mantra est : « Je suis Brahman, Brahman je suis ». Donc au stade initial c'est requis, c'est nécessaire, absolument nécessaire – jusqu'à ce que vous ayez la Conviction. Puis c'est absorbé spontanément, cela arrive spontanément. Je vais vous donner un

autre aspect de cette connaissance. Au cours du processus de votre méditation, de votre implication - forte méditation, forte implication, forte dévotion - parfois vous vous mettez à côtoyer des expériences miraculeuses. Elles peuvent être négatives ou positives.

Voici l'exemple de Nisargadatta Maharaj - cela vous aidera dans votre résolution. Nisargadatta Maharaj, au départ, était très riche – il avait huit à dix boutiques. Ses affaires étaient très bonnes lorsqu'en 1933, un de ses amis l'amena à rencontrer Siddharameshwar Maharaj. Nisargadatta Maharaj disait à cette époque « Je ne croirai en aucun Sage ou Saint incarné. Je ne me prosternerai pas devant lui. » Mais il alla le voir et l'écouta, et il y eut un changement miraculeux en lui. La base était déjà là en lui. Il fut si impressionné, profondément impressionné, et il se prosterna spontanément devant lui. Il s'associa à Siddharameshwar Maharaj pendant environ trois ans - Je raconte l'expérience de Nisargadatta Maharaj afin de donner une plus grande intensité à votre vie dévotionnelle - Après 1939, il quitta sa famille et partit pour avoir l'expérience du monde spirituel, l'expérience spirituelle. Il fit face à tant de problèmes, des problèmes insoutenables. Il quitta sa vie de famille, il quitta tout. Il avait environ dix boutiques, des loyers, un magasin de tabac et toutes ces choses, mais il voulait avoir l'expérience de cette connaissance spirituelle. Il fit face à tant d'expériences négatives : pas d'argent, il n'avait rien, errant ici et là. Une fois, il se trouva dans une terre si désertique, il n'y avait pas d'eau, il n'y avait rien. Il dit plus tard qu'il pensa alors que c'était le dernier moment de sa vie. Mais sur cette terre désertique, il vit, au loin, qu'une habitation était là - Je parle d'expériences dévotionnelles qui apparaissent lorsque vous avez de l'implication dans la vie spirituelle. Bien que ce ne soit pas la Connaissance, la Réalité, de tels incidents, incidents miraculeux, peuvent se produire - Il vit l'habitation, et après de longs efforts, parvint à le rejoindre. Un vieil homme était là, et il lui donna de la nourriture – du pain et de l'eau. Après quelques pas, il regarda derrière lui et il n'y avait pas d'habitation. Nisargadatta Maharaj ne donnait que très rarement ses expériences miraculeuses en exemple. Mais j'ai appris de lui celle-ci. Après cette expérience, il écrivit un poème : « Mon Maître est devenu habitation pour moi, mon Maître est devenu nourriture pour moi, et mon Maître est devenu eau pour moi. ». Cela peut arriver à tout le monde. Votre Maître peut prendre n'importe quelle forme lorsque vous êtes en difficulté. Mais vous devez avoir une foi forte en vous et en votre Maître. Lorsque vous avez une dévotion forte, une implication forte dans votre dévotion, alors vous faites l'expérience de ce type d'expériences miraculeuses, positives et négatives. 'Expérience négative' signifie que vous aurez des pensées négatives, des pensées dépressives. Il pourrait y avoir des difficultés, tout comme pour Nisargadatta Maharaj. Il fit face à tant de problèmes dans sa vie, tant de problèmes, au-delà de l'imagination. Mais il ne perdit pas sa foi en son Maître, sa Connaissance était très forte, exceptionnelle, ferme. Conviction totale. Il eut des expériences miraculeuses positives aussi. Il n'en parlait que très rarement. Mais une

fois, alors qu'il était assis dans son magasin, il commença à donner de l'eau avec sa théière. Les gens faisaient la queue, une longue file ; ils étaient guéris par l'eau. Mais Siddharameshwar l'avertit : « Que fais-tu ? Ce n'est pas la Connaissance, pas la Réalité. Cela te distrait de la Réalité. » Alors il arrêta. Donc ce que je vous dis dans ce discours est : une fois que vous avez une forte dévotion, vous risquez de vivre de telles expériences négatives ou positives. Ce n'est pas la Connaissance, ce n'est pas la Réalité, et ce n'est pas la Vérité Ultime. Mais vous risqueriez d'être distrait de la Réalité. Si vous avez de l'ego, vous risquez de penser : « Oui, grâce à moi, quelqu'un a eu une expérience miraculeuse. » Supposons que vous visitiez une maison et que quelque chose de miraculeux se produise : « Oh, j'ai tant de pouvoir ! » - cet ego risque de se développer. Donc c'est une mesure de précaution dans le processus de votre dévotion spirituelle. Alors, durant votre dévotion, si vous avez ce type d'expériences, ne leur donnez pas tant d'importance. Toutes les expériences miraculeuses apparaissent sur votre Présence. Cette Présence, cette Présence invisible, cette Présence anonyme, est l'Ultime Vérité. Il n'y a aucune valeur dans tous ces miracles. C'est la nature de notre corps humain, de l'être humain. Si des miracles se produisent, il se prosterne : « Oh, vous êtes un grand homme ». Ces miracles sont en vous. Vous avez une puissance immense, mais ne développez pas d'ego. Disons quelque chose arrive, vous visitez un endroit, un miracle se produit, les gens disent « oh, car vous êtes là, un miracle est survenu ». Nisargadatta Maharaj n'acceptait aucun prestige, il ne s'appropriait rien. Il disait : « Si cela arrive, c'est grâce à mon Maître. Je ne fais pas de miracles. » Il ne développa jamais d'ego. La raison pour laquelle j'invite votre attention est que cela pourrait se produire dans votre vie dévotionnelle, dans votre vie spirituelle. Cela peut se produire. Vous pourriez appeler ça des pas progressifs – mais ne vous arrêtez pas là. Jusqu'à ce que vous ayez la Conviction Spontanée, vous devez vous impliquer continuellement dans la dévotion et la spiritualité. Je vous apporte de la vigilance, de la prudence, dans le processus de votre vie dévotionnelle, de votre spiritualité. Donc, ignorez-les [ces expériences] – ce n'est pas la Réalité. Fondamentalement, aucune connaissance est Connaissance. Qu'est-ce que la Connaissance ? Connaissance signifie simplement de s'identifier dans un sens réel. Nous nous identifions au corps et c'est illusion. C'est une évidence. Fondamentalement, rien n'était là avant d'être, et après avoir quitté le corps rien ne sera là. Quelle est l'utilité de la Connaissance ? Car vous avez oublié votre identité. Et si vous regardez en vous – oubliez le monde, asseyez-vous tranquillement, et regardez en vous – qu'y a-t-il là ? Des os, du sang et de la chair. Quelle est la valeur de ce corps ? Si la Présence en est absente ne serait-ce qu'un moment, quelle est la valeur de ce corps ? Nous faisons tant de plans, de plans égoïstes. Je ne vous demande pas de négliger votre corps. Faites votre devoir, travaillez, mais restez intouché par la connaissance basée sur le corps. Parce que c'est un fait établi, un fait : le corps n'est pas votre identité, le corps n'était pas votre identité, et le corps ne va pas rester votre identité. Mais vous n'acceptez pas ce fait. Et pour accepter spontanément ce fait, vous devez pratiquer la méditation

uniquement. Et lors de la méditation, comme je vous l'ai dit, vous traverserez tant d'expériences, des expériences miraculeuses, des expériences magiques. Vous aurez peut-être aussi du pouvoir, ça arrive. Mais ne faites pas une mauvaise utilisation de ce pouvoir – ça arrive, vous avez un pouvoir miraculeux. Mais ce n'est pas la Vérité Ultime. Après une forte implication viendra du pouvoir, vous le ressentirez. Et il y aura une opportunité pour l'ego, l'ego subtil : « Oui, j'ai le pouvoir, je peux faire quelque chose. » Cet ego est supposé se dissoudre. Ce sont des sortes d'étapes progressives. Alors ce sont des mesures de précaution que je vous donne, ça arrive, mais ce n'est connecté à aucune Réalité. Y a-t-il des questions ? Soyez libres, ne vous en faites pas – c'est une conversation amicale. Je ne donne pas une conférence spirituelle, je ne me considère pas comme un grand maître spirituel. Les corps différents, la même chose est là.

Q: Maharaj, j'ai suivi différentes pratiques plusieurs années, et des mantras différents surgissent dans différents contextes. Cela a été ma pratique si vous voulez. Me conseilleriez-vous de ...

Maharaj: Le mantra que l'on vous a donné, récitez ce mantra. Voyez, il est dit que ce mantra vient de Dattatreya. Il y a une valeur, une importance, une puissance, une énergie énorme dans ce mantra. Il crée des vibrations à l'intérieur. Quand vous récitez le mantra, vous oubliez votre identité corporelle. Vous ferez un avec le mantra. Quelle est la signification de ce mantra ? - Je suis Brahman, Brahman je suis. Il ne fait référence à rien d'autre, il est pratique, c'est votre Réalité. Vous avez oublié votre Réalité. Vous vous rappelez la Réalité, votre Soi. Donc quel que soit le mantra donné, cela peut être n'importe quel mantra – certains disent «Aham Brahmasmi », « Shivo ham », « Soham », des mots variés – mais quel que soit le mantra que vous ayez reçu, soyez loyal envers ce mantra. Parce qu'à travers le mantra, vous invitez l'attention de la Présence Invisible. Vous êtes Brahman, Atman. Supposez que quelqu'un perde la mémoire. On lui montre des objets : « regardez ceci, regardez cela ». L'intention sous-jacente est de regagner la mémoire. C'est la même chose ici. À cause d'une longue association avec le corps, vous avez oublié votre identité. Pourquoi est-ce requis ? Quel est le principe, quel est l'utilité de la connaissance spirituelle dans votre vie ? Nous ne sommes pas heureux, voyez. Que voulons-nous exactement ? Nous voulons le bonheur, la paix, une vie libre de tension, une vie libre de peur. Des sources matérielles sont là, mais ce n'est pas suffisant. Nous voulons de l'argent ; la renommée est là, le sexe est là, mais pas le bonheur. Parce que le bonheur inné est en vous. C'est un fait établi. Le corps ne va pas rester constant. Le corps a des étapes : vous êtes un enfant, vous êtes un jeune homme, puis vous êtes un vieil homme, et un jour, que vous le vouliez ou non, vous devrez quitter le corps. Le corps n'est pas votre identité du tout. Fondamentalement, vous êtes non né. Pas de naissance, pas de mort. La naissance et la mort sont connectés au corps-connaissance, et vous n'êtes absolument pas le corps. Cette Conviction est

supposée apparaître spontanément – c'est le but de la spiritualité. Après la Conviction, la spiritualité n'est pas nécessaire. Donc au stade initial, vous devez réciter le mantra – votre implication est requise. Dévouez du temps à vous-même. Il n'y a pas de restrictions, il n'y a pas d'entraves ; vous n'avez rien à faire, pas un centime à déboursier pour cela. Mais vous devez donner du temps pour vous-même. Sur vingt-quatre heures, vous accordez du temps pour vos responsabilités habituelles, mais donnez-en pour Vous. Asseyez-vous un moment, une heure, une demi-heure. Voyez ce qui est là ! La Réalité est en vous ; vous êtes la Réalité, votre Présence est la Réalité, et votre Auditeur Invisible est Réalité. Pourquoi aller ici et là ? Vous n'avez besoin d'aller à aucun Maître. Vous avez oublié votre Maître intérieur. Votre Maître Intérieur est très puissant. Nous négligeons notre Maître Intérieur, et à la place nous visitons tant de Maîtres. Ce n'est pas nécessaire, vous n'avez besoin d'aller nulle part. Je ne vous dis pas de ne respecter personne, respectez tous les Maîtres. Les Maîtres sont les formes de la Réalité. Mais la Réalité n'a aucune forme, pas de contours.

Donc jusqu'à ce que vous ayez la Conviction, jusqu'à ce que vous restiez intouché par le monde, intouché par la connaissance basée sur le corps, vous devez suivre la discipline de la méditation. Et comme je vous l'ai dit, lors de la méditation et de l'implication, il se peut que vous fassiez l'expérience de phénomènes miraculeux, mais ce n'est pas la Réalité. Ce sont des étapes progressives. La connaissance spirituelle dit qu'il y a trois types d'expériences positives, miraculeuses, qui peuvent se produire : *Darshan* signifie qu'après une forte implication spirituelle, vous voyez des dieux, déesses, vos Maîtres près de vous. Vous aurez cette vision. *Sparshan* signifie que vous ressentirez le contact de vos Maîtres. Supposons que vous soyez en difficulté – vous les sentirez placer leurs mains sur votre tête. *Sambhashan* signifie que votre Maître parle parfois avec vous. Vous aurez des expériences, c'est un fait, cela arrive. C'est un signe de forte dévotion, mais ce n'est pas la Réalité. Ne vous arrêtez pas là. Un jour, il se peut que l'égo vous distraie de la Réalité : « Oh, j'ai reçu un pouvoir miraculeux, je peux le faire ! ». Nisargadatta disait : « Supposons que vous ayez un pouvoir surnaturel. Vous l'utiliserez une fois, une seconde fois, mais peut-être que la troisième fois ça ne se produira pas, et vous vous effondrerez. ». Donc, ce sont les étapes progressives, pas la Vérité Ultime. Alors soyez prudents, soyez alertes. Et mes Maîtres disent : « Je ne fais pas de vous un disciple, je fais de vous un Maître ». Je vous redis la même chose : je ne fais pas de vous un disciple, je fais de vous un Maître. Vous êtes un Maître, vous êtes déjà un Maître. Je ne vous le dis pas pour vous faire plaisir, c'est un fait. Parce que vous avez oublié votre identité, je ne fais que vous rappeler votre identité, j'invite continuellement votre attention : cet Auditeur invisible en vous est le Maître des Maîtres. Il est partout, tout comme l'espace ou le ciel. Comme les cinq éléments : le feu est partout, l'eau est partout, le ciel est partout. Vous êtes le Projecteur des cinq éléments, mais vous l'ignorez. Par exemple, vous faites l'expérience d'un rêve. Dans un rêve vous voyez

les cinq éléments, vous voyez l'eau, vous voyez le ciel, vous voyez la lune, tout. Non seulement cela, vous vous voyez vous-même. Et vous êtes en sommeil profond. Mais vous observez ce rêve, vous agissez dans ce rêve.

Qui a créé ce monde de rêve ? Qui fait l'expérience de ce monde de rêve ? Réfléchissez un peu. C'est la même chose ici. Votre Présence Spontanée Invisible a projeté ce monde entier. S'il n'y a pas de réveil le matin, qui sera là pour parler du monde ? Qui parlera de ces Maîtres ? Qui parlera de Dieu ? Donc directement ou indirectement, vous êtes la base de ce monde. Vous êtes l'Ultime Vérité, vous êtes la Vérité Finale. Vous n'avez besoin d'aller nulle part pour trouver Dieu ou divinités. Mais consacrez du temps à la méditation. C'est la seule solution. La connaissance intellectuelle seule, si nous continuons des heures entières avec de la connaissance intellectuelle, si nous lisons tant de livres, visitons tant de Maîtres, vous n'obtiendrez qu'un soulagement temporaire.

On devrait se concentrer sur le Concentrateur, le Concentrateur invisible. Même si vous réfléchissez intellectuellement, qu'est-ce qui est là ? Ce corps est-il votre identité ? Quelle est la valeur de ce corps ? Si la Présence disparaît un moment seulement, quelle est la valeur du corps ? Aucune.

Qui parle à travers le corps ? Qui écoute à travers le corps ? Celui-là a une immense valeur. Ces corps sont différents, l'Auditeur et l'Orateur sont Un. Alors ne discriminez pas. Ne dépendez de personne d'autre. Vous êtes totalement indépendant ; vous pouvez voler de vos propres ailes. Sans ailes, vous pouvez voler. Vous êtes un oiseau libre. Ayez du courage – la spiritualité vous donne du courage. Puisque vous avez un corps, tant de problèmes risquent d'apparaître. Vous pourriez aussi faire l'expérience d'atmosphères déplaisantes. Mais tous les problèmes seront résolus spontanément si vous avez un grand courage. Je vous l'ai dit, Nisargadatta Maharaj a fait face à tant de problèmes, au-delà de l'imagination. Après être revenu, plus de boutiques, une seule qui subsiste. Toute une vie de famille ruinée, rien n'était là, mais il avait une foi forte dans son Maître. Une foi forte dans votre Soi sans soi, cela est requis.

Q2: Vous parlez de la décharge spontanée de très fortes émotions, j'ai fait l'expérience de cela. Je me demande si cela peut aussi s'appliquer à des symptômes physiques ?

Maharaj: Oui, oui, cela arrive. Lorsque vous devenez de plus en plus proche de votre Soi sans soi, cela arrive. C'est bien que vous ayez fait l'expérience de ces émotions.

Q2: Oui, les émotions ont été assez intenses parfois, comme de la rage venant de nulle part et persistant une demi-heure avant de se résorber. Mais c'est à propos des choses physiques que j'étais le plus perplexe.

Maharaj: Lorsqu'il y a tant d'implication dans la spiritualité, beaucoup de vécus émotionnels, d'amour, d'affection apparaissent spontanément. C'est une composante de votre Esprit, de la connaissance spirituelle, car vous êtes plein d'amour et d'affection. Une paix exceptionnelle est là. Après une forte dévotion, une forte méditation, une paix totale sera là, un silence total sera là. Pas de confusion, pas de confusion, toute confusion se dissout. Un silence exceptionnel – vous resterez intouchés par le monde. Pourquoi êtes-vous troublés ? Parce que nous avons un certain ego, de l'ego subtil de ce monde, « je suis un quelqu'un d'autre ». Nous avons des attentes subtiles. Alors toutes les attentes, toutes les attentes basées sur le corps, se dissolvent. Tous les concepts basés sur le corps se dissolvent. Cela arrive spontanément. Ce n'est pas difficile, ce n'est pas impossible. Vous pouvez le faire, vous pouvez l'avoir, parce que c'est votre propriété. Comme je vous l'ai dit : en dehors de votre Soi sans soi, il n'y a ni Dieu, ni Brahman, ni Atman, ni Paramatman, ni Maître. C'est un fait, souvenez-vous en simplement. C'est pourquoi Nisargadatta Maharaj a dit : « Je ne fais pas de vous des disciples, je fais de vous des Maîtres. » Donc la pratique est très importante, la connaissance pratique est très importante. Vous avez la connaissance théorique, vous avez lu tant de livres, approché tant de Maîtres. La pratique est le plus important. Pourquoi la pratique est-elle importante ? Parce que nous sommes enveloppés dans tant de concepts illusoires, nous devons sortir de tous ces concepts illusoires : « je suis un individu » « je suis un homme ou une femme ». Tant de concepts sont là, tant d'attentes sont là. Tant que nous endossons le corps, c'est d'accord, tout ce qui est nécessaire pour l'entretien du corps, vous pouvez le faire, vous pouvez en prendre la responsabilité. Mais restez intouchés par ces concepts illusoires.

Q3: Puis-je le faire moi-même ? Maharaj, j'ai un corps en mauvais état, je suis malade, j'ai une addiction aux médicaments, j'ai un dos cassé. Je me réveille le matin avec tant de douleur. La médication affecte ma méditation, mais si je ne la prends pas, la douleur est tellement forte. Puis-je le faire moi-même?

Maharaj: Oui, vous devez le faire. Parce que vous allez acquérir de la tolérance, de la patience. Depuis que nous assumons ce corps, tant de problèmes se présentent. Des problèmes physiques sont là, des problèmes mentaux sont là. Vous recevrez du courage, de la puissance, de l'énergie, pour tolérer toutes ces choses.



## 03 October 2016, Part II

### Colombia, USA

#### Vidéo

Se prendre pour le corps-forme

Maharaj: Vous recevrez du courage, de la puissance, de l'énergie pour tolérer toutes ces choses. Non seulement cela, vous pourrez surmonter toutes les difficultés liées aux problèmes physiques aussi. Je vais vous raconter une histoire vraie, à propos de Gurudev Ranade, un dévot, un disciple de Bhausahab Maharaj. En ce temps-là, disons, il y a une centaine d'années, Gurudev Ranade souffrait de la tuberculose, une maladie en ces jours incurable. Sa mère l'amena à Bhausahab Maharaj. Après avoir médité, Gurudev Ranade fut surpris de se trouver complètement guéri. Ce fut réellement un miracle. Bien que ce ne soit pas la Réalité, ça arrive, ça peut arriver, car vous avez une puissance immense. Ce que je veux vous dire, le principe derrière cela, est que vous avez une puissance extraordinaire. Tout peut arriver. Vous recevrez du courage pour tolérer tous ces concepts liés au corps, tous ces problèmes physiques liés au corps. Et par conséquent, j'insiste, au stade initial, il vous faut consacrer du temps à la méditation – c'est la base. Seule, la discussion n'est pas suffisante. Maintenant la balle est dans votre camp. Mais faire ça ne requiert aucune condition, aucune restriction à propos de ce que vous mangez ou ce que vous faites. Par la méditation, vous pouvez vous identifier dans un sens réel. Fondamentalement, l'identification est le plus important. Tous les concepts apparaissent sur votre Présence.

Q: Je découvre que plus je deviens calme, plus mon mental et mon ego deviennent calmes, et plus mon désir d'être au service est la seule chose qui compte. L'argent ne compte pas, la nourriture ne compte pas, simplement être au service des autres est devenu une priorité. Est-ce un progrès naturel ou... ?

Maharaj: Ce qui se passe est que nous nous prenons pour le corps-forme. Tant de désirs s'ensuivent, des attentes, des besoins s'ensuivent. Donc pour ça, une forte dévotion et méditation amèneront tous les désirs à se dissoudre, vous restez intouché par le monde. Que voulons-nous exactement ? Dans la vie humaine, que voulons-nous ? Nous voulons le bonheur, la paix, une vie libre de tension et une vie libre de peur. Mais tout le monde a peur de la mort. Quelle que soit la situation. Qu'est-ce que la mort exactement ? Dans le sommeil profond, ressentez-vous la peur ? Non, vous dites, « Oh, laissez-moi tranquille ! ». Vous voulez le sommeil profond. Donc de la même façon, pourquoi avoir peur de la mort ? Il n'y a pas de mort du tout. Avant d'être, aviez-vous une quelconque peur ? Donc pour avoir une vie libre de peur, vous devez suivre la discipline de la méditation. La méditation vous

donne le courage de faire face à toutes ces choses. Elle place devant vous votre Réalité. Et ensuite, je vous le dis, la méditation est aussi illusion. Jusqu'à ce que vous obteniez la Conviction Spontanée, la méditation est un impératif. La méditation sera ensuite spontanée – ce mantra continuera sans arrêt. Il crée une vibration, il vous rappelle tout le temps : « Vous êtes Brahman, vous êtes Brahman, vous êtes Brahman », frappant à la porte continuellement.

Des questions ? C'est très simple !

Q2: Pouvez-vous être plus spécifique à propos de la méditation ? Pratiquer la méditation, ce n'est pas juste fermer nos yeux et se concentrer. Nous devons répéter le mantra. Et une autre chose : quelle sorte de pensée devrions-nous avoir lorsque nous méditons.

Maharaj: Oui, c'est une bonne question. J'ai placé devant vous la Vérité Ultime, le corps n'est pas du tout votre identité. Je ne suis pas le corps, je n'ai jamais été le corps, je ne vais pas rester le corps, c'est un fait. À travers la méditation, à travers l'implication, à travers la dévotion, vous rappelez continuellement le Soi sans soi : vous n'êtes absolument pas le corps. Après une implication et une dévotion continue, il y aura une Conviction Spontanée. Je vous donne un exemple très simple. Ce corps est appelé 'homme', et vous l'acceptez comme homme, vous rêvez en tant qu'homme, vous ne dites pas « je suis un homme, je suis un homme, je suis un homme », un nom a été donné. La conviction que ce corps est appelé homme, que ce corps est appelé femme, a été acceptée.

Vous n'êtes ni femme ni homme, vous êtes Brahman ; il vous faut accepter la Réalité. Et c'est pourquoi vous devez passer par la méditation. À travers la méditation vous oubliez votre identité corporelle, vous oubliez vos concepts basés sur le corps.

Pas d'expérience

Q2: Donc nous sommes censés réciter le mantra en même temps que nous méditons ?

Maharaj: Tout le temps, tout le temps, vous pouvez réciter le mantra tout le temps. Lorsque vous vous asseyez pour la méditation, asseyez-vous de cette façon, comme je vous ai montré. Au stade initial, je vous le répète : le mantra, la méditation sont requis au stade initial, jusqu'à ce que vous ayez la Conviction, jusqu'à ce que vous restiez intouché par la connaissance basée sur le corps, les concepts basés sur le corps. Ensuite toutes les actions seront spontanées, intouchées par le monde. Bien que vous endossiez ce corps d'homme ou de femme, vous êtes intouché par le

monde. Aucune préoccupation. Vous vivez dans ce corps, faisant toutes vos activités, comme si vous jouiez dans une pièce, comme si vous agissiez dans un rêve. Dans un rêve, vous enorgueillissez-vous en disant « j'ai fait une bonne action ou une mauvaise action » ? Il n'y a pas d'action, il n'y a pas d'acteur. (!) Pas d'expérience, pas d'expérimentateur. Même si vous avez l'expérience 'je suis Brahman', c'est aussi une illusion. Là où tout finit, là vous êtes ! Tout est venu de rien, et tout se dissout pour retourner à rien ! Si toutefois vous voulez vous comparer, comparez-vous au ciel ou à l'espace. L'espace est partout. Le ciel américain est-il différent du ciel indien ? Le ciel est le ciel. Nous sommes là à endosser ces corps, mais l'Esprit et la Présence sont Un, il n'y a pas de différence. Lorsque je vous parle, je dois prendre l'ego « je suis quelque chose d'autre ». Il n'y a pas de différence du tout. Comme nous sommes il y a cent ans, restez simplement comme cela : rien, nous ne savons pas. Après cent ans, comment serez-vous ? « Je ne sais pas ». « Je ne sais pas » veut dire que vous êtes sans contour, pas de naissance, pas de mort. Le corps est seulement le médium pour s'identifier au Soi. C'est une Réalité très simple, c'est la Réalité de l'Auditeur. N'allez pas courir après les miracles. Vous n'avez besoin d'aller nulle part. Tout est en vous. Mais nous ne donnons pas d'importance à nous-même, nous donnons de l'importance à autre chose. Votre Présence Spontanée, Invisible a une puissance immense. C'est le Maître des Maîtres. Et je répète encore, pour dissoudre toute la connaissance liée au corps, tous les concepts basés sur le corps, vous devez par la méditation. Au stade initial. Quelques soient les expériences qui surviennent lors du processus de la méditation, ignorez-les, les bonnes expériences comme les mauvaises.

La science spirituelle dit qu'il y a trois sortes d'expériences spirituelles. *Darshan* signifie que vous voyez dieux, déesses ou le Maître. *Sparshan*, leur contact physique, et *Sambhashan*, parler avec eux. Ça arrive, mais ce n'est pas la Vérité Ultime.

Donc ne vous associez pas aux éléments qui vont vous distraire de la Réalité. De tels éléments peuvent être des expériences miraculeuses ou des expériences déplaisantes. Ça arrive. Où étaient ces expériences avant d'être ? Et après avoir quitté le corps, des expériences subsistent ? Rien. Avant d'être, vous êtes inconnu à vous-même, après avoir quitté le corps, vous êtes inconnu à vous-même, et à présent aussi. C'est une Identité Inconnue, Invisible, Anonyme, Non-Identifiée. Les pensées affluent, ne luttez pas avec les pensées – qu'elles soient bonnes pensées, mauvaises pensées - nous luttons avec les pensées : « Pourquoi ces pensées viennent-elles, je médite tout le temps, mais une atmosphère déplaisante est là et des pensées dépressives sont là – pourquoi viennent-elles ? » Ok, vous expérimentez des pensées dépressives, de mauvaises pensées ou de bonnes pensées. Les pensées qui sont tolérables, vous les appelez 'bonnes pensées', et les pensées qui ne sont pas tolérables, vous les appelez 'mauvaises pensées'. Qu'est-ce qui est n'est pas tolérable ? Le corps n'est pas tolérable, la connaissance basée sur le

corps n'est pas tolérable. Lorsqu'il n'y avait pas de corps, il n'était pas question de tolérance. Et après avoir la Conviction, les gens demandent, « comment puis-je identifier si je suis réalisé ou pas ? » « J'ai la Connaissance, la Connaissance spirituelle, mais comment identifier si je suis réalisé ou pas ? »

Une sensation sera là. Comme je vous l'ai dit la dernière fois : six étapes sont données par la connaissance spirituelle. *Shama* signifie pardonner et oublier. Je donne l'exemple de Jésus Christ. Lorsqu'ils le crucifièrent, qu'a-t-il dit ? « Ô Dieu, pardonnez-leur, ils ne savent pas ce qu'ils font. » Puis *Dama* signifie tolérance et patience, pas d'irritation, pas d'excitation. Ça arrive spontanément. Avant la Connaissance, supposons qu'une petite chose vous irrite – maintenant il n'y a plus d'excitation. Vous aurez une tolérance, une patience spontanée.

Je donne l'exemple, au Maharashtra, un grand Saint, Saint Eknath. C'était un Saint très calme et tranquille. Donc quelqu'un déclara « je vais réussir à l'irriter ». Tous les jours Saint Eknath allait prendre un bain dans la rivière. Une fois sorti du bain, cette personne cracha sur lui. Calmement et tranquillement, Saint Eknath retourna à la rivière. Quarante fois, comme ça, cette personne cracha sur lui – et c'est elle qui fut irritée. (!) Et finalement elle se prosterna devant Saint Eknath. Et que dit Saint Eknath ? « Grâce à vous, j'ai pris quarante bains ». Ceci est patience et tolérance. Puis Saint Eknath l'invita à manger chez lui. Un silence exceptionnel sera là, cela arrive spontanément. Et la troisième chose, *Titiksha*, signifie juste de connaître la Réalité, une implication totale, une dévotion totale. La quatrième chose est *Uparati*, qui signifie que vous restez intouché par le monde. Quoi qu'il arrive ou qu'il n'arrive pas, vous restez intouché par le monde. Bien que vous endossiez un corps humain, qu'une bonne chose se passe ou qu'une mauvaise chose se passe, vous n'êtes pas concerné. La dévotion, *Bhakti*, signifie une foi complète. Ça arrive après avoir eu une forte dévotion.

Le corps est une opportunité pour nous, parce que nous avons oublié notre identité. Il y a tant de concepts : vous êtes né, vie passée, vie future, enfer et paradis, karma, dharma, tant de choses sont là. Notre Identité est enveloppée dans tous ces concepts. Vous devez briser le cercle de tous ces concepts. C'est très simple. Vous n'avez pas à déboursier un seul centime. Et si vous êtes réalisé, amenez les autres à se réaliser. Siddharameshwar Maharaj dit : « Si vous êtes réalisé, déroulez votre tapis et commencez à parler. Partagez la connaissance gratuitement, ne la commercialisez pas. »

Q3: Comment intensifiez-vous la dévotion ? Je veux dire, comment peut-on devenir plus dévoué ? Si vous êtes distrait par le monde et que vous oubliez de méditer, ou...

Maharaj: Vous devez l'accepter. La Réalité est placée devant vous, la Réalité de l'Auditeur Invisible *en vous*. Lorsque vous l'acceptez totalement, c'est la dévotion. Voyez, ce corps est appelé 'femme'. Répétez-vous « je suis une femme, je suis une femme, je suis une femme » ? Vous l'avez accepté. Je vous dis que vous êtes Brahman, mais vous ne l'acceptez pas, vous dites, « Oh, vous vous moquez de moi ». Je place devant vous la Réalité de l'Auditeur, mais vous ne l'acceptez pas. Mais si qui que ce soit vous fait du tort, vous l'acceptez immédiatement, vous réagissez immédiatement. Donc c'est maintenant à vous de voir. La Réalité qui est placée devant vous, vous devez l'accepter. Vous n'étiez pas le corps, vous n'êtes pas le corps, vous n'allez pas rester le corps, c'est un fait. Qui endosse le corps ? C'est l'histoire de l'Auditeur Invisible, la Réalité. On l'appelle Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître, non séparé de vous. (!)

Vous avez une valeur incommensurable, mais vous ne reconnaissez pas cette valeur, vous vous sous-estimez. Pourquoi allez ici et là en recherche de Maîtres ? « Ô Dieu bénissez-moi, Ô Dieu bénissez-moi » - Pourquoi ? Pour dire 'Dieu' votre Présence est requise. S'il n'y a pas de Présence, qui va parler de Dieu ? N'êtes-vous pas le père de Dieu ? Dieu est un concept. D'accord, ce n'est pas mauvais ; je ne critique pas ce concept de Dieu. Si votre Présence n'est pas là, qui va parler de Dieu ? Comment pouvez-vous alors parler de Dieu et maître ? Le moment où l'Esprit entre en lien avec le corps, vous commencez à identifier le monde entier. Le monde entier est projeté à partir de votre Présence, c'est un fait.(!)

Et c'est pourquoi j'insiste : pour avoir cette Conviction Spontanée se rapportant au Soi sans soi, il vous faut passer par le processus de la méditation. La méditation n'est pas seulement s'asseoir, je le répète encore. Une implication totale est requise. Récitez le mantra tout le temps et vous sentirez des expériences miraculeuses en vous ; vous sentirez une paix exceptionnelle, vous resterez non concerné par les choses du monde.

Q2: J'ai juste une question technique à propos du *mantra japa*. On peut faire le *mantra japa* tout en inspirant et expirant...

Maharaj: Correct.

Q2: ...et on peut aussi faire plus lentement ou plus rapidement le même mantra dix ou quinze fois, donc lequel est...

Maharaj: Pourquoi dix ou quinze fois ? Il n'y a pas de limite de dix ou quinze fois. Faites-le en continu, c'est votre propriété, et vous pouvez faire usage de votre propriété.

Q2: Mais si je prends une inspiration et une expiration, je peux le répéter plus d'une fois...

Maharaj: Voyez, quand vous vous asseyez pour la méditation, à ce moment-là ce principe est là. Tout le temps, vous pouvez réciter le mantra tel qu'il est. Soyez simple.

Q2: Donc je peux faire cinq...

Maharaj: Oui, oui, oui, pas de problème. Je vous l'ai dit, lorsque vous vous asseyez pour la méditation, vous suivez les instructions que vous avez reçues. Et le reste du temps, vous pouvez réciter le mantra tel quel. Soyez normal. Et même, il n'y a aucune règle écrite dans le marbre, je vous le dis. C'est le stade initial, tout comme quand vous apprenez une langue, vous écrivez 'a' comme ça, 'b' comme ça, 'c' comme ça – lorsque vous êtes étudiant. Après quelques étapes, vous n'êtes plus étudiant, vous êtes maître de ce langage particulier. Donc lorsque vous vous asseyez pour la méditation, asseyez-vous de cette façon une demi-heure, une heure, deux heures, ça dépend. Et en suivant la respiration, cela donnera un plus grand effet, cela donnera plus d'absorption. Mais tout le temps vous pouvez réciter le mantra tel quel, sans vous concentrer sur la respiration et tout le reste. Et ensuite, vous n'avez pas à vous asseoir comme ça ; votre méditation sera spontanée en vous. Donc sans votre connaissance, même dans le sommeil profond, cette méditation continue à l'intérieur. C'est le stade de départ, stade initial, mais vous devez le faire. Donc soyez pratique. Comme je vous l'ai dit, ceci est une opportunité de vous identifier dans un sens réel. À la base vous êtes sans forme, cette forme ne va pas rester constante. C'est une apparence, une forme.

Q4: Est-ce qu'un certain type de régime peut aider à calmer le mental ? Comme une nourriture sattvique, ou végétarienne, pauvre en épices ?

Maharaj: Non, pas question de régimes. Les régimes ne sont pas une restriction, ce n'est pas une préoccupation. Quelles que soient vos nécessités physiques, elles ne concernent pas la Réalité. Ce que vous mangez, ce que vous faites, ce que vous aimez pour le bien-être du corps, pour les besoins du corps, vous pouvez le faire. Que vous mangiez végétarien ou pas, ce n'est pas une préoccupation. Comment vous vous identifiez, c'est le plus important. Vous n'êtes pas le corps ; ce qui est nécessaire pour le corps, vous pouvez le faire. Que vous preniez de l'eau pure, que vous preniez une eau différente, vous n'êtes pas concerné. Tant de concepts sont là. C'est pourquoi je vous dis, vous devez sortir de tous ces concepts, ces concepts basés sur le corps, et vous devez passer par la méditation.

Q5: Donc le yoga, les postures, ce sont d'autres concepts basés sur le corps ?

Maharaj: Yoga ? Le yoga est bon pour la santé - mais il vous aidera ; le pranayama donne de bons effets. Parfois, d'autres types de yoga – padmasana donne aussi de bons effets.

Le yoga aide aussi. Mais ce n'est pas la Vérité Ultime - ça vous aidera. Le pranayama est bon pour vous.

Q6: Maharaj, je veux juste vérifier que je comprends et élaborer un peu plus sur ce que ce gentleman vous a demandé. Il y a beaucoup de chaos et de drames dans ma famille, tout au long de la journée, et j'essaie de répéter le mantra pendant tout ce tumulte, parce qu'en Réalité, il n'y a personne là...

Maharaj: Correct, correct.

Q6: ...Correct, et je veux juste comprendre : je n'ai pas à me concentrer sur l'inspir et l'expir lorsque je répète le mantra, quand je fais l'expérience du chaos et du

tumulte qui se déroule - tant que je suis consciente et que je répète le mantra, c'est tout ce que j'ai à faire. Je n'ai pas à être consciente de l'inspir et de l'expir à ce moment-là. Je prends du temps pour méditer par moi-même, mais je parle de ces moments où tout cela se déroule. Ai-je à être consciente de l'inspir et de l'expir tout au long de la journée ?

Maharaj: C'est le stade initial seulement, jusqu'à ce que vous ayez la Conviction. Suivre la respiration, réciter le mantra, seulement au début, au stade initial. Au stade Ultime ce n'est plus nécessaire, et ce n'est plus nécessaire de réciter le mantra. Cela arrive spontanément. Qu'est-ce qu'un mantra ? Il vous rappelle à vous-même, il essaie de vous identifier. Où était le mantra avant d'être ? Y avait-il un quelconque mantra lorsque vous êtes venu au monde ? Après avoir quitté le corps, un mantra va rester ? Le mantra est également un concept, une illusion. Mais pour enlever une illusion, vous devez utiliser une autre illusion. Comme une épine. Pour enlever une épine, vous vous aidez d'une autre épine, puis vous vous débarrassez des deux. Mais vous devez le faire au stade initial, au commencement.

Q7: Maharaj, j'ai une question. Je sais que vous avez dit à l'un de nous de choisir un mantra et de ne pas en changer. Je constate que je suis portée vers deux mantras également. Le Naam mantra, parce que je l'ai reçu de vous, et aussi 'Je suis Brahman, Brahman je suis'. Et j'ai essayé de n'en employer qu'un seul. Je répète l'un avec assez d'intensité pour une semaine et puis je change pour l'autre la semaine suivante, avec la même intensité, et je ne peux me décider... Je veux dire, je suis déterminé à pratiquer la méditation avec un mantra, mais je me sens porté vers l'un et puis je me sens porté vers l'autre...

Maharaj: Avez-vous pris le Naam mantra?

Q7: Oui.

Maharaj: Quel que soit le mantra qui vous a été donné, vous récitez seulement ce mantra, pas d'autre mantra. La signification de ce mantra est 'Je suis Brahman, Brahman je suis'. Donc quel que soit le mantra qui vous a été donné, vous récitez ce mantra seulement. Ne vous induisez pas en confusion.

Q7: Je réalise que ça n'a pas d'importance, l'un ou l'autre, mais il y a cette confusion parce que je me sens porté vers l'un, et ensuite porté vers l'autre...

Maharaj: Non, non, ce n'est pas nécessaire. On vous a donné un mantra simple. Quel que soit le mantra qui vous ai été donné, vous réciter ce mantra et c'est suffisant pour vous. Si vous trouvez ça difficile, vous pouvez réciter l'autre mantra, mais le mantra qui vous a été donné – vous récitez ce mantra, un mantra très simple. Le but de ce mantra est juste de vous rappeler à vous-même.

Q8 : (à Q7) Le Naam mantra est le message, oubliez l'autre. Le Naam mantra vous a été spécifiquement donné par Maharaj.

Q7: D'accord, donc c'est pourquoi j'ai été porté vers celui-là. Mais l'autre, peut-être parce que c'est dans ma langue, semble plus significatif pour moi...

Q8: Mais le Naam mantra est votre mantra.

Q7: C'est mon mantra, d'accord, merci. Donc je vais m'attacher à celui-là.

## 17 Octobre 2016, Partie Un

### Colombia, USA

[Voir la vidéo](#)

Complètement libre

Maharaj: 'Shama' signifie tolérance. Donc tous les attributs - Oubli et pardon, apparaissent. Auparavant, pour de petites, petites choses, vous avez de l'irritation. Après la Réalisation, après l'obtention de la Conviction Spontanée : Rien n'est arrivé. Pas d'irritation. Quoi qu'il se passe, quels que soient les petits incidents qui apparaissent dans votre expérience, vous serez complètement calme et tranquille. Une tolérance exceptionnelle sera là, une félicité exceptionnelle. Tous les désirs disparaîtront. Pas de désirs, pas de mental, pas d'ego, pas d'intellect – ça arrive spontanément, et on l'appelle la Conviction Spontanée. Vous serez complètement libre. Même si vous utilisez ce corps, soit mâle soit femelle, vous resterez non concerné par la connaissance liée au corps. Vous utiliserez le corps comme une chose temporaire. Tout comme vous utilisez quelque chose, comme un instrument.

Ça arrive spontanément. C'est la Conviction, la Conviction Spontanée. « Oh, je comprends, je ne suis pas le corps » - ce n'est pas si facile. Et pour cela, je le répète encore, la méditation est la base. Vous avez à dévouer du temps. Au moins une heure. Si vous considérez vingt-quatre heures, allouez au moins une heure. Que faites-vous pendant une heure ? Vous essayez juste d'identifier l'Identité Non-Identifiée en vous. « Je ne suis pas le corps, je n'étais pas le corps, je ne resterai pas le corps » - cette Réalité sera absorbée totalement en vous.

Donc même si vous vivez dans ce monde en tant que mâle ou femelle, vous n'êtes pas concerné par les activités corporelles. Ça arrive. Une paix complète sera là. Et c'est très simple. Le Naam mantra joue un rôle très, très important. À travers le mantra, vous vous martelez. Lentement, silencieusement, et en permanence, tous ces désirs, toutes ces attentes et besoins seront dissous. Vous serez complètement libre, complètement silencieux.

Donc la compréhension intellectuelle n'est pas suffisante, parce que tout est en vous. La spiritualité, la Réalité, n'est pas séparée de vous. Jusqu'à maintenant nous nous sommes mesurés en tant que corps-forme ; c'est pourquoi nous ne sommes pas capables de nous identifier dans un sens réel. Si vous ne vous identifiez pas dans un sens réel, quoi que vous fassiez, même si vous approchez des milliers de maîtres, même si vous lisez des milliers de livres, ça ne vous aidera pas. Des gens viennent et disent « j'ai fait cinquante ans de spiritualité », « j'ai fait trente ans de spiritualité ».

Qu'est-ce que vous faites ? Un ego subtil est là : « je fais quelque chose ». Vous n'êtes pas l'acteur ! Il n'y a pas d'action ! Rien n'est là.

Donc, première étape, l'identité corporelle est supposée être dissoute totalement, spontanément. Ça arrive. Rien n'est impossible – vous recevrez du courage. Donc ne jouez pas avec les mots, les mots spirituels. Nous jouons avec les mots spirituels ; 'Atman', 'Paramatman', tant de mots, des milliers de mots. Nous avons créé le langage, nous avons donné la signification au langage. Donc ne luttez pas avec le langage. Quelqu'un dit « pourquoi ceci, pourquoi vous... » Ce sont des mots ! Juste pour la conversation, juste pour partager la Réalité, la Connaissance. Voyez, qu'est-ce qui était là avant d'être ; un langage était-il là ? Il n'y avait pas de 'je', pas de 'vous', pas de 'il', 'elle', 'ça', rien n'était là. Pas de concept de Dieu, pas de maître, pas de disciple, pas de dévot, pas de déité. Rien n'était là. Après avoir quitté le corps, que reste-t-il ? Vous avez une grande connaissance, vous êtes un maître de la connaissance, d'accord. Cette connaissance sera-t-elle utile au moment de quitter le corps ? Quelle est l'utilité de cette connaissance ? Que voulez-vous dire par connaissance ? Juste s'identifier dans un sens réel. Nous nous identifions au corps et c'est une illusion, c'est un fait ouvert.

Tout commence et finit en vous

Tout commence avec vous et se finit en vous. Comme je l'ai dit, tout est venu de rien et tout se dissout en rien. Votre Présence était là mais sans aucune forme. Vous êtes Présence sans forme. Après avoir quitté le corps, votre Présence sera là, mais sans aucune forme. Tout comme après que beaucoup de maisons se soient effondrées, quel est le sort du ciel ou de l'espace ? Le ciel ne meurt pas, il n'y a pas de mort, pas de naissance. Donc les concepts de mort et naissance sont supposés être dissous, et tous les désirs seront dissous. Ça arrive ! Nous avons des désirs subtils.

Donc au lieu d'étudier la spiritualité, essayez de digérer cette spiritualité en vous. *La spiritualité n'est pas séparée de vous* ! Aussi longtemps que nous nous prendrons pour corps, nous compterons pour corps-forme, la spiritualité nous sera autre. Au moment où la spiritualité est absorbée, à ce stade, il n'y a pas de 'je', il n'y a pas de 'tu', 'il', 'elle', rien n'est là. Aucun 'Dieu' n'est là, aucun 'Maître' n'est là, pas de disciple, pas de dévot, rien n'est là ! Par conséquent je vous ai dit : excepté votre Soi sans soi, il n'y a pas de Dieu, pas de Maître, pas de Brahman, pas d'Atman, pas de Paramatman. Tous les besoins, toutes les nécessités, tous les désirs sont venus avec le corps. Où étaient ces désirs avant d'être ? Tout se dissout avec le corps. Que reste-t-il ? Rien.

Q: Maître, est-ce le mieux d'arrêter de lire, même vos livres ou les livres de Nisargadatta ? Est-ce mieux d'arrêter de lire ça à un certain moment ?

Maharaj: N'arrêtez pas de lire ! Lisez ! Vous pouvez lire des livres, mais vous lisez votre biographie. Quand vous lisez un certain livre, supposez que ce soit une histoire racontée de la naissance à la mort : « Oh, c'est ma biographie ! ». Supposez que quelqu'un écrive votre biographie à votre insu. Quand vous tombez sur un tel livre, vous dites « Oh, c'est ma biographie ! C'est mon histoire ! ». Lisez de cette façon. Quelqu'un a écrit votre biographie sans que vous le sachiez, quand vous tombez dessus : « Oh, c'est ma biographie ».

De cette façon, lorsque vous lisez, quoi que ce soit - Ramana Maharshi, Nisargadatta Maharaj, tant de Maîtres sont là. Leurs langages sont différents, mais que voulaient-ils véhiculer ? Tant de livres spirituels sont là. « Corps subtil, ce corps, cet autre corps » - où sont ces corps avant d'être ? « Les quatre corps sont là, ce corps... » - pourquoi tenir compte de tous ces corps ! Voyez, le principe derrière la connaissance spirituelle est que le corps appartient au cinq éléments. Vous êtes le Projecteur de ces cinq éléments. Où étaient ces cinq éléments avant d'être ? Le ciel est là, la terre est là, le vent est là, le soleil et la lumière sont là – donc tous les cinq éléments sont apparus avec ce corps. Où étaient ces cinq éléments avant d'être ? Après avoir quitté le corps, allez-vous connaître des éléments ? Rien ne sera là. Donc toute connaissance, quelque connaissance que vous ayez, sera dissoute avec le corps. Alors pourquoi jouer avec les mots ? Tous les mots spirituels sont une indication, invitant l'attention de l'Auditeur Invisible sur le fait que vous êtes Vérité Ultime.

## **17 Octobre 2016, Partie Deux**

### **Colombia, USA**

#### **[Voir la vidéo](#)**

Le Voyant Invisible à l'intérieur de vous

Maharaj: Aucune forme n'est là. Avant d'être, y avait-il des formes ? « Qui suis-je ? », nous ne savons pas ! Pour dire « je suis », une Présence est requise. Où est ce « je » avant d'être ? Cette Conviction – je ne parle pas de compréhension – cette Conviction est supposée apparaître spontanément. Pour laquelle, il vous faut passer strictement par la méditation, c'est l'unique source. Pas d'exercices, pas de torture du corps. Vous n'avez besoin d'aller nulle part, dans aucun temple. Vous n'avez

besoin d'aller vers aucun Maître non plus. Approchez votre propre Maître. Vous négligez votre propre Maître. Vous mesurez ce Maître en tant que corps-forme. La Connaissance est partout. C'est appelé Réalisation, car c'est une Identité Non-Identifiée, Invisible, Anonyme. Il n'y a pas de nom. Vous ne pouvez la voir, vous la ressentez. Ce que vous voyez est illusion, par lequel vous voyez, est la Réalité. Le monde entier est projeté à partir du Voyant Invisible à l'intérieur de vous. *Le monde entier est projeté à partir du Voyant Invisible à l'intérieur de vous.* Vous ne pouvez pas deviner. Mental, ego, intellect disparaissent. Ce sont des éléments fonctionnels, ils ne sont pas mauvais. Mais si vous utilisez excessivement le mental, l'ego et l'intellect, ils deviennent mauvais. Il est dit que toute chose en excès est un poison. Donc assumez toutes vos responsabilités. Ne négligez pas votre corps, ne négligez pas votre famille. Faites votre travail, remplissez vos devoirs. « Oh, je suis un homme spirituel, comment puis-je faire ces choses ? ». Car vous êtes la Vérité Finale. Par conséquent, la Conviction Spontanée est supposée apparaître, vous laissant non concerné par le monde, intouché par le monde, intouché par tous les concepts. Tous les désirs seront dissous, aucun désir ne sera là.

Par conséquent, le courage spirituel est requis pour accepter la Réalité. La Réalité n'est pas séparée de vous. Et par conséquent je répète encore : la méditation est l'unique source. Avec l'intellect nous pouvons comprendre, c'est d'accord. Pourquoi la connaissance est-elle requise ? Parce que nous avons oublié notre identité. Et que voulons-nous dire par connaissance ? Juste de nous identifier, très simple. Après s'être identifié, l'identifieur disparaît. Au travers de mots variés, je tente de convaincre l'Auditeur Invisible en vous, qui est sans forme.

Au travers du corps, vous pouvez identifiez «Je »

Pourquoi lire tant de livres ? D'accord, vous avez besoin de tous ces livres. Mais ce qu'ils véhiculent est le plus important. Lire uniquement des milliers de livres est insignifiant, car vous êtes le point central de ce monde. Si pour un moment la Présence n'est pas là, quelle est la valeur de ce corps ? Et quelle est la valeur de la connaissance ? Où était cette connaissance avant d'être ? Quelle est l'utilité de cette connaissance après avoir quitté le corps ?

Des milliers de questions sont là. La réponse est en vous. Il y a seulement une réponse : Excepté votre Soi sans soi, il n'y a ni Dieu, ni Brahman, ni Atman, ni Paramatman. Ce sont tous des concepts apparus sur votre Présence. Même « je suis Brahman » est un concept apparu sur votre Présence. La Présence ne sait pas « je suis Présence ». Et par conséquent, au lieu d'étudier la spiritualité, essayez d'absorber ce que vous avez écouté. C'est l'histoire de l'Auditeur, l'identité de l'Auditeur. Parce que ce corps est une opportunité pour vous. Ne perdez pas de

temps. C'est inestimable. Votre Présence est inestimable. Au travers du corps, vous pouvez identifier « Je ». C'est une combinaison de la Présence et du corps. La Présence touche le corps, et vous dites « je ». Tout comme une allumette et sa boîte. Le feu est partout. Au moment où l'allumette est frottée sur sa boîte, vous voyez le feu. Où ce feu ira-t-il ? Enfer ou paradis ? Au moment où la Présence Invisible touche le corps vous dites « je ». Où était ce « je » avant d'être ? Donc soyez pratique. Vous avez beaucoup de théorie. Vous n'avez pas besoin d'étudier quelque livre spirituel que ce soit. « Les cinq éléments » sont là, « ces corps-ci » sont là, « les quatre corps » sont là ; pourquoi faire usage de ces « quatre corps » et toutes ces choses ? Le « corps subtil », « ce corps », « conscience », « inconscience », « cognition », c'est seulement jouer avec les mots. Vous n'obtiendrez pas le bonheur à partir de ça. C'est une distraction, une distraction spirituelle momentanée. Quelle est l'utilité de la science spirituelle ? Ce qu'elle dit : « vous êtes distinct de ces cinq éléments ». Au moment où votre Présence apparaît, ce monde entier est projeté, incluant les cinq éléments. Vous êtes le père des cinq éléments. Où était le ciel avant l'être ?

Je donne un exemple simple : dans un rêve, vous voyez tout, correct ? Vous dormez, vous dormez profondément. Vous voyez le ciel, vous voyez la lune, vous voyez le soleil, vous voyez l'océan, vous voyez tant de gens. Jusqu'à ce jour, vous avez peut-être vu des milliers de rêves. *Jusqu'à ce jour, vous avez peut-être vu des milliers de rêves.* Qu'est-il arrivé à tous ces gens que vous avez vus dans le rêve ? Comment ce monde de rêve a-t-il été projeté ? Vous êtes là et là seulement. Ce monde est un long rêve. Mais qu'arrive-t-il ? Tant de désirs sont là, « je veux ceci, cette chose, cela ». Quelqu'un est venu et m'a fait part de ses pensées, mentionnées sur Facebook ou autre chose. Les êtres humains, au départ, ne viennent pas au monde avec des poches. Après avoir quitté le corps, vous n'avez pas de poches. Pourquoi se remplir les poches entre-temps ? Cela signifie : avant d'être, rien n'était là. Maintenant, il y a tant d'anxiété, tant d'avidité, « je veux ceci, je veux ça, je veux ça ». Qui veut toutes ces choses et pour quoi ? Combien de temps allez-vous faire usage de toutes ces choses ? Des soulagements temporaires. L'argent est là, le sexe est là, la renommée est là, tant de choses sont là, tant de causes matérielles sont là. Donc soyez ferme – la fermeté est très importante. Et pour cela vous devez avoir une foi forte en vous et votre Maître, qui que votre Maître soit. Mais le Maître n'est dans aucune forme, c'est un Maître sans forme, pas cette forme ([Maharaj indique son corps](#)). L'Identité Invisible dans le Maître et l'Identité Invisible dans le soi-disant disciple ne sont pas séparées. Ils sont un seul et même, les corps sont différents. Donc la Réalité n'est pas impossible.

Q: Maître, la Conviction, la Conviction Spontanée peut survenir à tout moment, elle n'apparaît pas nécessairement lors de la méditation, est-ce correct ?

Maharaj: Ça arrive spontanément, après avoir eu la Conviction. Après avoir eu cette Conviction, cela dissout toute la connaissance liée au corps. C'est un corps de nourriture, vous savez que c'est un corps de nourriture. Aussi longtemps que nous fournissons de la nourriture et de l'eau, il est là. Qui agit dans ce corps ? Qui parle depuis ce corps ? Qui expérimente depuis ce corps ? Qui écoute depuis ce corps ? Qui pense depuis ce corps ? Disons que je parle d'un sujet spirituel. L'Auditeur Invisible en vous analyse les mots, sans que vous en ayez connaissance, soulevant des questions. Qui est ce questionneur ? C'est très, très intéressant. Allez profondément et profondément dans le Soi sans soi et vous trouverez la paix, « Oh, ce Je ! »

Q: Maître, plus profond et encore plus profond dans la méditation, vous parlez plus profondément et...

Maharaj: Après avoir médité, à travers les mots récités en méditation, tous les concepts seront dissous, fondus. L'identité corporelle sera dissoute. Et en vous-même, vous saurez que « mon Être est partout et en chacun ». « Ma Présence est partout » - cette Conviction Spontanée apparaîtra en vous.

Q: Donc au cours de la journée, lorsque tous les membres de la famille sont autour...

Maharaj: Oui, oui. Dans un rêve, tant de membres de la famille sont là.

Q: Ils ne sont pas vraiment là, n'est-ce pas ?

Maharaj: Aussi, je ne vous demande pas de négliger les membres de votre famille. Quel que soit le travail à faire, faites-le. Assumez vos devoirs, poursuivez avec toutes vos responsabilités. Mais en même temps, il devrait y avoir Conviction : « Je n'ai rien à voir avec toutes ces choses », comme si vous jouiez dans une pièce de théâtre. Je vous donne un exemple simple : vous jouez dans une pièce, vous avez un rôle. Vous jouez un très bon rôle, les gens disent « Oh ! », mais en même temps vous savez, « je n'ai rien à voir avec ce rôle, je dois jouer deux ou trois heures seulement ». Comme cela, il vous faut vous convaincre. La connaissance est là, beaucoup de connaissance est là. À la lumière de cette Connaissance, Réalité, il vous faut vous convaincre, « Où en suis-je ? Qu'est-ce que je veux exactement ? Je médite, je chante les bhajans, je fais toutes ces choses, je lis des livres, j'approche tant de Maîtres. Dans quelle mesure cela va-t-il être utile *pour moi* ? Où en suis-je ? Qui veut toutes ces choses ? Quel est la finalité derrière cela ? ». Parce que nous ne sommes pas en paix, nous ne sommes pas heureux. Tout est en nous mais pas le bonheur, pas de paix, il y a toujours des tensions, et par-dessus tout la peur de la mort. Pourquoi ? Parce que nous ne nous identifions pas dans un sens réel. Nous n'avons aucune expérience de la mort et de la naissance. Et comme vous savez, quel est la durée de vie de ce corps ? Vous êtes un petit enfant, vous grandissez et devenez un

jeune homme ou une jeune femme, puis vous êtes un vieil homme, et un jour ou l'autre, bon gré mal gré, nous devons quitter le corps. Ce n'est pas votre identité.

Alors soyez sans peur. Après la Conviction, vous serez sans peur : « Oh, c'est un cadavre, que ce qui arrive, arrive - Car je suis non né ! ». Ce sont des allégations, que vous avez pris naissance et que vous allez mourir. Par conséquent la science spirituelle dit : Si toutefois vous voulez vous comparer, comparez-vous au ciel. Le ciel ne sait pas « je suis le ciel ». De même, votre Présence Invisible ne sait pas « je suis Présence Invisible ». Nous utilisons les mots « je », « tu », « il », « elle », « ça ». C'est le langage, juste pour la conversation. Et par conséquent je vous ai dit : ne jouez pas avec les mots spirituels. Qui est « tu » ? Qui est « je » ? D'accord, juste pour la compréhension.

Vraiment, c'est très, très intéressant.

Q2 : J'ai remarqué, Maharaj, depuis que j'ai commencé le Naam mantra, que mon attention est plus tournée vers l'intérieur et que je suis plus calme. Je suis toujours capable de m'occuper de mes responsabilités, mais je suis plus détaché, et beaucoup plus efficace. On dirait que mon énergie est plus à l'intérieur, beaucoup plus en paix. Donc ça a été une bonne expérience. Je pense que je comprends un peu ce dont vous parlez. Je ne sais rien de la Conviction Spontanée, mais il y a eu un grand changement depuis le mantra...

Maharaj: Voyez, aussi longtemps que nous nous mesurons via le corps-forme, toute expérience qui apparaît est illusion. Si vous sentez « Je suis Brahman », c'est aussi illusion. Parce que quel que soit le sentiment, tous les sentiments apparaissent sur votre Présence. La Présence ne sait pas, des noms sont donnés : « Brahman », « Atman », « Paramatman », « Dieu », « Maître », - un nom est donné pour identifier cette Présence Invisible.

Q: Ce n'est même pas comme un sentiment, c'est juste calme...

Maharaj: C'est bon. [\(De nouveaux visiteurs arrivent\)](#) Venez, asseyez-vous. Alors, qu'en est-il de vos études spirituelles ? Soyez libres !

Q3: J'ai rencontré les enseignements de Sri Nisargadatta Maharaj il y a dix ans, et ça a eu un impact sur mon être, et je n'étais pas vraiment capable de gérer ça. Donc ces dix dernières années, j'ai pratiqué principalement la voie Soufie. L'enseignant était aussi familier avec la lignée de Sri Ramakrishna. Et l'année dernière, je suis revenu à la lecture de Sri Nisargadatta, et votre merveilleux livre.

Maharaj: Voyez, après avoir lu tant de livres, nous devons absorber la Connaissance. La Connaissance est juste la Réalité, la Réalité de l'Auditeur, la Réalité du Lecteur. Ce « je » est supposé être dissout. Ce « je » est apparu sur votre Présence Spontanée Invisible. Si la Présence n'est pas là, qui va parler de « je » ? Et comme je vous l'ai dit, excepté votre Soi sans soi, il n'y a ni Dieu, ni Brahman, ni Atman, ni Paramatman, ni Maître. L'Auditeur Invisible en vous est le Maître. Il n'a aucune identité spécifique. Pour dire « je », votre Présence est requise. Si la Présence n'est pas là, qui va parler de « je » et qui va parler de « Dieu ». Pour dire « Dieu », votre Présence est requise. Le corps ne peut pas dire « ceci est Dieu ». S'il n'y a pas de Présence, le corps ne peut pas agir. C'est un cadavre. La Présence Invisible, l'Auditeur Invisible en vous, est Ce à travers quoi vous pouvez identifier le monde. Cela signifie que le monde entier est projeté à partir de votre Présence Invisible. Si la Présence n'est pas dans le corps, qui va parler du monde, de Dieu et tout le reste ? Qui connaît Krishna ? Avant d'être, connaissiez-vous Krishna ? Connaissiez-vous un quelconque Dieu ? Connaissiez-vous un quelconque Maître ? Aviez-vous une quelconque connaissance spirituelle ? Rien. Après avoir quitté le corps, quelle est l'utilité de ce Krishna ? Tous les dieux et déesses sont des concepts. D'accord, ce n'est pas mauvais, je ne critique pas. Je place devant vous l'Identité Invisible en vous, qui est appelée Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Krishna – quels que soient les noms que l'on donne. Pour dire « Seigneur Krishna », votre Présence est là. Si votre Présence n'est pas là, qui va parler du Seigneur Krishna ? Nous connaissons la photo, « Oh, c'est le Seigneur Krishna ». Quelqu'un nous a dit, ou nous lisons dans un livre « C'est le Dieu, ceci est Rama, ceci est Krishna, ceci est cela ». Avant d'être, savez-vous quoi que ce soit à propos de ça ? Soyez honnête. Après avoir quitté le corps, savez-vous quoi que ce soit à propos de ça ? À propos d'un Maître ? À propos de Dieu ? À propos de dieux et déesses ? À travers le corps nous essayons de nous identifier. « Ceci est Dieu », et quelle est l'utilité de ce Dieu ? Juste avoir de la paix, du bonheur, ce dont nous avons besoin. La connaissance liée au corps est intolérable, c'est pourquoi tous ces dieux et déesses sont requis. Pourquoi la connaissance spirituelle est-elle requise ? La connaissance liée au corps n'est pas tolérable, pour laquelle nous prenons des causes matérielles. Tant de désirs sont là, donc tous les désirs sont supposés être dissous spontanément.

Vous pouvez avoir lu des milliers de livres. Quelle est l'utilité d'avoir lu ces livres ? Essayez d'identifier le Lecteur Invisible à l'intérieur de vous. Nous collectons de l'information à travers divers livres et nous jouons avec les mots, « Atman », « Paramatman », « Brahman », « Dieu », tant de mots sont là. Tant de livres sont là, que veulent-ils véhiculer ? Tant de Maîtres sont là, que veulent-ils dire ? Ils disent : Excepté votre Soi sans soi, il n'y a pas de Dieu, pas de Brahman, pas d'Atman, pas de Paramatman, pas de Maître. Pourquoi ne voyez-vous pas ce Maître à l'intérieur de vous ? Pourquoi ne voyez-vous pas ce Krishna à l'intérieur de vous ? Parce que nous nous mesurons dans le corps-forme, et cette identité corporelle est supposée être dissoute. Pour lequel il vous faut suivre la discipline de la méditation. Pourquoi la

méditation est-elle requise ? À travers elle, vous vous martelez, vous invitez l'attention du Méditant Invisible en vous sur le fait que vous êtes Vérité Ultime, vous êtes Vérité Finale. C'est la base, la méditation est la base. La méditation est aussi illusion, mais elle est nécessaire. Afin d'ôter une illusion, vous devez utiliser une autre illusion. Soyez fort, pas physiquement mais spirituellement. Ayez du courage pour accepter la Réalité. Nous sommes sous la pression de tant de concepts spirituels, « Oh, comment pourrais-je faire ceci ? Si je dis quelque chose, il va se passer quelque chose ». « Ceci est un péché, ceci est une vertu ». Qu'est qu'un « péché », qu'est-ce qu'une « vertu » ? Ceci est appelé « destinée », ceci est « vie passée », « vie future ». La naissance de qui ? Ceci est « karma », cela est « karma », qu'est-ce que le « karma » ? Vous n'êtes pas acteur, il n'y a pas d'action ! La Vérité Ultime n'est pas séparée de vous. Aussi longtemps que nous nous mesurerons en tant que corps-forme, cette Vérité Ultime sera séparée. Comme vous savez, le corps n'est pas votre identité du tout. Le corps n'était pas votre identité et le corps ne restera pas votre identité du tout, c'est un fait établi.

Un jour ou l'autre, bon gré mal gré, vous devrez quitter ce corps. Et pour ça vous devez avoir la Conviction Spontanée. Lisez des livres, pas de problème. Ce qu'ils véhiculent est le point important. Ne faire qu'accumuler des mots spirituels est insensé. Cette connaissance spirituelle sera-t-elle utile au moment de quitter le corps ? Non. Quoi que vous lisiez, quoi que vous écoutiez, cela devrait être absorbé totalement. Continuer à parler pendant des heures n'a aucun sens.

J'invite continuellement l'attention de l'Auditeur Invisible en vous sur le fait qu'excepté votre Soi sans soi, rien n'est là. Ayez du courage, le courage spirituel, dont vous manquez, pour accepter la Réalité. « Je fais quelque chose, je fais... » Qu'est-ce que vous faites ? Vous ne pouvez rien faire. S'il n'y a pas de Présence, que pouvez-vous faire avec ce corps ? S'il n'y a pas de Présence ne serait-ce qu'un instant dans ce corps, que pouvez-vous faire ? Rien. Et par conséquent je vous ai dit, cette Présence est juste comme l'espace ou le ciel. L'espace ne sait pas « je suis espace », aussi la Présence ne sait pas « je suis Présence ». Essayez d'identifier l'Identifieur Invisible en vous ! Il est non concerné avec le monde, non concerné par toutes les activités. Comment étiez-vous avant de vous identifier ? « Je ne sais pas ». Quelle identification subsiste après avoir quitté le corps ? « Je ne sais pas ». « Je ne sais pas » signifie : « Je suis sans forme, je suis sans contour. Ma Présence est là, mais non dans une forme ».

Nous manquons de confiance. Nous avons tout entendu, tout le monde connaît « Atman », « Paramatman », « Dieu », « Brahman », mais un manque de confiance est là. Des impressions sont là. Nous devons sortir de ce cercle illusoire. Toutes nos actions sont à l'intérieur de ce cercle illusoire. Tant que les désirs sont là, nous sommes sous la pression du mental, de l'ego et de l'intellect. Qu'est-ce que le mental ? Le flot des pensées. L'ego est là, « je fais quelque chose ». Que faites-vous ? L'intellect est là. Où étaient l'intellect, le mental et l'ego avant d'être ? Vous

êtes à la base sans forme, aucune forme n'est là, aucun contour n'est là. Et par conséquent je dis que tout est sorti de rien et tout se dissout en rien. Il n'y a pas de restrictions. Vous n'avez à faire aucun exercice, vous n'avez pas à torturer votre corps. Assumez vos devoirs, vos responsabilités, soyez pratique. « Oh, je suis un homme spirituel, je suis une femme spirituelle, comment pourrais-je faire ça ? ». Ne faites pas. Soyez simple, soyez normal. Ne vous sous-estimez pas. « Comment ça peut arriver ? » Tout peut arriver, rien n'est impossible. Vous n'avez pas à déboursier un seul centime pour cela. C'est votre connaissance ! C'est pourquoi mon Maître Nisargadatta Maharaj a dit : « Je ne fais pas de vous un disciple, je fais de vous un Maître. » Car vous êtes un Maître. Au moment où vous cessez de vous mesurer dans le corps-forme, le Maître n'est pas séparé de vous.



## 17 Octobre 2016, Partie Trois

### Colombia, USA

[Voir la vidéo](#)

Maharaj : Les corps sont différents, la Présence est Une. À cet effet, le courage spirituel est le plus important : « Oui, je peux le faire ». Ce n'est pas une assertion égotique. Et pour cela encore, la méditation est indispensable. Quel que soit le Maître. Ayez une foi forte en vous-même et en votre Maître, qui que votre Maître soit. Mais ne prenez pas votre Maître pour le corps-forme, c'est un Maître sans forme.

Vous voulez demander quelque chose ? Oui ?

Q2: Au moment où j'ai reçu le livre *Soi Sans Soi*, pour moi, c'était la vérité que vous disiez. Je me suis senti totalement convaincu. Vos mots ont sonné très juste pour moi, et mon espoir, après avoir lu les premières pages, fut simplement de vous rencontrer et de vous voir. Je comprends ce que vous dites, que le Maître n'est pas la forme corporelle, mais c'était très important de vous voir physiquement.

Maharaj: C'est d'accord.

Q2: Mais j'ai senti que mon esprit a comme « cliqué » avec vous, et je suis très heureux d'être ici et de vous voir maintenant. Le mail...

I : Vous m'avez bloqué trois fois. (Rires)

Q2: Vous avez rendu tout cela si clair – ça n'a jamais été aussi clair. Et je vous suis très reconnaissant.

Maharaj: Donc il vous faut passer par la méditation, c'est le plus important pour vous. Avez-vous un Maître ? Avez-vous été en contact avec des Maîtres auparavant ?

Q2 : J'ai été en présence d'autres enseignants. [...]

Maharaj : Donc la méditation constante est le plus important. Quels que soient les mots, « Aham Brahmasmi », « Shivoam », par lesquels vous invitez l'attention du Concentrateur Invisible en vous. C'est au stade de départ. Vous avez déjà la connaissance de base. Vous avez lu *Je Suis*, vous avez lu *Soi Sans Soi*, au travers desquels vous avez obtenu une compréhension spirituelle. Après lecture, vous avez à absorber cette connaissance. Cela se passera spontanément en vous. Parce que

vous êtes la source de ce monde. Votre Présence Invisible Spontanée est le Projecteur de ce monde. S'il n'y a pas de Voyant, qui va parler de ce qui est vu ? C'est très clair. Mais vous avez besoin de courage pour accepter la Réalité. Faites votre travail, remplissez vos responsabilités, ouvrez un business ; vous pouvez faire toutes ces choses. Mais en même temps vous restez non concerné et intouché par le monde. Où était ce monde avant d'être ? Après avoir quitté le corps, quel est le sort de ce monde ? Donc soyez avec vous tout le temps. Uniquement lire des livres n'est pas suffisant. C'est une perte de temps. Ne torturez pas le corps. Essayez de vous identifier. En essayant de vous identifier, l'identifieur disparaîtra. Dans ce monde, chacun lutte pour trouver la paix, le bonheur, une vie libre de tension et de peur. Parce que nous nous identifions tout le temps en tant que corps-forme, c'est pourquoi tous ces concepts sont requis. Qu'est-ce qu'une vie paisible ? Qui sait cela ? Qu'est-ce que la paix ? Qu'est-ce que la tension ? Où était cette peur avant d'être ? Rien n'était là. Après avoir quitté le corps, voulez-vous une quelconque paix ? Des tensions seront-elles là ?

Parce que nous nous évaluons dans le corps-forme, toutes les tensions sont là, tous les désirs sont là. Ce n'est pas mauvais. Nous sommes devenus victimes du mental, de l'ego et de l'intellect, pourquoi ? Vous pouvez l'utiliser, mais ne devenez pas esclave de votre mental. Donc faites silence et la violence disparaîtra. Lorsque vous lisez des livres, lisez comme si c'était votre biographie, votre histoire. Et soyez loyal avec vous, ayez une forte foi en vous. Ne vous sous-estimez pas. Vous êtes Premier, vous êtes le point central de tout ce monde. « Dieu », « Brahman », « Atman », « Paramatman », etc. Ce sont les mots indiquant votre Identité. C'est une Identité Invisible, une Identité Non-Identifiée, une Identité Anonyme, ça ne peut être deviné. Où tout finit, là vous êtes. Donc ayez de la fermeté, ayez du courage : « Oui, je peux le faire ». Rien n'est impossible. Vous devez briser ce cercle de tous ces concepts variés. Nous agissons à l'intérieur du cercle de certains concepts. Brahman est aussi un autre concept.

Q2: Vous parlez de la façon dont le Naam mantra, le Guru mantra aide à faire ça.

Maharaj: Oui, oui.

Q2: J'ai réfléchi aux questions que je pourrais vous poser lorsque je vous rencontrerais, mais peu de questions sont venues. Comme je l'ai dit, vos mots sont si clairs, « Sois sans soi ». L'unique question - et je vous serai éternellement reconnaissant - est de savoir si je peux recevoir le Naam mantra de vous, pour aider à dissoudre la connaissance basée sur le corps dont vous parlez, et pour renforcer la conviction encore plus.

Maharaj: Je vous donnerai le Naam mantra. Mais vous avez à le suivre strictement. Il ne devrait pas y avoir de mental instable.

### **17 Octobre 2016, Partie Quatre**

#### **Colombia, USA**

[Voir la vidéo](#)

Maharaj: Ce que vous avez écouté et lu jusqu'à présent, vous avez à l'absorber, à le digérer – numéro un. Deuxième chose : vous devez avoir la Conviction que « je n'étais pas le corps, je ne suis pas le corps, je ne vais pas rester le corps ». Cette Conviction est supposée apparaître spontanément. Et comment va-t-elle apparaître ? Après une méditation continue. La méditation n'est pas seulement réciter ([chanter](#)) le Mantra. « Je suis Brahman, Brahman je suis », c'est la signification du Mantra. Mais au travers du Mantra, vous vous martelez. Le Mantra n'est que la cause, vous êtes la conséquence. Ce sont de tels mots, ils ont une puissance immense. Ce ne sont pas que de simples mots. Ils créent certaines vibrations. Vous sentirez des changements en vous. Avec une foi complète, une foi forte, vous récitez le Mantra ; spontanément, vous sentirez quelque chose d'autre. Lentement, silencieusement, toute cette illusion et ces désirs seront dissous. Il y aura le sentiment spontané que « ma Présence est partout et en chacun ; en chaque

être ma Présence est là ». Tout comme le dit le Seigneur Krishna : (Maharaj cite les écritures). « Ma Présence est partout, en chaque être ». Vous avez lu la Bhagavad Gita ? « Ma Présence Spontanée Invisible est en chaque être. » Elle est sans forme, sans contour. Il n'y a pas d'identité spécifique, il n'y a pas d'individualité, et par conséquent il n'y a pas de dualité. Si toutefois vous voulez comparer, comparez-vous au ciel ou à l'espace. Vous êtes au-delà de ça. Bien que vous endossiez ce corps, vous restez séparé du corps, intouché par le corps, intouché par toutes ses activités.

Les sentiments se doivent d'être là, car les relations sont là. « Mon père », « ma mère », « mon mari », « mon enfant » – d'accord, ça arrive. Ce n'est pas mauvais ; ne vous sentez pas mal, ça arrive. À cause de notre longue association avec le corps, si quelque chose arrive aux proches, nous nous sentons désolés, vraiment désolés. Parce que nous avons de l'amour et de l'affection pour le corps. Nous nous aimons plus que nos proches, vous savez. Vous connaissez l'histoire de cette guenon ?

I : Il y a cette parabole avec une guenon, une histoire terrible. Elle illustre comment vous vous donnez la priorité : Il y a une crue, alors la guenon essaie de grimper. L'eau continue de monter, alors la guenon va de plus en plus haut. Puis elle ne peut aller plus haut, et ses enfants sont là. Alors elle essaie de porter les enfants au-dessus, mais l'eau monte, monte, monte. Finalement, la guenon désespère et monte sur ses enfants. Une histoire terrible. Ce qu'elle tente de démontrer est que vous avez un instinct de survie dans le corps surpassant toute autre chose.

Q: Maharaj, vous avez dit dans *Soi Sans Soi* que Sri Nisargadatta Maharaj vous a enseigné à lire le Dasbodh. Mais vous n'avez jamais dit ce qu'il vous a enseigné.

Maharaj: J'allais voir Nisargadatta Maharaj tous les jours à cette époque. Le lecteur habituel était n'était pas là, alors il m'a demandé de lire le Dasbodh, et je lisais d'une voix très faible. Alors il dit : « Ta voix devrait être entendue par dix mille personnes ! ». Ce que je suis aujourd'hui, c'est uniquement grâce à lui. Toute mon éducation, tout. Il donnait des conseils pratiques. Un jour, alors que j'étais assis dans un coin, il me dit : « Que fais-tu ? » [Je répondis] : « Rien ». Il dit : « Qu'est-ce que la spiritualité pour toi ? Presser les pieds du Maître ? Mettre des guirlandes ? Taper des mains ? Ce n'est pas la spiritualité. Fais quelque chose dans la vie. Pourquoi ne vas-tu pas à l'université ? » Je n'étais pas en mesure de rejoindre l'université à cause de problèmes financiers qui étaient là. Mais il insista : « Entre à l'université ! Ne viens pas me voir ! Cesse d'amener des guirlandes ! Cesse d'amener du *prasad* ! ». Par coïncidence, un membre de l'administration de l'université était présent. « Prenez ce garçon dans votre université ». Il était désolé à cause de mes mauvaises notes. « Prenez ce garçon dans votre établissement ». Et avec grande difficulté j'ai rejoint l'université. Il disait : « Fais quelque chose, il te faut apprendre jusqu'à l'âge

de quarante ans ». J'ai donc appris jusqu'à mes quarante ans. Mes diplômes, diplôme en droit... Tous mes diplômes appartiennent à Maharaj. Il m'a traité comme son propre enfant. Et par la grâce de Nisargadatta Maharaj, mon Maître, je partage cette connaissance gratuitement avec tout un chacun. Et je vous dis la même chose que Siddharameshwar Maharaj : « Si vous êtes réalisé, amenez les autres à se réaliser. Déroulez votre tapis et commencez à partager la connaissance, mais ne faites pas commerce de cette connaissance. » Pourquoi ? Pourquoi l'argent serait-il requis ? C'est une connaissance libre.



**26 Octobre 2016, Partie Un**

**Colombia, USA**

[Voir la vidéo](#)

Maharaj: Voyez, vous endossez le corps humain. Dans ce corps humain, une Présence Invisible est là. Quelle est la nécessité de nous identifier ; car il y a tant de concepts qui nous enveloppent, nous sommes sous la pression de tant de concepts. Que voulons-nous exactement, nous ne sommes pas capables de savoir. Nous lisons tant de livres, approchons tant de maîtres, il n'y a pas de conclusion. Qu'est-ce que la réalité ? Nous sommes à la recherche de Dieu, à la recherche de tant de maîtres. Mais vous ignorez votre propre Maître en vous. Voyez, la Présence Invisible en vous est la Vérité Ultime, la Vérité Finale. Elle est appelée Maître, Brahman, Atman, Paramatman, Dieu. Vous n'êtes requis d'aller nulle part. (!) Comment êtes-vous avant d'être ? « Réalisation », « illumination », ce sont des mots. Avant d'être, y a-t-il des mots comme « réalisation » ou « illumination » ? Rien. Après avoir quitté le corps, qu'est-ce que la « réalisation », qu'est-ce que l'« illumination » ? Qu'est-ce que la « connaissance », qu'est-ce que la « philosophie », qu'est-ce que la « spiritualité » ? Rien.

Comme je vous l'ai dit, tout a surgi de rien et tout se dissout en rien. Où vous tenez-vous ? Quelle est la place de la spiritualité dans notre vie humaine ? Car la vie humaine est douloureuse, il y a tant de douleur, non de plaisir. Et par conséquent, afin de tolérer ce corps humain, nous sommes à la recherche de tant de causes matérielles. L'argent est requis, la renommée est requise, le sexe est requis, les désirs sont requis. En dépit de toutes ces causes matérielles, nous ne sommes pas heureux. Il n'y a pas de bonheur, pas de paix. Nous n'obtenons que des soulagements temporaires. Comment obtenir un bonheur permanent ? La félicité permanente est-elle là ou pas ? Oui, au moment où vous vous identifiez dans le sens réel, le bonheur est là.

Bonheur, malheur, plaisir, douleur, sont venus avec le corps. Et le corps n'est pas votre identité, le corps n'était pas votre identité, le corps ne restera pas votre identité. C'est un corps de nourriture, un corps humain. Je ne vous décourage pas de faire toutes ces choses. La spiritualité est tant de choses : comment vivre heureux, comment vivre paisiblement. Au moment où nous nous identifions [au Soi], la paix est là. Comme vous le savez, le corps n'est pas votre identité du tout. Un jour ou l'autre, volontairement ou involontairement, nous devons quitter ce corps. Donc à la base, vous êtes non né. Il n'y a ni mort ni naissance pour vous. Nous utilisons tant de mots, juste pour la communication. Le langage est créé par nous. Donc au lieu de définir les mots spirituels, d'analyser les mots spirituels, essayez de vous identifier dans un sens réel. En essayant de vous identifier dans un sens réel, l'identifieur

disparaîtra, rien ne restera. Il n'y a pas de « je », pas de « il », « elle », « ça », rien n'est là. Un silence complet. Il n'y a ni expérience, ni expérimentateur. Il n'y a ni témoignage ni témoin. Votre Présence est là, antérieure à l'être, et cette Présence subsistera, tout comme l'espace ou le ciel. Mais ne vous mesurez pas dans le corps-forme, c'est la première chose. Et comment cela arrive-t-il ? L'unique source, comme je vous l'ai dit, est la méditation. À travers la méditation, vous invitez l'attention du Méditant Invisible en vous sur le fait que vous êtes la Vérité Ultime, vous martelez sans cesse. Des mots sont donnés : « Je Suis Brahman », « Soham », tant de mots sont là. À travers ces mots, vous vous martelez. Vous invitez l'attention du Méditant : Vous êtes Vérité Ultime, vous êtes Vérité Finale. Après la Conviction Spontanée, vous n'avez plus besoin de réciter le Mantra. Ce sera spontané, ce sera automatique. Jusqu'à ce que vous ayez la Conviction Spontanée : « Je n'étais pas le corps, je ne suis pas le corps, je ne vais pas rester le corps ». Ainsi, aucun concept ne vous « imprimera » ni ne vous déprimera. Des milliers de concepts sont là. Nous sommes victimes de nos propres concepts : « je suis un quelqu'un d'autre », « je suis un homme ou une femme », « j'ai une connaissance ». Même « je suis Brahman » est aussi un concept. Avant d'être, il n'y a pas de concept du tout. Après avoir quitté le corps, que reste-t-il ? Donc, pour ça, vous devez avoir la Conviction Spontanée. Alors, la douleur tournera en plaisir. Tout le monde a des problèmes, le corps humain est plein de problèmes. Tout le monde dit : « mon problème est un problème majeur ». Donc pour sortir de tous ces problèmes, sortir de toutes ces tensions, il vous faut passer par la méditation uniquement. Voyez, le monde entier est projeté à partir de votre Présence. S'il n'y a pas de Présence dans le corps, qui va parler du monde ? Qui va parler de Dieu ? Qui va parler du Maître ? Le Maître n'est pas séparé de vous ! Ce corps n'est pas le Maître ([Maharaj indique son corps](#)). L'Orateur Invisible à l'intérieur de ce corps et l'Auditeur Invisible à l'intérieur de cet autre corps sont Un et le même. C'est le Maître, Vous êtes le Maître. Quelle réalisation spéciale voulez-vous ? Que voulez-vous dire par « réalisation » ? C'est une Conviction Spontanée. À travers tant de mots, de mots spirituels, j'essaie d'inviter l'attention de l'Auditeur Invisible en vous, sur le fait que vous êtes Vérité Ultime. Quelle est la conclusion de toute connaissance spirituelle ? Comme je vous l'ai dit : Excepté votre Soi sans soi, il n'y a ni Dieu, ni Brahman, ni Atman, ni Paramatman, ni Maître. Vous n'êtes requis d'aller à aucun Maître, moi inclus. Tenez-vous sur vos propres pieds. Le Maître est sans forme, il n'y a pas de forme, sans contour. Il est Invisible, Identité Non-Identifiée, Anonyme. Avec des mots variés, j'essaie d'inviter votre attention sur le fait que l'Auditeur Invisible en vous est la Vérité Ultime. C'est la théorie, mais vous devez avoir une connaissance pratique. Je ne vous demande pas de réciter continuellement « Ram, Ram, Ram », des heures de récitation de mantra.

Essayez d'avoir la Conviction ; acceptez le fait, la Réalité à l'intérieur de vous. Ce corps était un enfant, puis il est devenu un jeune homme et il deviendra un vieil homme. Est-ce votre Réalité ? Qui s'en va et qui arrive ? Qui prend naissance et qui

meurt ? Tous ces concepts sont relatifs au corps uniquement. Et comme vous savez, vous n'êtes pas le corps du tout, vous n'étiez pas le corps du tout. Comment étiez-vous avant d'être, et comment serez-vous après avoir quitté le corps ? Connaissance spirituelle... Qu'est-ce que la connaissance spirituelle ? Juste de vous identifier dans le sens réel. Ne faire que lire tant de livres, écouter tant de Maîtres ; ce n'est pas assez. Le message qu'ils donnent est le plus important. C'est pourquoi j'indique de ne pas analyser ou définir les mots des différents Maîtres, de la connaissance spirituelle – ce qu'ils véhiculent est le plus important. Il n'y aura aucune critique ; ce n'est pas un débat, nous n'avons rien à prouver.

La spiritualité pratique est le plus important. Que signifie spiritualité pratique ? Cette Connaissance, cette Réalité est supposée être totalement absorbée. À ce moment, vous oublierez le monde entier, vous serez intouché par le monde. Bien que vous viviez dans ce monde, vous êtes intouché par le monde, non concerné par le monde. Toutes les relations, tout est venu avec le corps uniquement. Donc tout se dissout avec le corps. Cela signifie : Tout est venu de rien et tout se dissout en rien. Entre les deux, vous ressentez que vous êtes quelque chose. Ce « quelque chose » est supposé être dissout. C'est une connaissance très simple. Vous devez avoir le courage d'accepter la Réalité, c'est le plus important. Il y a un manque de courage, un manque de confiance, nous sommes sous l'influence de tant de concepts. La peur est là, la tension est là. Pas de paix, pas de bonheur. Pourquoi ? Parce que vous vous mesurez en tant que corps-forme. Intellectuellement, vous savez que vous êtes Atman, Paramatman, Dieu, Maître, et consorts. Mais en pratique, le mental, l'ego, l'intellect vous jouent des tours par derrière, se rebellent contre vous. Donc au début, vous avez à vous concentrer sur la méditation, c'est la base. Lorsque vous apprenez une langue, vous apprenez quelque alphabet « a-b-c-d » et tout cela. Maintenant vous n'avez plus besoin d'apprendre l'alphabet, vous êtes maître de cette langue. Similairement, la méditation est la base. La méditation est la base. La méditation est le logiciel anti-virus. Il vous faut observer cette discipline au début. Au-delà de ça, rien n'est là ; la même chose que nous répétons encore et encore. Après avoir eu cette Conviction, vous serez totalement sans peur. Des problèmes seront là, mais ces problèmes seront réduits, dissous, pris légèrement. Vous avez un pouvoir immense, mais vous n'en êtes pas conscient. Un pouvoir inné immense. Vous pouvez surmonter toutes les difficultés. Mais nous nous ignorons tout le temps, nous attendons que des miracles se produisent. C'est une boîte miraculeuse ([Maharaj indique son corps](#)). Le corps humain est doté d'une boîte miraculeuse. Ce [corps] n'est pas votre identité du tout. L'Orateur Invisible et l'Auditeur Invisible sont votre identité. Donc soyez forts, ayez du courage pour accepter la Réalité. Les satsangs seuls ne sont pas suffisants. Si vous écoutez tant de Maîtres, de satsangs... ([Maharaj secoue la tête](#)). Ayez Un Satsang Avec Vous-Même ! Un Grand Saint est en vous. Il n'y a pas d'autre Saint que Votre Soi sans soi. Il n'y a pas d'autre Maître que Votre Soi sans soi. Cessez de vous mesurer dans le corps-forme. Au-delà de ça, rien n'est là. C'est la Réalité. C'est la Vérité Ultime, la Vérité Finale. Essayez d'absorber ce

que vous avez entendu jusqu'à présent. Ne négligez pas vos responsabilités. « Oh, je suis un homme spirituel, comment pourrais-je faire ces choses ? » Non. Parce que ceci est un corps humain, il vous faut vivre comme un humain, pas en « inhumain ». Ayez de l'amour et de l'affection pour les membres de votre famille, prenez soin d'eux, prenez soin de toutes vos responsabilités. Au moment où l'Esprit clique avec le corps, nous disons « je ». Avec ce « je » tant de concepts apparaissent.

Afin d'avoir un « je » en paix, il vous faut vous identifier. Ce « je » apparaît sur votre Présence Spontanée. Si la Présence n'est pas là, qui va parler de ce « je » ? « Je », « tu », « il », « elle », « ça »... Avant d'être, qui est là ? Il n'y a pas de « je », rien n'est là. Et je vous ai répété qu'excepté votre Soi sans soi, il n'y a pas de Dieu, pas de Brahman, pas d'Atman, pas de Paramatman, pas de Maître. C'est un fait. Vous pouvez être dans n'importe quelle position. Faites votre travail, faites votre devoir, il n'y a pas de mal. C'est un long rêve. Chaque jour, tout le monde voit différents rêves. Qu'est-il arrivé à ces gens [dans le rêve] ? Qu'est-il arrivé à ce monde du rêve ? Qu'est-il arrivé à cette paix, à cette douleur, à cette félicité ? Rien.

Nous nous connaissons au travers du corps, « je suis quelqu'un d'autre ». Le corps est le médium, pas la Vérité Ultime. C'est un corps de nourriture : tant que l'on fournit de la nourriture et de l'eau, il grandit. Donc soyez loyal envers vous. (!) Ayez foi en vous et en votre Maître. Mais le Maître n'est dans aucune forme, c'est un Maître sans forme. Une forte implication est nécessaire. Il est généralement dit que lorsque nous venons au monde, nous n'apportons rien avec nous, que lorsque nous quittons ce monde, nous n'emportons rien. C'est une expression commune. Pourquoi devenir victime de tant de concepts ? « Mental », « ego », « intellect », tant de « chakras » sont là, la « kundalini » est là – tant de mots sont là. Quels « chakras », quelle « kundalini », quelle « action », ou quel « karma », quelle « destinée » ? Nous sommes sous la pression de tant de concepts. Où sont ces concepts avant d'être ? Qui sait ce qu'est le karma, qu'est-ce que la religion ? Avant d'être, une religion est-elle là ? Avant d'être, à quelle religion appartenez-vous ? Que savez-vous d'un quelconque dieu, des déesses ? Nous sommes inconnus à nous-mêmes. (!) Après avoir quitté le corps, qu'arrivera-t-il ? Les mêmes questions sont posées : « Qu'est-ce que la vie après la mort ? Pourquoi la naissance est là ? » Qui sait ? Donc ne devenez pas esclaves de vos propres concepts. La méditation et la connaissance spirituelle vous donnent le courage de vivre avec plaisir. Vous pouvez surmonter toute cette tension, vie misérable, à supposer qu'elle soit là.

Vous pouvez poser des questions si vous voulez. Suis-je le seul à parler ? Ceci est une discussion spirituelle. Je ne donne pas de discours stériles sur la spiritualité. À travers divers mots, j'essaie d'inviter l'attention de l'Auditeur Invisible en vous : à l'exception de votre Soi sans soi, rien n'est là. Vous êtes la Source de ce monde. Le monde entier est projeté à partir de votre Présence Invisible.

Q: Maharaj, durant ces dernières années avec la sadhana, rien ne m'a donné plus de plaisir que de demeurer en tant que conscience ou présence. Et l'effet positif de la sadhana est que c'est devenu beaucoup plus facile. Il y a les synchronismes et les coïncidences, et il n'y a pas vraiment de problèmes, ce sont plus des challenges, et la vie est devenue beaucoup plus simple. Mais de l'autre côté, mon but était d'allonger la durée de ma sadhana. Elle était d'une heure et demie, maintenant elle est de deux heures et j'essaie d'augmenter. Mais ça me prend toute la journée pour obtenir ces deux heures, je ne sors pas, et j'apprécie ça plus que toute autre chose.

Maharaj : Il n'est pas nécessaire de méditer une heure ou deux. Une minute est suffisante pour vous.

Q: C'est la Conviction Spontanée qui est...

Maharaj: Oui. Le plaisir et la souffrance sont connectés au corps, car nous nous mesurons en tant que corps-forme. Où étaient le plaisir et la souffrance avant d'être ? Après avoir quitté le corps, quel plaisir et quelle souffrance ? Après avoir quitté le corps, qui sait ce qu'est le plaisir et ce qu'est la souffrance ? Tant que nous endossons ce corps humain, nous sommes connectés à la souffrance et au plaisir. Il n'y a ni plaisir, ni souffrance. Car la connaissance liée au corps n'est pas tolérable. Directement ou indirectement, nous nous posons en tant que corps-forme. Nous avons beaucoup de connaissances spirituelles ; nous parlons d'« Atman », « Paramatman », « Brahman », « Dieu », et tout le reste. Aucune sadhana n'est requise. Pourquoi la sadhana est-elle requise ? Avant d'être, faisiez-vous une sadhana ? Que voulez-vous dire par sadhana ? Je conseille la méditation. Quel est l'intérêt de la méditation ? Vous invitez l'attention du Méditant Invisible en vous sur le fait que vous êtes la Vérité Ultime. Excepté votre Soi sans soi, rien n'est là. Cette Conviction est supposée apparaître spontanément. Aucune sadhana spéciale n'est requise. S'asseoir une heure, deux heures, dix heures, n'a pas de sens. Un moment est suffisant. Ce « je suis » est supposé être dissout. (!) Derrière ce que vous faites, cette action, une base de « je suis » est là. « Je suis quelqu'un d'autre », « je fais une sadhana », « je suis un sadhak ou un dévot ».

Q : Maharaj, j'appelle ça sadhana, mais vraiment, c'est...

Maharaj : D'accord, je peux comprendre. Je ne vous blâme pas, cela arrive dans tous les cas, dans notre cas également. Mais je dis que la sadhana n'est pas nécessaire. Ce que vous avez appris, ce que vous avez écouté de diverses sources, essayez de l'absorber totalement. C'est un fait établi qu'excepté votre Soi sans soi, il n'y a pas de Dieu. Pourquoi aller à la recherche des dieux et déesses ? Quel est le propos de la sadhana ? Quelle est le propos de la dévotion ? Quel est le propos de la méditation ? Que voulez-vous accomplir ? Quel est le but ? Quelle est la Vérité Ultime ? Quelle

est la Vérité Finale ? Vous êtes Vérité Finale, vous êtes la Vérité Ultime. Il vous faut plaire à Vous-même. Le Saint n'est pas séparé de vous. Le Maître n'est pas séparé de vous, ce n'est pas le Maître ([Maharaj indique son corps](#)). Les corps sont différents. L'Auditeur Invisible en vous est le Maître – sans forme, sans contour. Cette sadhana est requise : « Oui, donc ce Je, Je suis Cela ! » - sans aucun ego. Comment êtes-vous avant d'être ? Vous dites : « je ne sais pas ». Après avoir quitté le corps ? « Je ne sais pas ». Dans la réponse négative, un sens positif est là. « Je ne sais pas » signifie que vous n'êtes dans aucun contour, vous n'êtes dans aucune forme. Il n'y a pas d'expérience et pas d'expérimentateur ! Il n'y a pas de témoignage, il n'y a pas de témoin ! Il n'y a pas de « je », il n'y a pas de « tu », aucun langage n'est là ! Aucune connaissance n'est là ! C'est un fait ouvert.

## 26 Octobre 2016, Partie Deux

### Colombia, USA

[Voir la vidéo](#)

Pas d'effort spécial

Maharaj : À cause d'une longue association avec le corps, nous avons tant d'impressions, tant de concepts nous enveloppent. Nous devons briser ce cercle. Que signifie « réalisation » ? « Réalisation » signifie Conviction, Conviction Spontanée : je ne suis pas le corps du tout. C'est un fait. Même si vous réfléchissez intellectuellement – oubliez la spiritualité – le corps est-il votre identité ? Avant d'être, un corps était là ? Après avoir quitté le corps, que reste-t-il ? Il ne s'agit pas de deviner. Votre Présence est là, tout comme l'espace ou le ciel. Aucun effort spécial n'est requis, aucun effort délibéré n'est requis. Voyez, ce corps est appelé « homme », ce corps est appelé « femme ». Disons-nous « je suis un homme, je suis un homme, je suis un homme » ? Vos parents vous ont dit « ce corps est appelé homme », et vous l'avez accepté. Vous ne faites pas de sadhana en vous répétant « je suis un homme, je suis un homme ». Comme ça, le Maître dit : « vous êtes Brahman ». Pourquoi n'acceptez-vous pas que vous êtes Brahman ? Brahman signifie Vérité Ultime, Vérité Finale.

Faites votre sadhana, pas de problème. Que voulons-nous accomplir avec la sadhana ? Pourquoi est-ce que je fais une sadhana ? Donc toutes vos actions sont supposées être spontanées. Et c'est pourquoi je conseille la méditation, c'est le plus important. Au début vous trouverez ça difficile. Le mental, l'ego, l'intellect, ce sont des éléments fonctionnels. Au moment où l'Esprit clique avec le corps, vous dites « je ». Avec ce « je », le mental, l'ego, l'intellect, ces éléments fonctionnels, apparaissent. Tant de concepts apparaissent sur votre Présence. Ce sont des couches, des couches diverses sont là. À moins que ces couches basées sur le corps ne se dissolvent, vous n'êtes pas capable de vous identifier. Le feu est là, mais il est recouvert par les cendres, à vous d'enlever les cendres. Donc comme cela, vous avez à vous convaincre. Voyez ce qui est là. Juste des aperçus du Je. Qui regarde le rêve ? Qui est témoin des pensées ? Je dis quelque chose ; qui écoute à l'intérieur ? Qui analyse mes pensées ? Cela se produit spontanément en vous. Le corps ne peut rien faire, c'est un cadavre. S'il n'y a pas de Présence, qui va parler de cela ? Donc à moins que la connaissance du corps ne soit dissoute, vous ne serez pas capable de vous identifier dans un sens réel. Par conséquent la méditation est requise. À travers la méditation, lentement, silencieusement, et en permanence, tous les concepts seront dissous. Bien que vous agissiez comme un homme ou une femme, mâle ou femelle, vous restez intouché par tout ce monde. Faites votre travail, faites vos devoirs, prenez soin de vos responsabilités. Mais alors que vous faites toutes ces choses, vous restez non concerné par toutes les actions, car vous n'êtes pas acteur

du tout. Vous parlez de « karma passé », « karma futur ». Qu'est-ce que « karma passé », « karma futur » ? Sortez de tous ces concepts illusoire. Et vous pouvez le faire. Ce n'est pas impossible.

Q : Maharaj, pour moi, je trouve que le Mantra lui-même est très facile, c'est quelque chose dans lequel je peux rentrer et sur lequel je peux rester concentrée. Je pourrais le faire toute la journée, mais j'ai découvert que très vite le corps devient instable énergétiquement et je ne dors pas bien. Mon sommeil devient très agité et au final je suis trop fatiguée pour fonctionner, donc je dois arrêter, faire une pause pour quelques jours, et le laisser les choses s'ajuster. Donc ce que j'essaie de trouver... vous appelez le Mantra la prescription et ce que j'essaie de trouver est le bon dosage pour moi. Donc, est-ce une demi-heure par jour, puis je prends une pause, ou est-ce une heure ? Mais ensuite je me retrouve absorbée pendant trois heures, et alors je ne dors pas bien, donc c'est...

Maharaj : Ne comptez pas les heures ! En réponse au Mantra, ce « je » est supposé être dissout.

Q : Pardon ?

Maharaj : Hors de ce Mantra, ces mots ; ce « je », soi-disant « je », « je » égotique, est supposé être dissout. C'est la finalité derrière le Mantra.

Q : Actuellement, le « je » n'aime pas ne pas dormir correctement.

Maharaj : Parce que vous vous mesurez dans le corps-forme. Il n'y a pas de d'éveil, il n'y a pas de sommeil. Il n'y a pas de conscience, il n'y a pas d'inconscience. Tous ces concepts sont relatifs au corps uniquement. Avant d'être, un sommeil était là ? Un éveil était là ? Une conscience était là ? Aucun concept n'était là avant d'être, et après avoir quitté le corps, où va ce « je » ? Donc à travers le Mantra, des vibrations sont créées à l'intérieur. À travers ces vibrations, vos concepts basés sur le corps se dissolvent. En conséquence, je dis que c'est un logiciel antivirus. Depuis l'enfance jusqu'à aujourd'hui, tant de concepts sont là. Car nous sommes victimes de nos propres concepts. Tant de concepts sont là. Ce que vous avez écouté, ce que vous avez lu, il vous faut l'oublier. Essayez de savoir, où vous tenez-vous.

Q : Vous parlez de courage spirituel, et il semble que le courage pour moi soit de faire avec un manque de sommeil.

Maharaj : Vous devez avoir le courage d'accepter la Réalité. Pour ça, vous devez avoir une forte foi en vous, « Oui ! », et en votre Maître aussi, quel qu'il soit. Votre Maître dit : « vous êtes Brahman », vous devez accepter « je suis Brahman ». Si

quelqu'un vous insulte, vous l'acceptez immédiatement, vous le giflez, correct ? Parce qu'un sens a été donné à ces mots. Un sens est donné à ces mauvais mots ; vous dites « âne » – « de quoi me traitez-vous ? ». Mais si nous disons « vous êtes Brahman », non, vous ne l'acceptez pas. Essayez de vous identifier, ce n'est pas difficile du tout. N'allez définir aucun mot, ne critiquez aucun mot, n'analysez aucun mot. Il y a tant de mots. Le langage est juste pour la conversation, juste pour la communication. Les mots ne sont pas la Vérité Ultime. Ce qu'ils véhiculent est le plus important.

Donc soyez avec vous tout le temps. Alors tous les problèmes seront résolus. Et comme je vous l'ai dit, un pouvoir immense est en vous, qui surmonte tous les problèmes. Il y a tant d'exemples, je ne mentionne pas les exemples, mais c'est la réalité.

Q : Lorsque je fais une pause avec le Mantra, je reste avec le « je suis ».

Maharaj : Pourquoi faire une pause avec le Mantra ? Le Mantra ne vous fait pas de mal.

Q : Il ne me fait pas de mal ?

Maharaj : Oui. Ce sont des mots, vous alertant continuellement à propos des concepts illusoire. Ils vous remémorent votre Soi sans soi.

Q2 : [...] Vous me dites que je suis Brahman, je vous crois. Que doit faire mon corps pour se convaincre, pour obtenir la Conviction ? Il semble que lorsque je suis prête à lâcher prise, quelqu'un vient à moi avec un autre problème, et je retourne aussitôt dans le rêve au lieu de me concentrer sur...

Maharaj : Soyez normale. Il y a tant de choses autour de vous. Que vous en preniez touche ou non, c'est à vous de voir. Vous êtes Maître de vous-même. Tant de pensées circulent à l'intérieur, vous observez toutes ces pensées. Les pensées qui sont utiles, vous pouvez les utiliser ; si elles ne sont pas utiles, jetez-les dehors, négligez-les. Ne répondez pas à chacune des pensées. C'est la nature du mental, la nature du corps ; les pensées affluent.

C'est le stade sans pensées. Là où toutes les pensées finissent, là vous êtes. Là où tout finit, là vous êtes. Où étaient toutes ces pensées avant d'être ? Après avoir quitté le corps, des pensées seront-elles présentes ? Des combats sont là ? Des luttes sont là ? Pas de lutte. Parce que directement ou indirectement, nous avons accepté je-suis-le-corps ; quelqu'un d'autre. « Je fais ceci, je fais ça », « je suis dévot », « je suis disciple », « je suis Maître », « je suis Brahman » et toutes ces

choses. Ce « je suis » est supposé être dissout. Ce concept « je suis » est apparu sur votre Présence Spontanée Invisible. Et la Présence ne sait pas « je suis Présence ». Elle est juste comme l'espace ou le ciel, partout. Les cinq éléments sont là, ils ne savent pas « nous sommes les cinq éléments ». L'eau ne sait pas « je suis l'eau », la terre ne sait pas « je suis la terre », le ciel ne sait pas « je suis le ciel ». Vous êtes le Projecteur des cinq éléments. Au moment où l'Esprit clique avec le corps, les cinq éléments sont projetés, le monde entier est projeté. Vous êtes père de ce monde, ou mère de ce monde. S'il n'y a pas de Présence, qui va parler du monde, qui va parler des concepts, qui va parler de Dieu et divinités ? Même « Brahman » est également un concept. Même la méditation est aussi une illusion. Mais pour ôter une illusion, il faut vous aider d'une autre illusion. Car vous avez oublié votre identité, en conséquent la méditation est requise. À travers la méditation, vous vous rappelez « je suis Brahman, je suis Brahman ». À la base, vous êtes sans forme, il n'y a pas de contour. Il n'y a pas d'expérience, pas d'expérimentateur ; pas de témoignage, pas de témoin. Tous ces concepts apparaissent sur votre Présence Invisible, où il n'y a ni souffrance ni plaisir. Puisque la connaissance liée au corps n'est pas tolérable, en conséquence la souffrance est là. C'est un corps de nourriture. Avant d'être et après avoir quitté le corps ; pas de souffrance, pas de plaisir. Un cadavre a-t-il du plaisir ou de la souffrance ? Non. Cela signifie : vous n'étiez pas un corps, vous n'êtes pas le corps, vous n'allez pas rester le corps. « Alors qui suis-je ? ». C'est appelé Brahman, Atman, Paramatman, Dieu, Maître, que vous êtes, le Pouvoir Surnaturel. Ce sont des mots.

Q2 : Maître, donc je peux remplir mes devoirs familiaux ; je suis la mère, la femme, et la « glu » qui maintient ensemble la famille et les fait tous se tenir droits, et en même temps, simultanément, je peux me détacher et regarder ça comme un rêve. En d'autres termes, remplir mes devoirs, mais faire un pas en arrière et regarder ça plus comme un rêve. Et j'imagine que ça me donne l'acceptation de ne pas être le pilier pour tout le monde autour de moi, et c'est là que le manque de courage se situe. Laisser aller les choses, je suis sûre qu'elles fonctionneront par elles-mêmes. C'est juste tellement difficile d'être ramenée dans ce rêve lorsque vous voulez vraiment être libre. Et juste lorsque vous pensez « Oh ! », quelqu'un a un autre problème et quelque chose d'autre à résoudre. Et c'est là que j'estime que la difficulté se trouve pour moi. Et comme Julie a parlé du fait qu'elle ne peut dormir. J'ai traversé ça aussi, je ne dormais pas et j'étais épuisée. J'ai juste traversé ça, et maintenant je vais dormir en récitant le Naam, et je n'ai plus de problèmes.

Q : Donc finalement on traverse ça...

Maharaj : Au début ça arrive. C'est un processus de nettoyage. Tous les concepts sont éliminés. Votre soi-disant mental-ego-intellect joue des tours par derrière. Cette force interne tente de vous distraire de la Réalité, ça arrive au début. Parce

que directement ou indirectement, nous avons des concepts liés au corps. Cela prendra du temps. Mais n'ignorez pas vos responsabilités familiales. Car nous sommes des êtres humains. La spiritualité n'est pas une restriction, un empêchement, un blocage à vos devoirs humains. Faites vos devoirs. Si vous avez des responsabilités envers les membres de votre famille, prenez soin des membres de votre famille. Ne faites pas que dire « je suis Brahman, je suis Brahman, Brahman, Brahman... ».

Q : Foutez-moi la paix (rires).

Maharaj : Si vous dites « Brahman », qui va donner la nourriture ? Faites votre travail, faites vos devoirs ; vous avez des responsabilités. Mais en même temps, il devrait y avoir Conviction.

Q3 : Merci Maître. Vous avez utilisé l'analogie du feu et des cendres. Pour moi, les cendres ont été automatiques, il y a une constante narration. Je regarde une pizza, « Oh, c'est une bonne pizza, c'est une mauvaise pizza » - ça semble automatique. Et ça continue et se perpétue de lui-même. [...]

J'ai ensuite entendu que vous recommandiez la méditation et le Naam Mantra et c'est ce qui m'a amené aujourd'hui. J'ai eu un avant-goût de ça et je veux m'y tenir parce que c'est tellement mieux que cette constante narration de vie.

Maharaj : Voyez, une chose est là, l'existence de la Présence a touché le corps, et vous dites « je suis ». Avec ce « je », avec ce corps humain, toutes les responsabilités sont là. La souffrance est là, le plaisir est là, les relations sont là, « ma femme », « mon fils », « mon père », « ma fille », « mon maître », et toutes les relations apparaissent. Donnez leur dû à toutes ces relations, mais en même temps, essayez de comprendre, où étaient toutes ces relations avant d'être ? Ne négligez pas toutes ces relations, donnez leur dû à ces relations ; si vous êtes un père, une mère, une fille, ou quelle que soit votre position.

Mais il vous faut vous connaître. Toutes ces relations sont des relations basées sur le corps. Ne négligez pas toutes ces responsabilités. Il ne devrait pas y avoir tant d'attachement. Je ne vous demande pas de négliger vos responsabilités familiales, mais toutes ces relations sont totalement basées sur le corps.

Avant d'être, quelles relations étaient là ? Après avoir quitté le corps, quelles relations vont rester ? Donc nous endossons ce corps humain, quelles que soient les responsabilités que nous ayons, nous avons à les mener à bien, il nous faut vivre comme des humains. Mais qui endosse ce corps humain ? S'il n'y a pas de Présence pour un moment, quelles relations sont là ? Cette Conviction est supposée apparaître. Je ne vous demande pas de négliger votre famille, de négliger votre

corps ou négliger quoi que ce soit. Faites votre travail, faites vos devoirs. Ayez une spiritualité pratique, pas une spiritualité théorique.

Q3 : Et c'est là que vient la difficulté lorsque je médite. J'ai tant de distractions. Je m'assois là et je ne veux pas méditer...

Maharaj : Concentrez-vous sur la méditation. La méditation est l'unique source par laquelle tous les concepts seront dissous. Au début, une lutte est inévitable. Et comme je vous l'ai dit, le mental, l'ego, l'intellect – tant de concepts se rebellent contre vous. Il y a un bel exemple donné par Maître Nisargadatta Maharaj. Supposez que vous ayez votre propre bâtisse, que de nombreux locataires y vivent, et vous voulez reprendre possession des pièces et appartements. En quittant les lieux, les locataires vous malmèneront, car tant d'années ils sont restés là. Si soudainement vous dites « je veux reprendre possession des lieux », ils ne s'en iront pas de gaieté de cœur. C'est la même chose ici. Tant de concepts sont là depuis l'enfance. Après avoir pratiqué la méditation, les mauvais éléments, les mauvais concepts, en quittant le corps, se rebellent contre vous. [je raconte ça] juste pour la compréhension. Donc des choses risquent de se passer, mais c'est un processus de nettoyage. Elles n'ont aucune importance spirituelle, mais elles arrivent au début. Lorsque le dévot prend le Naam Mantra pour la méditation, des forces sont là qui tentent de le distraire de la Réalité. Ça peut être le mental, ça peut être l'ego, ça peut être l'intellect. Ils apparaissent sur votre Présence, ce sont des couches sur votre Présence. L'ego, le mental, l'intellect sont des couches sur votre Présence. Ils utilisent votre énergie, ils ont fait de nous des esclaves. « Ne vous opposez pas à mon mental », vous donnez tant d'importance au mental. L'ego subtil est là, l'intellect subtil est là. Soyez le Maître de l'ego, de l'intellect, du mental. Donc quelle que soit la connaissance, connaissance spirituelle que vous ayez, essayez de l'implémenter, de l'absorber. Pas théoriquement, soyez pratique. Donc poursuivez avec vos responsabilités, ne luttez pas avec les pensées, ne luttez pas avec le mental. Le mental signifie le flot des pensées.

Donc la méditation est la base, je vous le dis.

Q4 : Lorsque je ressens la Présence, les concepts tombent et je sens juste cette pure expérimentation, où il y a cette confusion et un sentiment d'être perdu. Et de la résistance apparaît, et je peux être comme ça pendant peut-être cinq minutes, dix minutes, un certain temps durant lequel je ressens que je ne peux fonctionner dans le monde. Le mental n'est pas là, et donc même si quelqu'un disait « veux-tu une pizza ? » je ne saurais même pas ce qu'est une pizza, je serais confuse. Et puis il y a aussi cette partie de moi qui est effrayée, qui ne veut pas perdre son individualité, son identité de qui je suis, parce qu'elle ne peut même pas sonder cela. Comme si ça allait vers le rien et être rien. Et soudainement je reviens à « j'ai juste à être cette

personne et faire mon truc ». Et j'ai senti que je suis parvenue à cet endroit tant de fois, mais ensuite, il y a cette résistance. C'est comme s'il y avait un marchandage, « puis-je m'accrocher à ce petit quelque chose ? ».

Maharaj: Vous faites l'expérience de toutes ces choses. C'est la lutte de vos pensées, concepts. Et vous savez quelles luttes ont lieu à l'intérieur. Toutes ces luttes apparaissent sur votre Présence. Avant d'être, aucune lutte n'était là. Les luttes apparaissent sur votre Présence. Parce que d'une façon ou d'une autre, ce concept « je suis quelqu'un d'autre » est là. Ce concept est supposé être dissout. Ne vous battez pas avec les concepts, ne vous battez pas avec le mental, ne luttez pas avec le mental. Les pensées vont et viennent. Par conséquent, la méditation est le plus important. Elle joue un très grand rôle. Au début, il vous faut passer par la discipline de la méditation, puis tous les concepts seront dissous. Vous demeurez non-concerné par toutes les pensées, intouché par le monde entier.

Parce qu'excepté votre Soi sans soi, rien n'est là. Tous ces concepts, concepts basés sur le corps apparaissent sur votre Présence. Ce sont des couches. Vous faites l'expérience de tous ces concepts. Tant de choses sont ici. Ce sont des couches sur votre Présence, elles sont supposées être éliminées. Et la méditation vous donne le courage de contrôler toutes ces choses. Ça arrivera spontanément, rien n'est impossible pour vous. Ne devenez pas victime de vos propres concepts.

Q4: Oui, même à l'instant...

Maharaj : Soyez forte ! Ayez du courage, « Je peux le faire ! ». Ne vous sous-estimez pas ! Lorsque le Maître dit que vous êtes Brahman, vous êtes Brahman. Donc vivez comme Brahman, pas comme un homme ou une femme. C'est un fait ouvert, vous êtes la Réalité. Oubliez tout et soyez avec vous. Le Maître n'est pas séparé de vous. Dieu n'est pas séparé de vous.

Q4 : Je peux sentir de la résistance à l'instant. Je sens la Présence et je sens de la résistance, et j'ai juste cette petite appréhension que cette résistance est un jeu, comme si c'était un jeu...

Maharaj : Arrêtez de penser. Soyez totalement vierge.

Q : Oui, c'est bien ce qui me fait peur.

Maharaj: Comment êtes-vous avant d'être, des pensées sont-elles là? Êtes-vous une femme ou un homme ? Après avoir quitté le corps, toutes ces pensées subsistent ? Rien. Pourquoi lutter avec les pensées ? Pourquoi lutter avec les concepts ? Donc

essayez d'absorber la Réalité déjà en vous. Soyez audacieux, ayez du courage. Je place devant vous votre Fait, votre Réalité, la Réalité de l'Auditeur, pas la Réalité de « brahman, atman, paramatman, dieu » ou « maître ». Vivez comme un Maître, vivez comme Dieu. C'est votre Identité. Vous avez un pouvoir surnaturel, un pouvoir immense, un pouvoir miraculeux. Vous n'en faites pas usage. Vous pouvez surmonter tous les problèmes avec courage. Même les problèmes physiques, les problèmes mentaux, les problèmes spirituels – tous les problèmes.