

Réflexions sur les enseignements de la Bhagavad Guita

- Sri T.K.Sribhashyam

L'Humanité révère éternellement ceux qui ont par le mérite de leurs vies, par la sagesse de leurs pensées et de leur enseignement méritaient une telle révérence. Mon père, Sri T. Krishnamacharya était certainement une telle personne. Je lui offre mes humbles salutations.

Juin, 2010

L'invocation (Dhyâna shloka)

*Je salue Krishna, le Maître de l'univers, Dieu, fils de Vâsudeva,
Destructeur de Kamsa et Chanura, joie suprême de Devaki.*

*Je salue Mâdhava, Joie Suprême, dont
La compassion rend le muet éloquent, et
L'estropier capable d'escalader les montagnes.*

Introduction

Une des grandes particularités de la Guita est son ouverture d'esprit, sa tolérance envers les différents enseignements de la divine sagesse et la connaissance de la vérité. L'enseignement de Sri Krishna a été d'organiser les diverses communautés humaines en un ensemble pacifique, bien ordonné et progressif en dépit des différences qui pouvaient exister entre chaque membre de la communauté.

Une autre particularité de la Guita est son enseignement qui est une synthèse, une harmonisation et une unification. Il ne sème pas les graines de la séparation, l'affirmation de soi et l'antagonisme. C'est pourquoi la Guita est un appel universel. Sri Krishna vise à ce que l'ensemble de l'humanité atteigne cette sainte destination en dépit de ses inégalités internes. Dans le monde d'aujourd'hui, tous enseignements religieux ou philosophiques qui créent l'harmonie, la tolérance et la conciliation soit supérieur à tout enseignement qui favorise la disharmonie, nourrit l'affirmation de soi et provoque la division.

Malgré les disparités qui existent parmi les hommes et dans l'héritage des communautés humaines, la couleur, la foi et les croyances, la perfection éthique et spirituelle sont les droits de tous. La grandeur des enseignements de la Guita réside non seulement dans son harmonie universelle et son amour, mais aussi dans l'inquiétude tendre et la compassion envers les faiblesses de l'homme.

La Guita est une œuvre d'étude qui est bénéfique à tous —jeunes ou âgés, éduqués ou non, en bonne santé ou malade, croyants en dieu ou non... Il nous enseigne l'une des plus importantes leçons de la vie, la leçon où on s'efforce d'obtenir tout en travaillant sans cesse et en étant en même temps complètement désintéressé pour que cela soit profitable à nos propres progrès moraux. Sri Krishna nous offre une solution de conciliation entre notre vie active et de son succès avec celle de la renonciation et de la soumission à Dieu.

Tous les grands les enseignants de religion ou de philosophie en Inde ou ailleurs ont exposé leurs propres doctrines concernant les grands problèmes de la vie et de la mort ainsi que de ceux de Dieu et de l'univers.

Ils ont tous fait des efforts pour soutenir la vérité dans leur enseignement. Mais Sri Krishna expose ses doctrines sans aucune partialité. Il a clairement dit que tous les chemins de la vie, toutes les formes de pensée religieuses sont bons et dignes d'être étudiés aussi longtemps qu'ils sont capables de renforcer le caractère de l'homme en lui permettant d'être meilleur et de se réaliser.

La vie de l'homme sur terre est un pèlerinage vers la perfection. Cette perfection semble inaccessible et au-delà de ses capacités, aussi longtemps que le but de l'illumination n'est pas atteint. Le rôle de toute religion ou de la philosophie est de guider le pèlerin pour qu'il atteigne cet objectif de félicité éternelle.

Aucun mode de vie, aucune forme de religion ou aucun système de pensée sont bons ou parfaits s'ils ne s'adaptent pas aux besoins réels de ceux qui les suivent comme guide dans la vie. La valeur des religions et des philosophies n'est pas seulement dépendante de la vérité ou de la sagesse qu'elles contiennent, mais également sur leurs aptitudes à renforcer et à améliorer le bonheur, la pureté et la noblesse de l'homme.

La grandeur de l'enseignement de la Bhagavad Guita ne peut être réalisée que si nous le comprenons et l'apprécions à la lumière de notre propre raisonnement et de nos aspirations religieuses et spirituelles.

Fruits de l'étude de la Guita (*Phala Shurti*) :

*Celui qui lit avec dévotion cette Sainte Ecriture, la Guita,
Est libéré de la peur et du chagrin, et
Atteint la région de Sri Maha Vishnu, le Seigneur Suprême.*

*Pour celui qui étudie la Guita et pratique les Pranayamas,
Il n'y aura plus de péchés des vies passées.*

(à suivre)

Réflexions sur les enseignements de la Bhagavad Guita

- Sri T.K.Sribhashyam

Chapitre 1

Les vénérables maitres tels que Bhisma, Drona et Kripa ont été dotés d'une grande sagesse et ils ont sincèrement aimé la justice et la paix. Pourtant, aussi étrange que cela paraisse, ils ont participé à la guerre contre les Pândavas.

L'obéissance ou la loyauté constituent l'autorité qui est la base principale des commandes dans le travail de toutes les institutions humaines. Dans le choix entre le devoir d'obéissance à une telle autorité et l'imposition de ses propres convictions, le bien-être humain ne dépendra pas de notre conviction mais de la loyauté envers l'autorité. Tous les soldats combattant pour leur pays peuvent ne pas être convaincus de la justice de la politique de leur gouvernement. Néanmoins, en temps de guerre, ils obéissent aux ordres de l'état car l'unité de l'armée ne dépend pas des convictions personnelles de chaque soldat mais de la loyauté de l'armée entière envers l'autorité de l'Etat. Les vénérables maîtres qui sont en quelque sorte employés par le roi Duryodhana montrent leur fidélité envers lui, même si ils étaient contre cette guerre.

\

La miséricorde, la charité et l'amour sont louables, même, quand ils sont utilisés de manière égoïste. Il convient pourtant d'avoir à l'esprit que ce genre de pitié, de charité ou d'amour ayant un mobile égoïste, est inférieur en mérite, car il peut nous conduire sur un mauvais chemin. Cela nous empêchera d'agir pour une valeur plus élevée. Seule la miséricorde, la charité et l'amour désintéressés sont capables d'accorder à notre âme une libération éternelle et de là, la béatitude.

\

Ceux qui égoïstement cherchent des plaisirs et de la richesse ne peuvent pas profiter d'une manière totalement égocentrique de tout ce qu'ils désirent et acquièrent. Aucun homme n'est en mesure de vivre totalement centré sur lui-même et seulement pour lui-même et être totalement libre envers les personnes et la société qui l'entourent. Notre capacité à bien vivre et à profiter de notre vie dépend en grande partie de notre force et du rapport étroit que nous entretenons avec la société dans laquelle nous vivons. A moins que nous nous unissions avec les gens qui nous entourent afin qu'ils partagent nos joies et nos peines, notre pouvoir de profiter de la vie sera stérile.

L'homme ne peut jamais être totalement égocentrique dans ses objectifs. Il lui est impossible de vivre renfermé sur lui-même. Même un homme très égoïste, avec son amour de la richesse, du pouvoir, de la gloire, et du plaisir ne peut pas trouver de satisfaction dans la vie sans la compagnie et la sympathie des autres. Notre tendance commune devrait être d'apprécier et de partager les joies et les plaisirs des autres.

La punition est une baguette, *Danda*, qui assure le bien-être de l'humanité. Elle peut être comparée à un traitement médical qui doit avoir pour but l'arrêt définitif de la maladie, de même, toutes les punitions devraient être données de telle manière à les faire disparaître de la société humaine.

Ce n'est pas l'action en elle-même qui détermine le péché. Les actions ne devraient pas être jugées en elle-même et par le biais de leurs conséquences immédiates, mais par le moyen de leurs motivations cachées et les conséquences lointaines qu'elles sont sensées produire.

\

La vie spirituelle est basée sur la renonciation et la non-résistance. Mais il y a une différence entre la non-résistance d'un homme fort et celle d'un homme faible qui ne peut se venger. Pourtant si tous les hommes et les femmes dans la société ou au moins une grande majorité d'entre eux agissaient dans le calme, la sérénité et d'une manière désintéressée, non-attachée aux biens de ce monde, alors, la doctrine de non-résistance constituerait le meilleur idéal éthique pour une telle société. Celle-ci pourrait facilement transformer la minorité qui est égoïste et qui répond souvent à la provocation, pour établir la sérénité et le désintéressement par rapport aux biens matériels. Cela pourrait être un exemple pour d'autres sociétés pour s'améliorer.

\

La responsabilité d'un individu de se conduire de manière juste dans la vie est proportionnelle à sa connaissance de ce qui est juste et de ce qui est erroné. La responsabilité d'un homme ignorant, qui par le biais de son ignorance fait ce qui est mal, n'est pas la même et ne peut pas avoir les mêmes conséquences que celle d'un homme qui connaît ce qui est juste et ce qui est erroné et qui néanmoins fait ce qui est mal. Pourtant, la conduite qui repose sur des connaissances erronées ou insuffisantes est souvent aussi coupable que celle qui est réalisée avec malveillance. Par conséquent, nous devons nous assurer de la véracité, de l'exactitude et de la valeur de notre connaissance, avant de rendre quelqu'un responsable.

\

Dharma, la vertu est ce qui est accompli sous la protection des commandements des écritures, ou ce par quoi doit être obtenu à la fois la prospérité ici et le salut ci-après. Le développement du progrès social et moral de l'humanité n'est pas possible sans l'aide des vertus sociale et familiale.

La culture, la volonté, le courage et le sacrifice de soi sont comme des produits de jardin soigneusement cultivés et le *Dharma* est comme les barrières qui protègent notre jardin. Les êtres humains ne vivent pas des produits d'un jardin sauvage.

La constitution physique de l'homme est en grande partie responsable de son état mental et de son moral. La philosophie indienne fait une distinction entre l'âme et le corps matériel dans lequel il réside. La manifestation des activités du corps n'est pas déterminée par l'âme mais par le profil de (*Prakrithi*) du corps physique même si anatomiquement et chimiquement il n'y a pas de différence fondamentale entre les corps. La différence entre deux individus est due à la qualité subtile de la matière qui constitue les deux corps, que la philosophie indienne appelle *Guna*, classifié en *Sathva*, *Rajas* et *Thamas*.

\

L'homme n'a pas de plus grand ennemi ni de plus grand ami que lui-même et de manière surprenante dans les deux cas, il s'ignore. Son véritable combat n'est pas d'éviter d'aller en enfer, mais d'éviter d'en créer un en lui. C'est dans ce combat que l'homme a en lui son meilleur ami et son pire ennemi.

\

Toute personne a le devoir d'agir selon les règles fixées par le *Dharma*. La manière correcte est d'agir de façon non égoïste pour accomplir le bien pour lui et pour la société.

Même si nous ne devrions pas agir ou faire quoique ce soit contre le *Dharma*, il n'est pas dit que nous devrions renoncer à tous les bonheurs **légitimes** de la vie et tous les biens respectables que nous avons acquis honnêtement. Nous sommes libres d'utiliser de manière honorable les occasions

de plaisirs que la vie nous offre à condition que ces opportunités nous viennent selon un plan de vie qui ne viole pas le principe de *Dharma*.

\

Dharma est éternel ; mais la douleur et le plaisir sont transitoires.

L'âme est éternelle, mais la raison de vivre dans ce corps est transitoire.

Ne renoncez pas au *Dharma* par désir du plaisir, par crainte ou par avidité.

- A suivre

Réflexions sur les enseignements de la Bhagavad Githa

-T.K.Sribhashyam

Chapitre 2 (1^{er} partie)

La véritable quête d'un disciple consiste dans sa sincérité à connaître ce qu'est le *Dharma* et dans la conviction que sa paix et son bonheur dépendent de lui. Une telle recherche dépend de l'abandon du disciple à son maître.

L'enseignement dispensé n'apportera pas de meilleurs résultats si le disciple offre une quelconque résistance, même inconsciente. Même si l'enseignant est bon, grand et sage, il lui sera difficile d'exercer et d'apporter l'éclairage nécessaire à l'esprit du disciple s'il y a la moindre nuance de méfiance ou d'hypocrisie. Le respect envers l'enseignant est une qualité très précieuse dans la vie du disciple qui est sincère et honnête.

L'égalité d'humeur de l'enseignant est d'une grande importance pour que son enseignement atteigne l'esprit et le cœur du disciple. Si l'enseignant est facilement irrité par les arguments du disciple suffisant, inévitablement un tel enseignant devient inaccessible et le mental et le cœur du disciple ne s'ouvriront pas librement à l'enseignant. Dans de telles circonstances, il devient impossible pour l'enseignant de transmettre au disciple quoique que ce soit qui ait de la valeur. En même temps, cela ne signifie pas que l'enseignant n'autorise pas le disciple à développer son propre raisonnement et son propre jugement.

\

L'âme est immortelle, immatérielle et réelle. Les sensations de plaisir et de douleur, de tristesse et de joie qui sont irréels et transitoires proviennent de la relation que le corps a avec les objets des sens. Le corps est soumis à la naissance, à la croissance, au déclin et à la mort. L'essence même de notre existence est **que** ce qui était identique dans le passé, **que** ce qui est dans le présent analogue au passé sera le même dans le futur. Les modifications dans le passé, le présent et le futur concernent le corps mais pas l'âme. L'âme reste immuable du début jusqu'à la fin de chaque incarnation de l'existence. Les sensations de chaud et de froid, le sentiment de douleur et de plaisir et tout ce qui donnent naissance à ces sensations ne sont pas constants et éternels. L'incarnation qui est à la source de nos sensations n'est pas réelle. Nous devons nous accommoder de ces sensations et ne pas en faire les critères de notre vie.

\

A cause du *Karma*, l'âme est associée à un corps et soumise à l'influence des contacts matériels transitoires qui donnent naissance au plaisir et à la souffrance. C'est à cause de cette association à un corps qu'on commet l'erreur de croire que l'âme naît et meurt. C'est seulement lorsque cette association est rompue qu'il devient possible pour l'âme d'être *perçue* dans sa nature propre. Quand nous tombons ouvertement victime des tendances découlant de ces contacts matériels, alors la dépendance de notre âme à la matière est confirmée. Au contraire, si nous vivons notre vie de telle manière que les souffrances et les plaisirs, venant du contact de notre âme avec le corps, ne nous dérangent pas du tout et si nous faisons preuve de volonté et de force de caractère pour considérer toutes les souffrances et les plaisirs avec indifférence, alors nous mettrons un terme à la servitude de l'âme envers le corps. Cette association est causée par le *Karma* de l'âme incarnée, ayant sa source dans les actions de sa vie précédente. La théorie que l'âme a eu d'autres corps à habiter à un autre moment est la cause de cette association avec la matière. Cette association peut continuer dans les conditions qui viennent de renaissance à cause du *Karma* produit dans la vie présente et les vies passées. Les actions du passé sont responsables des actions du présent, les actions du passé avec celles du présent seront, à leur tour, responsables des actions futures. Si une âme incarnée choisit et parvient de vivre une vie de désintéressement et de non-attachement aux fruits de ses actions, alors il lui sera possible de se débarrasser des limites des causes et des effets et elle se libérera de sa dépendance aux biens matériels.

Puisque ce qui est réel peut durer éternellement, le corps étant soumis aux changements n'est pas réel. Par conséquent il n'est pas éternel. L'âme est ce qui est réel et essentiel dans notre existence.

La distinction entre l'âme et le corps tient dans ce que l'âme est omniprésente dans le corps alors que ce dernier ne peut pas pénétrer dans l'âme. En outre, l'âme est indestructible, éternelle et incommensurable. Cette connaissance est appelée la connaissance du discernement entre le corps et l'âme.

\

La mort du notre corps ne signifie pas la destruction de la réalité de notre être. L'âme étant la réalité, elle n'est pas détruite à la mort du corps physique incarné. La mort elle-même n'est rien de plus qu'une variation particulière vis-à-vis de la nature de l'incarnation de l'âme, dont l'existence même est destinée à remplir le destin de l'âme. Le corps est simplement un instrument au moyen duquel l'âme doit élaborer sa propre libération de l'emprise du *Karma*. Du point de vue du *Karma*, le but fondamental d'une vie humaine est que chaque âme puisse être amenée à réaliser son propre destin et finalement réaliser sa condition naturelle pour se libérer de l'emprise de la matière.

La mort est simplement un précurseur naturel et nécessaire à une nouvelle vie, tout comme la mort d'une graine est inévitablement impliquée dans la naissance d'une nouvelle plante et de sa vie. Même si la potentialité interne de la graine mourante détermine nettement la nature de la nouvelle plante et de sa nouvelle vie, de même les empreintes des impressions d'un corps mourant ont un effet déterminant sur la nature de sa nouvelle naissance et de sa nouvelle vie.

\

Sri Krishna affirme qu'une âme est éternelle (*Nitya*), omniprésente (*Sarvagatha*), permanente (*Sthânu*), immuable (*Achala*) et éternelle (*Sanâthana*). Il donne aussi quelques qualifications négatives qui sont destinées à la matière : l'âme ne peut pas être coupée, elle ne peut pas être brûlée, elle ne peut pas être mouillée et elle ne peut pas être séchée.

L'âme est éternelle dans le sens qu'elle est libérée de l'anéantissement, une sorte de destruction amenant au néant. Même si la matière, dans son sens conceptuel, est indestructible, elle subit, pourtant, des mutations, alors que l'âme n'aura pas à subir de mutation. L'âme était la même dans le passé, elle l'est dans le présent et le sera dans le futur -- elle est éternelle dans le temps.

L'âme est omniprésente et elle est présente donc dans tout l'univers. Elle est présente dans chaque être de l'univers. Aussi longtemps que son union avec l'âme suprême n'est pas réalisée, la notion de multitude des âmes sera établie. En fait, c'est l'objectif de chaque être humain de réaliser cette unité par la pratique du Yoga.

La distinction entre l'âme individuelle et l'Âme Universelle peut être bien comprise par le biais de l'analogie de l'étendue spatiale qui est limitée par la paroi terrestre de chaque pot et la grande étendue externe de l'espace qui est illimitée. Si tous les pots sont cassés en morceaux, alors, aussitôt cette différenciation disparaît. De la même manière, toute la substance de l'âme universelle sans limite est identique à l'âme individuelle limitée. La différence fondamentale est que cette dernière est conçue sous des conditions limitées, alors que la première est libérée de toute existence conditionnelle.

Logiquement, le fait que l'âme soit omniprésente confirme obligatoirement qu'elle est permanente et immuable. La permanence de l'âme concerne sa liberté de changer par rapport au passé alors que son immuabilité sera en relation à son incapacité à subir toute modification dans le futur.

De la même manière, la permanence et l'immutabilité de l'âme doivent être éternelles, c'est-à-dire, qu'elle est éternellement de nature indestructible et immortelle.

Naturellement, notre incarnation matérielle est dépourvue de ces cinq qualités.

\

En termes simples, ce qui constitue le contenu de notre conscience est le résultat de notre perception de la matière et des choses matérielles. En ce sens, si la matière était inimaginable et impénétrable (comme l'âme), notre mental serait alors presque sans expression. Même si l'âme est impénétrable dans le sens qu'elle ne peut pas être perçue et conçue dans la manière que nous percevons et concevons la matière, il est possible de percevoir l'âme si nous suivons certaines disciplines psychologiques spécifiques que l'on nomme généralement Yoga.

La réalisation de l'âme est donc une expérience particulière qui ne peut pas être exposée de la même façon que nous pouvons décrire notre expérience de n'importe quel objet matériel. Si nous voulons connaître la nature réelle de l'âme, nous devons pratiquer le Yoga de Patanjali qui nous offre cet état mental qui seul est capable de faire découvrir la nature réelle de l'âme.

Le langage est né des expériences normales et ordinaires des êtres humains pour satisfaire leurs besoins communs et ordinaires de leur expression mentale. Elles sont différentes de celles de la réalisation de l'âme. Aussi, aucun langage n'est capable d'exprimer de manière appropriée l'expérience transcendante d'un Yogi. Toutes descriptions verbales de l'âme seraient non seulement étranges mais aussi inadéquates.

\

Ce n'est pas l'acte en lui-même qui est, soit immoral, soit vertueux. L'homme commet un péché en manquant à son devoir, soit en n'accomplissant pas son devoir délibérément ou de façon arbitraire. Ainsi, la source réelle de la cause du péché ou de la vertu réside dans le manquement à son devoir.

La réputation d'un homme dépend de la philanthropie de sa vie, qui consiste en grande partie en accomplissant toutes ses obligations de sa vie de la façon qu'elles devraient être accomplies. Des hommes de valeur sont souvent injustement blâmés presque autant que des hommes indignes sont honorés de manière imméritée. La disgrâce éternelle d'une mauvaise réputation arbitraire est ce que les hommes d'honneur doivent redouter, beaucoup plus que la mort elle-même. La plupart d'entre nous avons une tendance naturelle à exagérer les mérites aussi bien que les torts des autres, si bien que lorsque nous commençons à penser du bien de quelqu'un, nous en pensons beaucoup de bien et quand nous pensons du mal de quelqu'un, nous en pensons beaucoup de mal. Le résultat final est que nous ne sommes pas honnêtes envers nous-mêmes.

Dans toutes actions nous devons prendre en considération la relation entre nos propres intérêts et ceux des autres personnes avec qui l'action est liée. Aussi longtemps qu'il n'existe aucun conflit ouvert entre nos propres intérêts et les intérêts des autres, on peut considérer notre action comme juste, sage et bonne. Même si chacun de nous est libre de faire le meilleur usage de ses propres fonds et opportunités, nous ne devrions pas empiéter sur le domaine d'activité d'un autre homme.

Pour être exempt de péché, nous devrions non seulement accomplir nos actions correctement et consciencieusement, nous devrions aussi développer une absence totale d'intérêts personnels dans nos actions.

Pour acquérir le sens du devoir, on doit s'élever au-dessus de tout désir individuel et de toute aversion personnelle en se libérant de l'emprise du plaisir et de la douleur, du profit et de la perte, de la victoire et de la défaite.

La valeur morale des efforts permanents et bien ciblés consiste à permettre au mental d'être immuable, en le gardant dégagé de toutes ces déviations qui sont causées par les tentations. Si nous utilisons notre énergie mentale entièrement pour l'accomplissement de notre devoir il devient possible pour nous de réussir, en s'appuyant, en grande partie, sur les pouvoirs nécessaires pour concentrer notre mental. Pour maintenir notre mental toujours dans le même état nous ne devons pas le laisser vagabonder d'objectif en objectif et d'objet en objet.

Nous devons remplir nos devoirs le mieux que nous pouvons, et être en même temps libéré de tout attachement matériel en relation à tous les résultats avantageux qui peuvent s'accumuler dans l'accomplissement correct de ces obligations. Celui qui travaille avec des motivations égoïstes est rarement satisfait de ce qu'il obtient, il est toujours sur le qui vive pour s'enrichir davantage au détriment des autres.

Tous ceux qui cherchent à atteindre l'objectif divin devraient prendre soin que leur vie soit consacrée, avec un seul but, à l'accomplissement soutenu de hautes et nobles obligations qui sont entreprises et accomplies avec autant de dévouement et générosité.

\

L'homme au mental stable et à la sagesse soutenue est celui dont le mental a été rendu attentif par la concentration et une dévotion sincère envers le devoir désintéressé.

Si nous comparons la potentialité des plaisirs et des souffrances que nous ressentons réellement dans nos vies avec ceux que nous imaginons dans notre mental combinés avec nos espoirs et nos peurs, nous prendrons conscience que les plaisirs et les souffrances réels que nous ressentons ne sont pas aussi puissants pour nous éloigner de notre chemin spirituel. D'un autre côté, nos espoirs et nos craintes imaginaires sont tout à fait capables de nous éloigner de notre droit chemin, pour ne pas dire de notre vie spirituelle.

Il y a certaines relations entre ce qui est agréable et ce qui est bien d'un côté et ce qui est douloureux et ce qui est mal de l'autre. Il arrive que dans la vie la recherche passionnée du plaisir conduit souvent l'homme à la ruine, alors que l'acceptation de la souffrance et de la douleur peut très bien le mener à la libération.

Même si tout ce qui est bien est considéré comme agréable et tout ce qui est mauvais comme douloureux, nous ne pouvons pas dire que tout ce qui est agréable est bien et tout ce qui est douloureux est mauvais. La force de l'imaginaire pour amener à l'égoïsme est plus forte que la force de la réalité. Pour réussir dans la réalisation de soi, notre mental devrait se garder de la corrosion de l'égoïsme. Le sentiment de satisfaction interne (satisfait de soi-même dans son cœur) est une expérience noble et heureuse en elle-même.

(à suivre)

REFLEXIONS SUR LES ENSEIGNEMENTS DE LA BHAGAVAD GITHA.

- T.K. Sribhashyam

Chapitre 2 (2ème Partie)

Par biais de nos sens, les objets externes dirigent le mental créant en nous des sensations. Elles donnent du plaisir et de la souffrance qui à leur tour éveilleront le sentiment d'attachement, de peur et de colère (*Râga, Bhaya et Krodha*). Dans la vie quotidienne, nous avons un grand nombre de sensations de toutes sortes. Chaque fois que des stimuli externes produisent des sensations en nous, nous trouvons que certaines d'entre elles sont plaisantes et que d'autres sont douloureuses. Notre tendance naturelle est de rechercher de plus en plus de sensations agréables pour éviter celles qui sont douloureuses. Le désir de plaisir amène automatiquement à la sensation d'aversion pour les sensations douloureuses. Ainsi, *Râga*, plaisir, implique automatiquement *Dvesha*, aversion.

Une sagesse constante et un mental stable sont obtenus lorsque nous cultivons la volonté à résister à la tentation du plaisir ou de la douleur pour nous libérer des désirs et des aversions. Lorsque nous devenons objectifs dans notre appréciation personnelle du plaisir et de la souffrance, nous nous libérons des griffes de la peur ou de la déception. Le désir et l'aversion nourrissent la peur et la colère. Il est difficile pour la plupart d'entre nous de résister à notre penchant pour le désir et l'aversion qui sont respectivement causés par le plaisir et la douleur. Grâce à la pratique de la concentration et l'effort pour stabiliser la volonté, il est possible de prévenir non seulement le « jeu extérieur » des sens à la recherche des objets du monde extérieur, mais aussi de faire que le pouvoir de perception de nos sens fonctionne vers l'intérieur pour percevoir notre moi véritable. Ainsi, pour obtenir une sagesse permanente, nous devrions cultiver ce pouvoir de retirer consciencieusement en nous les activités sensorielles.

\

Nous ne renforçons pas notre mental en le privant simplement de sa nourriture de sensations parce que cela nous rend seulement partiellement incapables de percevoir les sensations. En outre, nous nourrissons potentiellement la peur et l'aversion en nous.

Il n'est pas suffisant de retirer nos sens des objets, nous devons aussi purifier notre mental pour l'empêcher d'être attiré par nos désirs du passé, ce qui n'est possible que quand notre mental est tourné vers l'intérieur pour nous permettre de percevoir notre moi véritable. C'est dans notre nature de remplacer un plaisir par un autre, souvent par un meilleur.

Les moyens les plus appropriés et les plus efficaces pour soumettre nos sens sont de rendre notre mental intensément absorbé dans une méditation sur notre moi véritable ou sur Dieu comme objet suprême de dévotion et de réalisation. C'est seulement cette méditation, qui en éveillant l'indicible bonheur de la réalisation de Soi ou la réalisation de Dieu, peut déjouer notre goût pour les plaisirs des sens.

\

Lorsque l'objet de notre méditation est autre que Dieu, alors notre mental s'occupe résolument à convoiter les différents plaisirs des sens, même s'ils semblent produire une force mentale en nous.

La méditation dont l'objet est Dieu est la seule méditation capable de produire la grande force mentale qui est nécessaire pour percevoir le Soi ou Dieu.

\

Le sens d'attachement agit de tel façon que notre mental désire ce pourquoi il est devenu si attaché. Par conséquent, nous devenons non seulement attachés à ce que nous chérissons dans notre cœur mais nous souhaitons profiter de tous ces objets du plaisir des sens qui sont à la porte de notre attachement profond. Nous devons garder à l'esprit que la colère est le résultat de la déception causée par le non-accomplissement des désirs que nous chérissons. Plus notre attachement se porte sur un objet de plaisir ou de jouissance, plus grand est notre désir de l'obtenir. Plus ce désir, en nous, est intense, plus vif sera notre sentiment de déception lorsqu'un tel désir est inassouvi. Et plus ce sentiment de déception est intense, plus nous réagirons violemment avec colère.

Lorsque nous sommes en colère, notre mental perd sa rationalité, même si cette colère est de courte durée. La colère amène à la perte de l'intelligence, et nous prive du pouvoir de raisonnement. Dans un accès de colère, notre mental se remplit de confusion et de perplexité, il perd sa force aussi bien que la clarté de sa faculté de mémoire. Nous perdrons certainement notre mémoire si nous nous abandonnons souvent à la colère. La perte de mémoire nous mène finalement à la destruction de l'intelligence. Sans mémoire et sans idées conceptuelles, le mental serait presque vide empêchant les activités intellectuelles. Par conséquent, quand la mémoire disparaît, l'intelligence est presque morte de faim et avec la perte de l'intelligence, nous perdons notre rationalité et notre pouvoir de distinguer le vrai du faux. Cela nous conduira à la ruine de notre but spirituel. Nous devrions par conséquent maîtriser notre impulsion de colère. Toutes les ramifications de la colère nourrissent tôt ou tard notre impulsion de colère.

La conquête des activités des sens est un des moyens pour éviter ce cercle vicieux. Elle doit être un effort mental volontairement conscient et soutenu. Affaiblir le pouvoir des sens par l'utilisation de moyens externes ne peut pas mettre un terme au désir ardent intérieur pour la jouissance des plaisirs des sens. Nous devrions apprendre à résister aux tentations, pour les surmonter, au lieu de fuir devant elles. Le danger n'est pas de percevoir les différents objets des sens afin de découvrir tous les plaisirs et les souffrances qui en découlent, mais de s'attacher aux objets des sens du plaisir. De même, le danger n'est pas de ressentir les plaisirs ou les souffrances qui surviennent à la suite de cette perception, mais il est dû aux perturbations qui sont causées par les désirs et les aversions découlant des sensations. Ce type de perturbations provoque en nous désespoir, chagrin et détresse. En outre, il rend notre vision de la vérité irréaliste et déformée. Lorsque nous résistons aux dispersions mentales, alors notre désespoir, notre chagrin et notre détresse disparaissent et notre mental libéré de toutes ces influences renforcent notre intelligence qui devient un instrument digne de nous faire connaître la vérité en nous.

Notre attitude envers notre environnement détermine la tranquillité ou l'agitation interne de notre mental, si bien que notre mental peut faire de notre vie un paradis ou un enfer.

Nous devenons ce que nous imaginons sincèrement et sérieusement être et notre tranquillité mentale et notre bonheur véritable en dépendent.

\

Le bonheur que nous acquérons par l'intermédiaire de la tranquillité du mental n'est pas le même que le plaisir que les objets des sens produisent en nous. Un tel plaisir est transitoire et peut facilement changer en douleurs ou donner lieu à la douleur. Il n'est pas très judicieux de considérer un tel plaisir comme réel et éternel. Une telle attitude ébranle notre bonheur et nous prive d'un mental stable.

Le bonheur de la paix mentale au comble de la béatitude n'est pas altéré par les plaisirs et les souffrances résultant des sensations des sens, et n'accepte pas de se laisser emporter par les stimulations du désir et de l'aversion.

Ce bonheur suprême issu de la paix mentale au comble de la béatitude est ce que nous devons rechercher dans notre vie. A cette fin nous devons libérer notre mental des perturbations venant des désirs et de l'aversion par une pratique appropriée de méditation et de concentration mentale. Lorsque nos activités mentales sont dominées pour donner la priorité aux activités qui produisent la paix de l'esprit, alors plus rien ne pourra nous priver de celle-ci.

Alors que l'expérience du plaisir et de la souffrance est tout à fait normale dans notre vie, nous devrions veiller à ce qu'elle ne domine pas nos désirs et nos aversions. A moins que le goût enraciné pour les plaisirs

des sens ne soit complètement éliminé, nous ne maîtriserons pas nos activités sensorielles et nous n'aurons pas la maîtrise de soi.

Notre mental est de deux sortes: ce qui est pur et ce qui est impur. Le mental qui vise à fixer les objets de désir est impur et celui qui se tient éloigné des objets de désir est pur. Par conséquent, le mental lui-même est la cause de l'emprise de notre âme, comme il l'est aussi leur libération finale. Le mental qui est attaché aux objets du plaisir des sens conduit à l'emprise de l'âme tandis que celui qui est libre d'un tel attachement aux objets du plaisir des sens conduit au véritable salut de l'âme. L'attachement conduit seulement à une multitude de désirs qui surgissent dans notre cœur. Se libérer de celui-ci implique se libérer de tout désir envers les sens du plaisir. En l'absence d'une liberté intérieure et d'une pureté morale, il sera difficile (voir impossible) de maîtriser notre égoïsme ou notre égoïsme.

La béatitude d'un mental paisible est la source du véritable bonheur. Sans l'acquisition d'une telle paix mentale, nous ne pouvons obtenir le bonheur véritable.

\

Nous pouvons avoir pour but d'acquérir trois types de bonheur dans notre vie.

- Le bonheur de l'attachement aux biens du monde ;
- Le bonheur en développant les pouvoirs psychiques par une pratique religieuse ;
- Le bonheur résultant d'une sagesse constante ayant pour but la réalisation de soi en vivant une vie de désintéressement absolu des devoirs désintéressés.

Naturellement, le troisième type de bonheur est supérieur à tous les autres et celui que chacun de nous devrait avoir pour but. Cela ne signifie pas que nous devrions rejeter les deux autres types de bonheur, mais le troisième type est l'état que Sri Krishna nomme *Brâmhi*, et devrait être notre objet de réalisation le plus élevé car il nous conduit à l'état de 'Béatitude de Bramha' (*Bramhanirvâna*).

Bhagavad Githa, Chapter 3

Deeds in themselves cannot create the bondage of Karma. What creates is the motive with which we do our deeds. The possible exception is when we carry out their duties. They are not dependent upon likes and dislikes nor are they to be carried with selfish motives. Yet, even duties will produce the bondage of Karma if done with motives of selfishness.

To an intellectual thinker, it would occur that to take care of the mind that thinks and feels is morally more important than to take care of the deed that is to be striven for and done. But to a practical man, to whom actual living of the life is more important than it is to an intellectual thinker, the actual work of life would be of much greater importance than intellectual reasoning. Work without the help of thought is as productive of harm as mere thought which is unassociated with work.

Every theory has to lead to the formulation of the correct practice, and correct practice in its turn has to give rise to the proper apprehension of the truth of the theory. In other words, without any reflection on the theory, practice may precipitate us into pitfalls, and without the support of practice, theory may end in mere dream or delusion.

The imprint of Karma and its correlated tendencies may get themselves woven into the very constitution of our body. They may become such an essential part of our very structure as will influence all our functions in life, physical, physiological, or psychological. These imprints may become ingrained in the mind itself, so that, when the mind is primarily modified by those tendencies, the structure of the body gets adjusted to the nature of the mind within.

According to Krishna, in the relation between the mind and the body, the mind is the master and the body the servant. When the body is inactive, the activity of the mind is in itself enough to give rise to bondage. If the physical activity is not associated with the mental taint of selfishness, then it would not give rise to bondage. If we want to obtain freedom from the influence of Karma, it would not be possible by merely being idle or doing no work.

If we believe in the life of passive inaction as the means of attaining salvation and we do not work at all, still, we are not free from the inner attachment to the pleasures of the senses. The passion in the mind, which seeks the pleasureable objects of senses, will burn within him. The only control we exercise is just on the organs of activity.

One who performs actions as is natural, necessary and unavoidable would keep the mind free from all interested attachments to the pleasurable objects of the senses.

It is quite as possible to make the mind unattached, as it is impossible to make the body wholly passive and utterly inactive. It is a physiological fact that the body is ever active until few hours after death. It is impossible to bring to a halt these activities whereas

it is possible to stop the mental activities and yet be alive. The active man with an unattached mind is on the true road which leads to the goal.

Work can cause the bondage of Karma, and it can remove it also. When we undertake to do a work, which is not obligatory, we often do so out of interested motives. That is why, *niyata karma* or obligatory duties are distinguished from *kârmya karma*, work with motives of interest and desire. However, when obligatory work is done with interested motives, they also produce the taint of Karma.



When our only delight is in our own self, we are as selfish as the one who is engaged in the intellectual self-realisation. Both are satisfied with themselves and are pleased with themselves. They think that there is nothing to be gained in this world apart from the self-centered satisfaction. They are different from those who live to serve and worship God and carry out all their duties as acts of divine worship. Those who are convinced that whatever they do is really service rendered unto God, will attain self-realisation. The selfish man distinguishes the work which is advantageous to him from that which is not so. He utilises this distinction in his life feeling that he gains more by doing the work that is advantageous to him, and by not doing those that are not advantageous to him.

Freedom from all selfish attachments is not in itself enough to enable one to attain unto God. One has to live the life of work. To learn to look upon life as a means of serving God, and to do everything that we do in life as an act of divine worship, are conducive to develop unselfishness in us.



When God incarnates, there is no compelling power behind Him forcing Him to become embodied in matter. In relation to Him, embodiment really implies no bondage of Karma. He does not have to strive for Liberation. He does not have to use his material embodiment for enabling Him to free Himself. The pleasing objects of the senses are not the things He desires to seek and obtain. So too, there is no need for Him to undergo the disciplines prescribed for us, the embodied soul. He is born with self-mastery. The physical and physiological tendencies have no compelling power over Him. His will is both law and fact in His universe. All His qualities are complete. He has no unfulfilled desire.



A learned man is not the one who has much book-learning or one of any very specially trained intellectual cleverness. He, who has learnt to distinguish the real from the unreal, striving for spiritual emancipation, is the man of true wisdom. His freedom from selfish attachment, and his desire to guide the world on the path of purity and progress distinguishes him from the unlearned man, who is selfishly attached to the work he does as well as to the results that accrue from that work. A man of knowledge

may not always be a man of wisdom; but a man of ignorance can very well be a man lacking in wisdom.



Our nature consists of two different aspects; one is often called the higher nature and the other, lower nature. They are also termed as spiritual and carnal. Because of these two aspects, our life is also subject to the mixed influences of flesh and spirit. Generally, the influence of the body is apt to be stronger in our life. It is so strong that it keeps the higher influence (spiritual) entirely in the background. Where the flesh is allowed free scope to assert itself, there the spirit is forced to retreat. Wherever the spirit is encouraged to assert itself, there the flesh is rendered weak. Generally, the carnal life is aggressively strong. Moreover, the social surrounding tend the carnal life to be more antagonistic. It is necessary to assert the influence of the spirit against that of the flesh by reducing the impact of *i-ness* and *mine-ness*. Philosophic wisdom and religious faith help us to put into practice these principles. Even if philosophical wisdom leads to truth, it is not reliable without the support of faith, faith that God is the ultimate agent of every work.

The senses have a tendency to pull down the life of man to the lower nature and it is the will that has to pull it up to the higher nature. We are subjected to these two opposing forces owing to the very necessities of its continuation. As soon as the will shows signs of giving way, the senses will become aggressive and assertive so that in the end the will almost ceases to exist and we become a slave of our senses.

Unless the power of the will is safeguarded from the very beginning, it is apt to be weakened and even destroyed. A steady and wakeful control of the senses is necessary to avoid accumulation of Karma.

Religious life insists on a full and hearty recognition of the unrivalled superiority of God as the Lord of the Universe. There are people whose feeling of *ahamkâra*, *i-ness* is so great they cannot bring themselves even to look upon God as the real and ultimate agent of all the work they do. The intensity of their *i-ness* contaminates their blood with envy and makes them rebel against superiority of any being, leave alone God. Religious life is impossible without faith; and true faith can find no place in the heart which is defiled by envy. One who walks in the path of spiritual life should, therefore, be free from all forms of envy.

All of us are not born with the same endowments or inherited capacities. The Gunas of the Prakrithi constituting our embodiment determine the Guna of the work that we do in life. Life offers opportunities for the inborn potentialities to become actualised in the visible form of work and the results.

Nature compels us to seek bread and water and to eat and drink it; but she does not compel us to seek and to enjoy all the various delicacies of the culinary art. It is the love of pleasure and the abhorrence of pain that make the weak will wishful. It is the wishfulness of will so produced that makes mankind stray behind the boundary laid

down by Nature. We sin only when we stray beyond this boundary and wander about in the limitless fields of pleasing fancy and sense allurements. Nature is sure to cause our soul to become subject to bondage. *Desire is never appeased by the enjoyment of the objects of desire, but is made to increase all the more.*



It is the will that determines the aim of life: whether that aim is to secure personal advantages in the form of pleasure, power or profit, or whether it is to the service of mankind and the salvation of the soul. A wise man will certainly choose the service of man and the liberation of his soul.

It is the will that directs the attention. It is the faculty of intellection (Buddhi) that points out to the will the object towards which it has to direct the attention. The mind (Manas) cannot cooperate with the senses, unless it is itself directed by the intellect first and is then stimulated to act by the will. All our experiences would be of no use in guiding us, if the intellect does not operate upon what the senses and the faculty of attention have produced together.

Although mental attention and concentration are directly under the control of the will, still it is the intellect which makes the operation of the will rational and consistent with all the ordinary laws of Nature.

Psychological experimentation and analytical reasoning are the processes that are needed to realise the reality of the soul. The first one is what is often called Ashtânga Yoga or Dhyâna Yoga. The aim of Dhyâna Yoga is to make us get into that state of extreme mental concentration during which we will not be responsive to external stimulations. Yet, we are not absolutely mindless as to be unconscious of our own existence. Apprehension of such a pure consciousness establishes the reality independent of external stimulations.

When our sense organs feel and perceive, when our faculty of attention is steadily attentive, when our intellect classifies and generalises our mental contents actively and effectively, even then something more is needed to integrate our experiences. We simply feel that the experiences are *mine*. In fact, this sense of *mineness* in relation to our experience is something without which we cannot *at all* conceive ourselves as a being.

When the senses and the faculties of attention and intellection perform their functions fully and in due harmony, all that we can have is only that kind of experience, which is directed and rationalised from moment to moment. To unify these various momentary experiences we require the faculty of memory and also the instinctive conviction of self-evident certainty in regard to the rememberer of past experiences, that is ourselves. It is a fact that we who receive the impressions of experience are the same as the the one who revives those impressions inasmuch as the revived impressions are felt by the receiver, who is at the same time conscious that we are ourselves their reviver.

It is logical that this unifying basis of consciousness forms the true source of our inner power – the soul.

