

LA MÈRE



LA VOIE ENSOLEILLÉE

SRI AUROBINDO ASHRAM

PONDICHÉRY

Nous sommes en ce moment à un tournant de l'histoire terrestre, encore une fois. De beaucoup de côtés, on me demande : « Qu'est-ce qui va se passer ? » Partout il y a une *attente*, une angoisse, une peur. « Qu'est-ce qui va se passer ? »... Il n'y a qu'une réponse : « Si seulement l'humanité consentait à être spiritualisée. »

Et *peut-être* suffirait-il que quelques individus deviennent de l'or pur pour que cet exemple suffise à changer le cours des événements... Nous sommes en face de cette *nécessité*, de façon urgente.

La Mère

EXTRAITS DES ŒUVRES DE LA MÈRE

**SRI AUROBINDO ASHRAM
PONDICHÉRY**

Première édition : 1988

Réimprimé : 1999, 2004

ISBN 81-7058-105-2

© Sri Aurobindo Ashram Trust 1988

Publié par l'Ashram de Sri Aurobindo

Service des publications, Pondichéry - 605 002

[http ://sabda. sriaurobindoashram. org](http://sabda.sriaurobindoashram.org)

Imprimé par l'Imprimerie de l'Ashram de Sri Aurobindo, Pondichéry

Imprimé en Inde 2004

Note de l'éditeur

Ce recueil, publié pour la première fois en anglais en 1984 sous le titre *The Sunlit Path*, se propose de donner une vue d'ensemble du chemin spirituel tracé par la Mère. On trouvera en fin de volume les références aux textes, extraits pour la plupart des Entretiens de la Mère, ainsi qu'un glossaire et une note biographique.

L'APPEL.....	14
La grande aventure.....	14
La plus sublime des aventures.....	14
Un tournant décisif.....	15
LA VALEUR DE L'EDUCATION.....	16
On rêve de miracles.....	16
L'art de vivre	16
Il faut se former.....	17
Maîtriser ses impulsions.....	18
Obéir à la raison	18
La raison se développe comme les muscles	19
La culture de l'être.....	19
Les désirs d'un enfant.....	19
Désir et besoin.....	20
Abandonner son désir.....	21
Petites victoires	21
Commencer par soi	22
MORALE, RELIGION, YOGA.....	23
Spiritualité et moralité.....	23
La morale est-elle une aide ?.....	24
Servir l'humanité	25
La religion	26
Yoga et religion.....	27
L'enseignement de Sri Aurobindo.....	27
Pour faire le yoga	28
Pourquoi désirez-vous le yoga ?.....	29
SOUMISSION, DON DE SOI, HUMILITE	30
Les deux chemins du yoga	30
Fais de moi ce que Tu veux.....	30
La joie du don intégral	31
La soumission la plus importante.....	31
Le yoga est fondé sur l'offrande	32
La flamme dans le cœur	33
Ascétisme et bon sens	33
La discipline extérieure	34
La vraie humilité	34
Plasticité	35

Ouvrir les portes de son être.....	35
SINCÉRITÉ, VIGILANCE, VOLONTÉ	37
Être sincère.....	37
La sincérité parfaite.....	37
Le baromètre de la sincérité	38
Le miroir psychique	38
Que faire des mauvaises pensées ?.....	39
Offrir au lieu de repousser.....	39
Les deux côtés du travail.....	40
Vigilance	41
Le rejet des mouvements inférieurs	41
Commencer par le dehors.....	42
La propreté intérieure	42
Construire plutôt que détruire	43
Se garder du désespoir	43
Le choix.....	44
Pourquoi retomber dans l'erreur ?	44
Fortifier sa volonté	45
Apprendre à vouloir	45
INFLUENCES EXTERIEURES ET FORCES ADVERSES	46
Les autres sont un miroir.....	46
Ne pas répondre aux injures	47
Être bon pour être bon.....	47
Le seul remède	48
Les influences des autres.....	49
S'ouvrir au Divin seul.....	49
Prendre du recul	50
Ceci n'est pas moi.....	51
Le renvoi des forces adverses.....	51
Le petit trou fait par la vantardise	52
COURAGE, ENDURANCE, EFFORT	53
La peur est une impureté	53
La peur est un manque de confiance	53
Vaincre la peur	53
Le vrai courage.....	54
Plaisir et douleur	54
Les coups du Seigneur	55

La légitimation des malheurs	55
Ne jamais se décourager.....	55
Recommencer aussi longtemps qu'il le faut	56
Savoir payer le prix	56
C'est l'effort qui donne la joie.....	57
Réceptivité et aspiration	58
La force vitale universelle	58
Recevoir les forces	59
Les trois sources d'énergie	60
Activité et passivité	60
La flamme et le vase	61
Aspiration et réceptivité	61
Ouvrir la porte scellée	62
L'aspiration est comme une flèche	62
CONCENTRATION, MEDITATION, TRAVAIL.....	64
Concentrer l'attention	64
L'attention parfaite	64
Le centre de l'aspiration	65
La méditation dynamique.....	65
Méditation et progrès	66
Méditer en toutes circonstances	66
Être maître chez soi	67
Le corps a besoin d'activité	67
Se souvenir et offrir.....	68
L'ŒUVRE DIVINE.....	69
Les trois victoires	69
Consécration à l'Œuvre divine	69
L'Œuvre à accomplir	70
La vraie honnêteté.....	70
L'esprit de l'Œuvre divine	71
PAIX ET TRANQUILLITÉ.....	73
L'illusion de l'action	73
Apprendre à être tranquille.....	73
Paix, Paix, Paix	74
Asseyez-vous donc tranquillement.....	75
Élargir sa conscience.....	75
S'ouvrir aux régions supérieures	76

L'EXPÉRIENCE SPIRITUELLE ET PSYCHIQUE	78
L'expérience spirituelle	78
Sortir des mots.....	78
Vivre ça	79
Naître à l'esprit	80
Le renversement de conscience.....	80
Prendre conscience de son être psychique	81
L'être psychique	82
L'habitable du Divin	82
Le pourquoi de la vie physique	83
La fonction de l'être psychique	83
L'être psychique et les circonstances de la vie	84
L'être psychique et la vérité.....	84
La perception du psychique	85
Peut-on faire le yoga avec sa tête ?	85
Les ailes du cœur.....	86
EGO ET DON DE SOI.....	87
Sortir de l'ego	87
Taper contre la coquille.....	87
Couper le nœud de l'ego	88
Ceux qui tirent.....	89
Offrir au lieu de tirer	89
Plus on donne, plus on grandit	90
Le don sans réserve	90
Le don de chaque minute	91
L'offrande de la volonté	91
La petite voix tranquille	91
Connaître la Volonté divine	92
L'attitude vraie.....	93
LA FOI ET LA GRACE.....	94
Garder la foi	94
La foi par l'aspiration	94
La confiance candide d'un enfant.....	95
Veiller sur sa foi	95
L'action de la Grâce.....	96
Sentir le besoin de la Grâce.....	96
Le pécheur et la Grâce.....	97

S'identifier à la Grâce	98
LA MAITRISE DE SES PENSEES	99
Les pensées mauvaises	99
Maîtriser ses pensées	99
Se concentrer sur ce que l'on veut être	100
L'imagination	101
L'imagination ouvre le chemin	101
L'atmosphère que l'on crée	101
Créer sa vraie atmosphère spirituelle	102
LA CULTURE DES FACULTES MENTALES ET ARTISTIQUES	104
Faire beaucoup de choses différentes	104
Éducation et liberté	105
L'éducation intellectuelle	105
Organiser ses idées	106
Former sa propre manière de penser	107
Cristalliser sa pensée	108
Retenir ce qu'on apprend	108
La connaissance au-dedans	109
Les lectures qui éveillent	109
Comment lire Sri Aurobindo	110
Comment écouter la musique	110
Le sens de la beauté	111
Gratitude	111
L'art véritable	112
Art et yoga	112
L'art vivant	112
Belles histoires	113
LA VIE DE CHAQUE JOUR	114
Le matérialisme des temps modernes	114
Ésaü et Jacob	114
Le prix du succès	115
La parfaite égalité d'âme	116
Le don total	116
Le meilleur usage de l'argent	117
L'argent n'appartient à personne	118
La valeur de la production	118
Le respect de l'objet	119

Nourritures	119
Manger juste.....	120
Offrir ce que l'on mange au Divin.....	120
La vie sans drogues	121
L'alcool et les drogues	121
Le tabac et l'alcool.....	122
Le yoga et les impulsions sexuelles	123
L'activité sexuelle.....	123
Apprendre à mieux aimer.....	124
Savoir ce qu'est l'amour.....	126
L'Amour divin	126
Avant de s'endormir	127
Comment ne pas tomber malade	127
Au moment de mourir	128
Les cérémonies religieuses.....	128
Les exercices religieux	129
Vie spirituelle d'Orient et d'Occident	130
PAROLES, OPINIONS, JUGEMENTS	131
Le pouvoir du mantra	131
Les mots indispensables.....	131
Les potins	132
Élargir sa pensée	132
Les affaires d'autrui	133
Le besoin de juger	134
Reconnaître qu'on ne sait pas	134
VERTU, PURETÉ, LIBERTÉ	135
Le soleil du rire divin	135
N'essayez pas d'être parmi les purs	136
La pureté totale.....	136
Le droit d'être libre	137
Liberté et morale	138
Liberté et ascétisme.....	139
Liberté et service	140
Liberté et soumission	141
EFFORT, PATIENCE, PROGRÈS	142
Allez plus loin	142
Se débarrasser de tous les liens	142

Le progrès sans limites.....	143
Le progrès sans parti pris	143
La joie du progrès.....	143
Intensité et impatience.....	144
Vivre dans une éternité.....	144
Le temps : ami ou ennemi ?	145
L'effort de progrès	145
Progrès horizontal et vertical.....	146
Le vrai progrès	146
Il faut choisir	147
Rien n'est fait à moins que tout ne soit fait	147
Parce que les autres ne le font pas ?	148
L'ami des bons et des mauvais jours	148
LE DIVIN, LE MONDE ET L'HOMME	150
Lui seul.....	150
Demander au Divin	150
Vouloir le Divin	151
Connaître le Divin	151
Le Suprême a le sens de l'humour.....	152
L'athée et le croyant	152
Le monde matériel.....	152
Le Divin n'est pas un étranger	153
Il n'y a pas autre chose que Lui	153
Dieu et l'univers	154
Une comédie qu'il se joue à Lui-même	154
Le jeu du Suprême	155
Laisser faire le Seigneur.....	156
La seule solution	157
Ce que Tu veux	158
La pression de la conscience	158
Note biographique	160
La Voie Ensoleillée	162

Ne prenez pas mes paroles
pour un enseignement.

Mes paroles sont toujours
une force en action; elles
sont prononcées sans un
but défini, et perdent leur
pouvoir véritable quand elles
sont séparées de la circons-
tance qui les avait
motivées.

L'APPEL

La grande aventure

Nous assistons à la naissance d'un monde nouveau, tout jeune, tout faible — non pas dans son essence, mais dans sa manifestation extérieure —, pas encore reconnu, même pas senti, nié par la plupart. Mais il est là. Il est là, faisant effort pour grandir, tout à fait *sûr* du résultat. Mais le chemin pour y arriver est un chemin tout nouveau qui n'a jamais été tracé auparavant — personne n'est allé là, personne n'a fait ça ! C'est un début, *un début universel*. C'est par conséquent une aventure absolument inattendue et imprévisible.

Il y a des gens qui aiment l'aventure. C'est à eux que je fais appel, et je leur dis ceci : "Je vous convie à la grande aventure."

Il ne s'agit pas de refaire spirituellement ce que les autres ont fait avant nous, parce que notre aventure commence par-delà. Il s'agit d'une création nouvelle, entièrement nouvelle, avec tout ce qu'elle comporte d'imprévu, de risques, d'aléas — une *vraie aventure*, dont le but est une victoire certaine, mais dont la route est inconnue et doit être tracée pas à pas dans l'inexploré. Quelque chose qui n'a *jamais* été dans cet univers présent et qui ne sera plus jamais de la même manière. Si cela vous intéresse... eh bien, on s'embarque. Ce qui vous arrivera demain, je n'en sais rien.

Il faut laisser de côté tout ce que l'on a prévu, tout ce que l'on a combiné, tout ce que l'on a bâti, et puis... se mettre en marche dans l'inconnu. Et advienne que pourra ! Voilà.

La plus sublime des aventures

Il y a un moment où la vie telle qu'elle est, où la conscience humaine telle qu'elle est, paraît une chose absolument impossible à supporter, ça crée une sorte de dégoût, de répugnance ; on dit : "Non, ce n'est pas ça, ce n'est pas ça ; ça ne peut pas être ça, ça ne peut pas continuer." Eh bien, quand on en est là, il n'y a qu'à jeter son *tout* — tout son effort, toute sa force, toute sa vie, tout son être — dans cette chance, si on veut, ou cette occasion exceptionnelle qui est donnée de passer de l'autre côté. Quel soulagement de mettre le pied sur le nouveau chemin, celui qui vous mènera ailleurs ! Ça vaut la peine de jeter beaucoup de bagages derrière, de se débarrasser de beaucoup de choses pour pouvoir faire ce saut-là. C'est comme ça que je vois le problème.

Au fond, c'est la plus sublime des aventures, et si on a en soi *le moins du monde* le véritable esprit d'aventure, ça vaut de risquer le tout pour le tout.

Ce courage, cet héroïsme que le Divin veut de nous, pourquoi ne pas s'en servir pour lutter contre ses propres difficultés, ses propres imperfections, ses propres obscurités? Pourquoi ne pas faire face héroïquement à la fournaise de purification intérieure afin qu'il ne soit pas nécessaire de passer une fois de plus par une de ces destructions formidables, titanesques, qui plongent toute une civilisation dans l'obscurité ?

Voilà le problème qui est devant nous. À chacun de le résoudre à sa manière.

Un tournant décisif

Nous sommes en ce moment à un tournant décisif de l'histoire terrestre, encore une fois. De beaucoup de côtés, on me demande: "Qu'est-ce qui va se passer?" Partout, il y a une angoisse, une attente, une peur. "Qu'est-ce qui va se passer?"... Il n'y a qu'une réponse : "Si seulement l'humanité consentait à être spiritualisée."

Et peut-être suffirait-il que quelques individus deviennent de l'or pur pour que cet exemple suffise à changer le cours des événements... Nous sommes en face de cette nécessité, d'une façon urgente.

LA VALEUR DE L'EDUCATION

On rêve de miracles

On rêve de miracles quand on est petit, on veut que toute la méchanceté disparaisse, que tout soit toujours lumineux, beau, heureux, on aime les histoires qui finissent bien. C'est là-dessus qu'il faut s'appuyer. Quand le corps sent ses misères, ses limites, il faut y établir ce rêve d'une force qui n'aurait pas de limite, d'une beauté qui n'aurait pas de laideur, et de capacités merveilleuses : on rêve de pouvoir s'élever dans l'air, d'être là partout où c'est nécessaire, de rétablir l'ordre quand les choses vont mal, guérir les malades ; enfin, on a toutes sortes de rêves quand on est tout petit... Généralement, les parents ou les éducateurs passent leur temps à jeter de l'eau froide là-dessus, en vous disant : "Oh ! ça, c'est un rêve, ce n'est pas une réalité." C'est juste le contraire qu'il faudrait faire ! Il faudrait apprendre aux enfants : "Oui, c'est *ça* qu'il faut que tu essayes de réaliser, et non seulement c'est possible, mais c'est *sûr* si tu entres en rapport avec ce qui, en toi, est capable de cette chose. Il faut que ce soit *ça* qui dirige ta vie, qui l'organise, qui te fasse te développer dans le sens du *vrai réel*, que le monde ordinaire appelle illusion."

Il faudrait, au lieu de rendre les enfants ordinaires, avec ce bon sens plat, vulgaire, qui devient une habitude invétérée et qui fait que quand quelque chose va bien, immédiatement, dans l'être, il y a l'idée : "Oh ! ça ne va pas durer!", quand quelqu'un est gentil, l'impression: "Oh! ça va changer!", quand on est capable de faire quelque chose : "Oh ! demain, je ne pourrai pas le faire si bien"... C'est cela qui est comme un acide, un acide destructif dans l'être, qui enlève l'espoir, la certitude, la confiance dans la possibilité future.

Quand un enfant est plein d'enthousiasme, jamais ne jetez de l'eau froide là-dessus, jamais ne lui dites : "Tu sais, ce n'est pas comme ça, la vie !" Il faudrait toujours l'encourager, lui dire : "Oui, maintenant les choses ne sont pas toujours comme cela, elles *paraissent* vilaines, mais derrière cela, il y a une beauté qui essaye de se réaliser. C'est cela qu'il faut que tu aimes, que tu attires ; c'est cela dont il faut faire le sujet de tes rêves, de tes ambitions."

L'art de vivre

Généralement, on vous apprend très peu de choses — on ne vous apprend même pas à dormir. On s'imagine qu'il n'y a qu'à rester couché dans son lit et

qu'ensuite on dort. Mais ce n'est pas vrai ! Il faut apprendre à dormir comme il faut apprendre à manger, comme il faut apprendre à faire n'importe quoi. Et si on n'apprend pas, eh bien, on le fait mal ! Ou on prend des années et des années à apprendre à le faire, et pendant toutes ces années où on le fait mal, il vous arrive toutes sortes de choses désagréables. Et c'est seulement après avoir souffert beaucoup, vous être trompé beaucoup, avoir fait beaucoup de bêtises, que, petit à petit, quand vous êtes vieux et que vous avez des cheveux blancs, vous commencez à savoir faire quelque chose. Mais si, quand on était tout petit, les parents ou les gens qui s'occupent de vous prenaient la peine de vous apprendre à faire ce que vous faites, à le faire convenablement, comme il faut, d'une bonne manière, alors cela vous éviterait toutes... toutes ces fautes que vous faites pendant des années. Et non seulement vous faites des fautes, mais personne ne vous dit que ce sont des fautes ! et alors vous vous étonnez quand vous tombez malade, quand vous êtes fatigué, quand vous ne savez pas faire ce que vous voulez faire et qu'on ne vous a jamais appris. Il y a des enfants à qui Ton n'apprend rien, et alors il leur faut des années, des années, des années pour apprendre la plus simple chose, même les choses les plus élémentaires: à être propres. (...)

Vivre de la bonne manière est un art très difficile, et à moins qu'on ne commence à l'étudier et à faire des efforts tout petit, on ne sait jamais très bien. Simplement l'art de garder son corps en bonne santé, son esprit tranquille et une bonne volonté dans son cœur — qui sont des choses indispensables pour vivre décemment (je ne dis pas bien, je ne dis pas remarquablement, je dis seulement décemment), eh bien, je ne crois pas qu'il y ait beaucoup de gens qui prennent le souci d'apprendre cela à leurs enfants !

Il faut se former

Vous croyez que l'on vous envoie à l'école, vous croyez que l'on vous fait faire de l'exercice, tout cela pour le plaisir de vous embêter? Oh, non ! C'est parce qu'il est indispensable que vous ayez un cadre dans lequel vous puissiez apprendre à vous former vous-même. Si vous faisiez votre travail d'individualisation, de formation totale, par vous-même, tout seul dans un coin, on ne vous demanderait rien du tout. Mais vous ne le faites pas, vous ne le feriez pas, il n'y a pas un enfant qui le ferait, il ne saurait même pas comment faire, par où commencer. Si on n'apprenait pas à un enfant à vivre, il ne pourrait pas vivre, il ne saurait rien faire, rien. Je ne veux pas parler de détails dégoûtants, mais les choses les plus élémentaires, il ne les ferait pas convenablement si on ne lui apprenait pas à les faire. Par conséquent, il faut, pas à pas... C'est-à-dire que si chacun devait refaire toute l'expérience nécessaire pour la formation d'une individualité, il serait mort longtemps avant d'avoir commencé à exister. C'est cela le bénéfice, accumulé depuis des siècles, de ceux qui ont fait des expériences et qui vous disent : "Eh bien, si vous voulez aller vite, savoir en quelques années ce que l'on a mis des

siècles à apprendre, faites ceci. Lisez, apprenez, étudiez, et puis, dans le domaine matériel, on vous apprendra à faire ceci comme ça, cela comme ça, cela comme ça (*gestes*). Une fois que vous saurez un peu, vous pourrez trouver votre propre méthode, si vous avez du génie." Mais il faut d'abord se tenir sur ses jambes et savoir marcher. C'est très difficile à apprendre tout seul. C'est pour tout comme cela. Il faut se former. Par conséquent, on a besoin d'éducation.

Maîtriser ses impulsions

Depuis le moment où l'on est tout petit, l'occupation des éducateurs est de vous apprendre à maîtriser vos impulsions et à n'obéir qu'à celles qui sont conformes aux lois sous lesquelles vous vivez, ou à l'idéal auquel vous voulez vous conformer, ou aux usages du milieu dans lequel vous existez. La valeur de cette construction mentale qui gouvernera vos impulsions dépend beaucoup du milieu dans lequel on vit, et de la nature des parents, ou des gens qui vous éduquent. Mais que ce soit bon ou mauvais, médiocre ou excellent, c'est toujours le résultat d'un contrôle mental sur les impulsions. Quand les parents vous disent : "Tu ne dois pas faire cela", ou quand ils vous disent: "Tu vas faire ceci", c'est cela qui est un commencement d'éducation pour le contrôle du mental sur les impulsions.

Obéir à la raison

Il est assez bon de commencer jeune à apprendre que, pour mener une vie efficace et pour obtenir de son corps le maximum de ce qu'il peut donner, il faut que le maître de la maison soit la raison. Et ce n'est pas une question de yoga ni de réalisation supérieure, c'est quelque chose qui devrait être enseigné partout, dans toutes les écoles, toutes les familles, dans toutes les maisons : l'homme est fait pour être un être mental ; et pour être seulement un homme (nous ne parlons pas d'autre chose, nous parlons seulement d'être un homme), il faut que la vie soit dominée par la raison et non par les impulsions vitales. Cela, depuis tout petit, on devrait l'enseigner à tous les enfants.^..) La première chose qu'il faudrait apprendre à tout être humain dès qu'il est capable de penser, c'est qu'il doit obéir à la raison qui est un super-instinct de l'espèce. La raison est le maître de la nature de l'espèce humaine. Il faut obéir à la raison et se refuser absolument à être l'esclave des instincts. Et là, je ne vous parle pas de yoga, je ne vous parle pas de vie spirituelle, rien de tout cela, ça n'a rien à voir avec cela. C'est l'élémentaire sagesse de la vie humaine, purement humaine : tout être humain qui obéit à quelque chose d'autre que la raison est une espèce de brute inférieure à l'animal. Voilà. Et cela, il faudrait qu'on l'enseigne partout ; c'est l'éducation élémentaire que l'on doit donner aux enfants.

Le règne de la raison ne doit prendre fin qu'avec l'avènement de la loi psychique qui manifeste la Volonté divine.

La raison se développe comme les muscles

Comment peut-on développer la raison ?(...)

Oh ! par son usage. La raison se développe comme les muscles, comme la volonté. Toutes ces choses-là se développent par un usage rationnel. La raison ! tout le monde porte la raison en soi, seulement on ne s'en sert pas. Il y a des gens qui ont très peur de la raison, parce que ça contredit leurs impulsions. Alors, ils aiment mieux ne pas l'écouter. Alors, naturellement, si on prend l'habitude de ne pas écouter la raison, au lieu de se développer elle s'éteint de plus en plus.

Pour développer la raison, il faut le vouloir sincèrement. Si d'une part vous vous dites : "Je veux développer la raison", et que d'autre part vous n'écoutez pas ce que la raison vous dit de faire, alors vous n'arriverez jamais à rien, parce que, naturellement, si chaque fois qu'elle vous dit : "Ne fais pas ça !" ou "Fais ceci", vous faites le contraire, elle perdra l'habitude de dire quoi que ce soit.

La culture de l'être

Généralement toute éducation, toute culture, tout raffinement des sens et de l'être est une des meilleures façons de guérir l'instinct, les désirs, les passions. D'annuler ces choses ne le guérit pas ; le cultiver, l'intellectualiser, le raffiner, ça, c'est le plus sûr moyen de guérir. Donner le maximum de développement possible pour le progrès et pour le développement, pour atteindre à un certain sens d'harmonie et d'exactitude de perception, ça, ça fait partie de la culture de l'être, de l'éducation de

L'éducation est certainement un des meilleurs moyens pour préparer la conscience pour un développement supérieur. Il y a des gens avec des natures très frustes et très simples, qui peuvent avoir de grandes aspirations et arriver à un certain développement spirituel, mais la base sera toujours d'une qualité inférieure, et dès qu'ils reviendront dans leur conscience ordinaire ils y trouveront des obstacles, parce que l'étoffe est trop mince, qu'il n'y a pas suffisamment d'éléments dans leur conscience vitale et matérielle pour pouvoir supporter la descente d'une force supérieure.

Les désirs d'un enfant

Douce Mère, comment est-ce qu'on peut aider un enfant à sortir de cette habitude de demander toujours ?

Il y a bien des moyens. Mais il faudrait d'abord savoir si, simplement, on ne l'arrêtera pas d'exprimer librement ce qu'il pense et ce qu'il sent. Parce que c'est ça que les gens font d'habitude. Ils grondent, même quelquefois ils punissent ; et alors, l'enfant prend l'habitude de cacher ses désirs. Mais il ne les guérit pas. Et si,

n'est-ce pas, on lui dit toujours: "Non, tu n'auras pas ça", alors, simplement, en lui, il y a cet état d'esprit qui s'installe : "Ah, quand on est petit on ne vous donne rien...Il faut attendre qu'on soit grand. Quand je serai grand, j'aurai tout ce que je veux !" C'est comme ça. Mais ça ne les guérit pas. C'est très difficile d'élever un enfant. Il y a un moyen, qui consiste à lui donner ce qu'il veut ; et naturellement, la minute d'après il voudra autre chose, parce que c'est la loi, la loi du désir, de n'être jamais satisfait. Et alors, on peut, s'il est intelligent, on peut lui dire: "Mais tu vois, tu insistais tellement pour avoir ça et maintenant tu n'y tiens plus. Tu veux autre chose." Mais s'il était très malin, il répondrait ceci : "Eh bien, la meilleure façon de me guérir, c'est de me donner ce que je demande."

Il y a des gens qui gardent cette idée-là pendant toute leur vie. Quand on leur dit qu'il faut surmonter ses désirs, ils disent : "La plus facile manière, c'est de les satisfaire." C'est d'une logique qui paraît impeccable. Mais le fait est que ce n'est pas l'objet du désir qu'on doit changer, c'est l'impulsion du désir, le mouvement du désir. Et pour cela, il faut beaucoup de connaissance, ce qui est difficile pour un très jeune enfant.(...)

Au fond, il faudrait peut-être commencer par déplacer le mouvement vers des choses qui sont meilleures à avoir au point de vue véritable, et qui sont plus difficiles à obtenir. Si l'on pouvait changer cette espèce d'impulsion du désir vers un... Par exemple, si l'on pouvait, quand un enfant est plein de désirs, lui donner un désir d'une qualité supérieure — au lieu que ce soit pour des objets purement matériels, n'est-ce pas, une satisfaction tout à fait transitoire —, si l'on pouvait éveiller en lui le désir de savoir, le désir d'apprendre, le désir de devenir un être remarquable... comme ça, en commençant par cela. Comme ce sont des choses difficiles à faire, alors, petit à petit, il développera sa volonté vers ces choses-là. Ou même, au point de vue matériel, le désir de faire une chose difficile, comme, par exemple, de fabriquer un jouet qui est difficile à faire, ou de lui donner un jeu, comme le jeu de patience, qui demande une grande somme de persévérance pour le faire.

Si on peut les orienter — cela demande beaucoup de clarté, beaucoup de patience, mais cela peut se faire —, si on peut les orienter vers quelque chose comme cela, à réussir aux jeux très difficiles, ou à exécuter une chose qui demande beaucoup de soin et d'attention, et les pousser dans une ligne comme celle-là, pour que cela exerce en eux une volonté persévérante, alors, cela peut avoir des résultats : détourner leur attention de certaines choses et la tourner vers d'autres. Cela demande un soin constant, et cela paraît être le moyen le plus... je ne peux pas dire le plus facile, parce que ce n'est certainement pas facile, mais le moyen le plus efficace.

Désir et besoin

Il est très difficile de trouver la frontière entre un besoin véritable et un désir

(naturellement, l'idéal yoguique est de ne jamais avoir de besoin et, par conséquent, de ne jamais rien vouloir), mais ceci est écrit pour toutes les personnes de bonne volonté qui essayent de se connaître et de se contrôler. Et là, nous sommes vraiment en présence d'un problème qui nécessite une sincérité merveilleuse, car la première façon du vital d'aborder la vie, c'est par le désir — et pourtant, il y a des choses nécessaires. Comment savoir si elles sont nécessaires, sans désir?... Pour cela, il faut une observation très, très attentive, et, s'il y a quelque chose au-dedans de vous qui fait comme une petite vibration intense, vous pouvez être sûr qu'il y a un désir. Par exemple, vous dites : "Telle nourriture m'est nécessaire" — on croit, on s'imagine, on pense avoir besoin de telle ou telle chose et l'on prend les mesures nécessaires pour l'obtenir. Pour savoir si c'est un besoin ou un désir, il faut se regarder très attentivement et se dire : "Qu'est-ce qui arrivera si je ne peux pas l'avoir?" Alors, si la réponse immédiate est: "Oh! ce sera très mauvais", vous pouvez être sûr qu'il s'agit d'un désir. C'est la même chose pour tout. Pour chaque problème, vous vous reculez, vous vous regardez et vous dites: "Voyons, est-ce que je vais l'avoir?" Si à ce moment-là quelque chose en vous saute de joie, vous pouvez être certain que c'est un désir. Au contraire, si quelque chose dit : "Oh ! je ne vais pas l'avoir" et vous vous sentez très déprimé ; alors, de nouveau, c'est un désir.

Abandonner son désir

Il y a le Bouddha qui a dit qu'il y avait une plus grande joie à surmonter un désir qu'à le satisfaire. C'est une expérience que tout le monde peut faire et qui est vraiment tout à fait intéressante, tout à fait intéressante.(...) Il y a une sorte de communion intérieure avec l'être psychique qui se produit au moment où volontairement on abandonne un désir, qui fait qu'on a une joie beaucoup plus grande que si on avait satisfait son désir.

D'ailleurs, d'une façon presque générale, presque sans exception, quand on satisfait un désir, ça laisse toujours une sorte de goût amer quelque part. Il n'y a pas de désir satisfait qui ne donne pas une sorte d'amertume ; comme quand on a mangé un bonbon trop sucré, ça vous remplit la bouche d'amertume. C'est comme ça. Il faut essayer sincèrement. Naturellement, il ne faut pas prétendre abandonner le désir et le garder dans un coin, parce qu'alors là on est très malheureux. Il faut le faire sincèrement.

Petites victoires

Si vous pouvez en vous-même, par un effort de conscience et de connaissance intérieures, surmonter, c'est-à-dire dissoudre et abolir un désir vraiment, et que vous soyez capable, par la bonne volonté intérieure, par la conscience, par la lumière, la connaissance, de dissoudre le désir, vous serez d'abord, pour vous

personnellement, cent fois plus heureux que si vous aviez satisfait ce désir, et puis cela aura un effet merveilleux. Cela aura une répercussion dans le monde, dont vous n'avez pas idée. Cela se répandra. Parce que les vibrations que vous avez créées continueront de se répandre. Ce sont des choses qui s'amplifient comme la boule de neige. La victoire que vous remportez dans votre caractère, si petite soit-elle, est une victoire qui pourra être remportée dans le monde entier.(...)

Si vous voulez vraiment faire quelque chose de bien, ce que vous avez de mieux à faire, c'est de remporter vos petites victoires en toute sincérité, l'une après l'autre, et ainsi vous ferez pour le monde le maximum de ce que vous pouvez faire.

Commencer par soi

Vous ne pouvez rien faire sur les autres à moins que vous ne soyez capable de le faire sur vous-même. Vous ne pouvez jamais donner un bon conseil à quelqu'un à moins que vous ne soyez capable de vous donner le bon conseil à vous-même, d'abord, et de le suivre. Et si vous voyez une difficulté quelque part, la meilleure façon de changer cette difficulté est de la changer en vous-même, d'abord. Si vous voyez un défaut en quelqu'un, vous pouvez être sûr qu'il est en vous, et vous commencez à le changer en vous. Et quand vous l'aurez changé en vous, vous serez très fort pour le changer dans les autres. Et c'est une chose admirable, les gens ne se rendent pas compte que c'est une grâce infinie, que cet univers est arrangé de telle façon qu'il y a une collection de substance, depuis la substance la plus matérielle jusqu'à la spiritualité la plus haute, tout cela rassemblé dans ce qu'on appelle une petite individualité, mais à la disposition d'une Volonté centrale. Ça, c'est à vous, votre champ de travail, personne ne peut vous l'enlever, c'est votre bien, propre. Et dans la mesure où vous pourrez travailler là-dessus, vous pourrez avoir une action dans le monde. Mais seulement dans cette mesure-là. Il faut faire plus pour soi-même, d'ailleurs, que l'on ne fait pour les autres.

MORALE, RELIGION, YOGA

Spiritualité et moralité

Il y a une grande différence entre la spiritualité et la moralité, deux choses que l'on confond constamment. La vie spirituelle, la vie du yoga, a pour but une croissance aboutissant à l'union avec la conscience divine, et pour résultat, de purifier, intensifier, glorifier et perfectionner ce qui est en chacun de nous. Elle nous donne le pouvoir de manifester le Divin ; elle exhausse le caractère de chaque personnalité jusqu'à sa pleine valeur et l'amène au maximum de son expression. Car ceci fait partie du plan divin.

La morale, au contraire, procède par construction mentale, et, avec un certain nombre de principes sur ce qui est bon et ce qui ne l'est pas, érige un type idéal auquel chacun doit ressembler. Cet idéal moral diffère en ses constituants et en son ensemble, suivant les temps et les lieux. Et cependant, il se proclame toujours unique en son genre, un absolu catégorique ; il n'en admet aucun autre en dehors de lui ; il ne tolère même pas de variation au-dedans de lui-même. Tous les hommes doivent être fondus dans le moule unique d'un seul idéal, tous doivent être faits semblables, uniformément et sans exception. C'est parce que la morale est de par sa nature même si rigide et irréaliste, qu'elle est, dans son principe et son action, le contraire de la vie spirituelle.

Il est vrai que la vie spirituelle révèle l'essence unique en tous ; mais elle en dévoile aussi la diversité infinie. Elle travaille à la diversité dans l'unité et à la perfection dans cette diversité. La morale érige un modèle artificiel, contraire à la variété de la vie et à la liberté de l'esprit. Faisant une création mentale fixe et limitée, elle demande à tous de s'y conformer. Tous doivent travailler à acquérir les mêmes qualités et la même nature idéale. La morale n'est pas divine et ne vient pas du Divin ; elle est faite par l'homme et n'est qu'humaine. Elle établit à sa base une division rigide entre le bien et le mal ; mais c'est une notion arbitraire. Elle prend des choses relatives et veut les imposer comme des absolus ; mais ce bien et ce mal diffèrent avec les climats, les époques, les pays.

Certaines notions morales vont jusqu'à affirmer qu'il y a de bons désirs et de mauvais désirs, et demandent que l'on rejette les uns et accepte les autres. Mais la vie spirituelle implique le rejet de tout désir. Sa loi est d'écarter de soi tous les mouvements susceptibles d'éloigner du Divin. On doit les repousser, non parce qu'ils sont mauvais en eux-mêmes — car ils peuvent être bons pour un autre homme et dans une autre sphère — mais parce qu'ils font partie des impulsions,

des forces ignorantes et non illuminées qui se tiennent en travers du chemin menant vers le Divin. Tous les désirs, bons ou mauvais, appartiennent à cette catégorie ; car le désir, quel qu'il soit, provient d'un vital obscur et ignorant. D'autre part, on doit accepter tous les mouvements qui rapprochent du Divin. On les accepte, non parce qu'ils sont bons en eux-mêmes, mais parce qu'ils mènent vers le Divin.

Acceptez donc tout ce qui vous conduit au Divin, rejetez tout ce qui vous en éloigne. Mais ne dites pas : ceci est bien et cela est mal, et n'essayez pas d'imposer votre point de vue aux autres, car le chemin des autres peut être très différent du vôtre ; et même, ce que vous appelez mauvais, est très souvent tout à fait excellent pour votre voisin qui ne s'efforce pas de réaliser la vie divine.

La morale est-elle une aide ?

Douce Mère, est-ce que la morale ne nous a pas aidés à augmenter notre conscience ?

Cela dépend des gens. Il y a des gens que cela aide, il y a des gens que cela n'aide *pas du tout*.

La morale est une chose tout à fait artificielle et arbitraire, et dans la majorité des cas, parmi les meilleurs, elle enraye le véritable effort spirituel par une sorte de satisfaction morale que l'on est dans le droit chemin et que l'on est un honnête homme, et que l'on fait son devoir, et que l'on satisfait à toutes les nécessités morales de la vie. Alors, on est si satisfait de soi que l'on ne bouge plus et que l'on ne fait plus de progrès.

Il est très difficile pour un homme vertueux d'entrer sur le chemin de Dieu ; on l'a dit très souvent, mais c'est tout à fait vrai, parce qu'il est *très* satisfait de lui-même, il a l'impression qu'il a réalisé ce qu'il devait réaliser, il n'a plus ni aspiration ni même cette humilité élémentaire qui fait que l'on veut faire des progrès. N'est-ce pas, celui que l'on appelle ici un homme sattvique, généralement il est assis très confortablement dans sa vertu et ne pense jamais à en sortir. Alors cela vous met à des millions de lieues de la réalisation divine.

Ce qui aide, jusqu'à ce que l'on ait trouvé la lumière intérieure, c'est de se faire à soi-même un certain nombre de règles, qui naturellement ne doivent pas être tout à fait rigides et fixes, mais qui doivent être assez précises pour s'empêcher de sortir complètement du droit chemin ou de faire des erreurs irréparables — des erreurs dont on subit la conséquence dans toute sa vie.

Pour cela, il est bon d'ériger en soi un certain nombre de principes, mais qui doivent être pour chacun en accord avec sa nature. Si vous adoptez une règle sociale, collective, vous vous mettez immédiatement dans l'esclavage de cette règle sociale, et alors cela vous empêche presque radicalement de faire un effort

de transformation.

Servir l'humanité

Pourquoi voulez-vous servir l'humanité, quelle est votre idée? C'est de l'ambition, c'est pour devenir un grand homme parmi les hommes. C'est difficile à comprendre?... Je vois bien !

Le Divin est partout. Donc si l'on sert l'humanité, on sert le Divin ?

C'est merveilleux ! La chose la plus claire dans cette affaire, c'est de dire : "Le Divin est en moi-même. Si je me sers moi-même, je sers aussi le Divin !" (*rires*) En effet, le Divin est partout. Le Divin fera sa propre affaire très bien sans vous.

Je vois bien que vous ne comprenez pas. Mais vraiment, si vous compreniez que le Divin est là, en toute chose, de quoi vous mêlez-vous de servir l'humanité? Pour servir l'humanité il faut que vous sachiez mieux que le Divin ce qu'il faut faire pour elle. Savez-vous mieux que le Divin comment servir ?

Le Divin est partout. Oui. Les choses n'ont pas l'air d'être divines... Pour moi, je ne vois qu'une solution: si vous voulez aider l'humanité, il n'y a qu'une chose à faire, c'est de vous prendre aussi totalement que possible et de vous offrir au Divin. Voilà la solution. Parce que comme cela, au moins, la réalité matérielle que vous représentez pourra ressembler un peu plus au Divin.

On dit que le Divin est en toute chose. Pourquoi les choses ne changent-elles pas? Parce que le Divin n'obtient pas de réponse, toute chose ne répond pas au Divin. Il faut chercher au fond de la conscience pour Le voir. Qu'est-ce que vous voulez faire pour servir l'humanité? Donner à manger aux pauvres? Vous pouvez en nourrir des millions, ce ne sera pas une solution, le problème restera le même. Donner des conditions nouvelles et meilleures à l'humanité? Le Divin est en elle, comment se fait-il que cela ne change pas? Le Divin doit savoir mieux que vous les conditions de l'humanité. Qu'est-ce que vous êtes? Vous ne représentez qu'une petite quantité de conscience et une petite quantité de matière, c'est cela que vous appelez "moi". Si vous voulez aider l'humanité, le monde ou l'univers, la seule chose à faire est que cette petite quantité-là soit entièrement donnée au Divin. Pourquoi le monde n'est-il pas divin?... Il est clair que le monde n'est pas en ordre. Alors la seule solution au problème est de donner ce qui vous appartient. Donnez-le totalement, entièrement au Divin — pas seulement pour vous-même mais pour l'humanité, pour l'univers. Il n'y a pas de meilleure solution. Comment voulez-vous aider l'humanité? Vous ne savez même pas ce qu'il lui faut ! Peut-être savez-vous encore beaucoup moins quelle puissance vous servez. Comment pouvez-vous changer quelque chose sans justement avoir changé vous-même ?

En tout cas, vous n'êtes pas assez puissant pour le faire. Comment voulez-vous aider un autre si vous n'avez pas une conscience plus haute que lui? C'est une idée

tellement enfantine ! Ce sont les enfants qui disent : j'ouvre un dortoir, je vais construire une crèche, offrir de la soupe aux pauvres, prêcher une connaissance, répandre une religion... C'est seulement parce que vous considérez que vous êtes meilleur que les autres, que vous savez mieux qu'eux ce qu'ils doivent être ou faire. Voilà ce que c'est, servir l'humanité. Vous voulez continuer tout cela? Cela n'a pas changé grand-chose. Ce n'est pas pour aider l'humanité qu'on ouvre un hôpital ou une école.(...)

Vous pouvez ouvrir des millions d'hôpitaux, cela n'empêchera pas les gens d'être malades. Au contraire, ils auront toute facilité et tout encouragement pour tomber malades. On est pétri d'idées de ce genre. Cela met votre conscience à l'aise : "Je suis venu au monde, je dois aider les autres." On se dit: "Comme je suis désintéressé! Je vais aider l'humanité." Tout cela n'est rien que de l'égoïsme.

En fait la première humanité qui vous concerne, c'est vous-même. Vous voulez atténuer la souffrance, mais à moins que vous ne puissiez changer la capacité de souffrir en une certitude d'être heureux, le monde ne changera pas. Ce sera toujours pareil, on tourne en rond — une civilisation suit l'autre, une catastrophe suit l'autre. Mais la chose ne change pas, parce qu'il y a quelque chose qui manque, quelque chose qui n'est pas là: c'est la conscience. C'est tout.

La religion

La religion appartient au mental supérieur de l'humanité. C'est l'effort de l'homme pour s'approcher, dans la mesure de son pouvoir, de quelque chose qui le dépasse et auquel il donne les noms de Dieu, d'esprit, de vérité, de foi, de connaissance ou d'infini, une sorte d'absolu que le mental humain ne peut atteindre et que, cependant, il s'efforce d'atteindre. La religion peut être divine dans son origine première ; dans sa nature actuelle, elle n'est pas divine, mais humaine.

En fait, nous devrions parler des religions, plutôt que de la religion ; car les religions faites par les hommes sont innombrables. (...)

Le premier et principal article de foi de ces religions établies et formelles est toujours : "Ma religion possède la vérité suprême, la seule ; toutes les autres sont dans le mensonge ou, en tout cas, sont inférieures." Car sans ce dogme fondamental, aucune religion fondée sur la croyance n'aurait pu exister. Si vous n'êtes pas convaincu et ne proclamez pas que vous seul possédez la vérité unique, la plus haute vérité, vous ne pourrez pas impressionner les gens et les faire accourir vers vous en foule.

Cette attitude est naturelle à la mentalité religieuse ; mais c'est précisément ce qui rend la religion si contraire à la vie spirituelle. Les articles et dogmes d'une religion sont des productions du mental, et si vous vous attachez à eux et que vous vous enfermez dans un code de vie tout fait, vous ne connaissez pas et ne pouvez

pas connaître la vérité de l'esprit qui se tient libre et vaste au-delà de tous les codes et de tous les dogmes. Quand vous vous arrêtez à une croyance religieuse, vous liant à elle et la prenant pour la seule vérité dans le monde, vous arrêtez du même coup la marche en avant et l'épanouissement de votre être intérieur.

Cependant, si l'on considère la religion sous un autre angle, elle n'est pas nécessairement un obstacle au progrès de tous les hommes. Si on la regarde comme l'une des plus hautes activités de l'humanité, et si l'on peut y voir les aspirations des hommes, sans pour cela ignorer l'imperfection de tout ce qui est de fabrication humaine, elle peut bien prendre sa place parmi les choses qui aident à s'approcher de la vie spirituelle. En prenant la religion de façon sérieuse et attentive, on peut découvrir la vérité qui s'y trouve, l'aspiration qui est cachée derrière les formes, l'inspiration divine qui était à son origine et a subi tant de déformations par le fait de l'intervention, l'interprétation et l'organisation humaines ; et, avec une position mentale appropriée, on peut faire que la religion, même telle qu'elle est, jette de la lumière sur le chemin et serve comme une aide dans l'effort spirituel.

Yoga et religion

Douce Mère, quelle la différence entre le yoga et la religion ?

Ah ! mon enfant... c'est comme si tu me demandais quelle est la différence entre un chien et un chat !

(long silence)

Imagine quelqu'un qui, d'une façon quelconque, a entendu parler de quelque chose comme le Divin, ou qui a un sentiment personnel qu'il y a quelque chose comme cela, et qui se met à faire des efforts de tous genres : des efforts de volonté, des efforts de discipline, des efforts de concentration, toutes sortes d'efforts pour trouver ce Divin, pour découvrir ce que c'est, pour en prendre connaissance et pour s'unir à Lui. Alors, cette personne fait un yoga.

Maintenant, si cette personne a noté tous les procédés qu'elle a employés et qu'elle construise un système fixe, et que tout ce qu'elle a découvert, elle l'érigé en lois absolues — par exemple, elle dit : "Le Divin est comme ceci, pour trouver le Divin il faut faire comme cela, tel geste, telle attitude, telle cérémonie", et il faut que vous admettiez que c'est cela, la vérité, que vous disiez : "Je reconnais que cela, c'est la Vérité et j'adhère pleinement à cela, et votre méthode est la seule bonne, la seule qui existe" —, si tout cela est écrit, organisé, arrangé en lois et en cérémonies fixes, cela devient une religion.

L'enseignement de Sri Aurobindo

Beaucoup de gens disent que l'enseignement de Sri Aurobindo est une religion

nouvelle. Est-ce que toi, tu dirais que c'est une religion ?

Ceux qui le disent sont des sots qui ne savent même pas de quoi ils parlent. Il suffit de lire tout ce que Sri Aurobindo a écrit pour savoir qu'il est impossible de baser une religion sur son œuvre, puisque, pour chaque problème, chaque question, il présente tous les aspects en montrant la vérité contenue dans chaque façon de voir, et il explique que pour atteindre la Vérité, il faut effectuer une synthèse qui dépasse toutes les notions mentales et émerger dans une transcendance au-delà de la pensée.(...)

Je répète que lorsque nous parlons de Sri Aurobindo, il ne peut être question d'enseignement ni même de révélation, mais d'une action du Suprême ; sur cela, aucune religion ne peut être fondée.

Mais les hommes sont si fous qu'ils peuvent changer n'importe quoi en une religion, tant ils ont besoin d'un cadre fixe pour leur pensée étroite et leur action limitée. Ils ne se sentent en sécurité que lorsqu'ils peuvent affirmer : ceci est vrai et cela ne l'est pas ; mais cette affirmation devient impossible à quiconque a lu et compris ce que Sri Aurobindo a écrit. La religion et le yoga ne sont pas situés sur le même plan de l'être, et la vie spirituelle ne peut exister dans toute sa pureté que si elle est libre de tout dogme mental.

Pour faire le yoga

N'est-ce pas, on peut avoir une très bonne volonté, une vie orientée vers une réalisation divine, en tout cas une sorte de consécration plus ou moins superficielle à une action divine, *et ne pas faire le yoga*.

Faire le yoga de Sri Aurobindo c'est vouloir se transformer intégralement, c'est avoir un but unique dans la vie : c'est que tout le reste n'existe plus, cela seul existe. Et alors, on le sent bien en soi-même si on veut ou si on ne veut pas ; mais si on ne veut pas, on peut avoir une vie de bonne volonté, une vie de service, une vie de compréhension ; on peut travailler à ce que l'Œuvre puisse s'accomplir plus facilement — tout ça —, on peut faire beaucoup de choses. Mais entre ça et faire le yoga, il y a une grande différence.

Et pour faire le yoga il faut le vouloir consciemment, il faut savoir ce que c'est, d'abord. Il faut savoir ce que c'est, il faut en prendre la résolution ; mais une fois qu'on a pris la résolution, alors il ne faut plus broncher. C'est pour ça qu'il faut la prendre en toute connaissance de cause. Il faut savoir ce qu'on décide quand on dit que "Je veux faire le yoga" ; et c'est pour ça que je ne pense pas vous avoir jamais pressés à ce point de vue-là.(...)

Mais le jour où vous faites un choix — quand vous l'aurez fait en toute sincérité, et que vous aurez senti au-dedans de vous une décision radicale —, alors c'est différent. Il y a la lumière et le chemin à suivre, tout droit, et il ne faut pas en

dévier. Il ne trompe personne, vous savez, le yoga, ce n'est pas une plaisanterie. Il faut savoir ce que l'on fait quand on le choisit. Mais quand on le choisit il faut s'y tenir. On n'a plus le droit de broncher. Il faut aller tout droit. Voilà.(...)

Faire le yoga, ce yoga de transformation qui est de toutes choses la plus ardue, c'est seulement si on sent qu'on est venu ici pour ça (je veux dire ici sur la terre) et qu'on n'a pas autre chose à faire que ça, et que c'est la seule raison de votre être ; même si vous devez peiner, souffrir, lutter, ça n'a aucune importance. "C'est ça que je veux, et rien d'autre", alors c'est différent. Autrement je dirai : "Soyez heureux et soyez bons, et c'est tout ce qu'on vous demande. Soyez bons, dans le sens d'être compréhensifs, de savoir que les conditions dans lesquelles vous avez vécu sont des conditions exceptionnelles, et tâchez de vivre d'une vie plus haute, plus noble, plus vraie que la vie ordinaire, afin de laisser un peu de cette conscience, de cette lumière et de sa bonté s'exprimer dans le monde. C'est très bien." Voilà.

Mais une fois que vous avez mis le pied sur la route du yoga, il faut avoir une résolution de fer et marcher tout droit jusqu'au bout. Coûte que coûte.

Pourquoi désirez-vous le yoga ?

Pourquoi désirez-vous le yoga? Pour acquérir du pouvoir? Pour atteindre la paix et le calme? Pour servir l'humanité ?

Aucun de ces motifs ne suffit à prouver que vous êtes prêt pour le sentier. La question à laquelle il vous faut répondre est celle-ci :

Désirez-vous le yoga pour l'amour du Divin ? Le Divin est-il le but suprême de votre vie, à tel point qu'il vous serait totalement impossible de vous en passer ? Croyez-vous que votre véritable raison d'être soit le Divin et que sans lui votre existence serait morne et dépourvue de sens?

Dans ce cas, et alors seulement, on peut dire que vous êtes prêt pour le sentier.

Voici la première étape : aspiration au Divin.

La seconde étape consiste à renforcer cette aspiration, à la tenir constamment en éveil, à la rendre vivante et puissante. Seule, la concentration vous mènera vers ce but — concentration sur le Divin pour obtenir une absolue et intégrale consécration à sa volonté et à ses fins.

Concentrez-vous dans le cœur. Pénétrez-y aussi loin, aussi profondément que possible. Retirez vers vous tous les fils épars de votre conscience dispersée ; rassemblez-les et plongez dans le silence de votre être intérieur.

Une flamme brûle dans la calme profondeur de votre cœur: c'est le Divin en vous — votre être véritable. Écoutez sa voix. Obéissez à ses inspirations.

SOUMISSION, DON DE SOI, HUMILITE

Les deux chemins du yoga

Deux chemins mènent au yoga : la discipline (*tapasyâ*) et la soumission.

Le premier est ardu. Là, vous êtes livré à vos propres moyens, vous ne pouvez compter que sur vous-même, vous vous élevez et vous réalisez en proportion de vos forces. Le danger de tomber vous accompagne à chaque pas, et, si vous tombez, vous roulez au fond d'un abîme d'où il est rare que l'on puisse sortir.

L'autre chemin, celui de la soumission, est sûr et certain. C'est ici, cependant, que les gens d'Occident trouvent leur difficulté. On leur a enseigné à craindre et à éviter tout ce qui pouvait menacer leur indépendance personnelle ; ils ont sucé avec le lait de leur mère le sens de leur individualité. Et la soumission veut dire l'abandon de tout cela.

En d'autres termes, vous pouvez vous conformer, comme dit Râmakrishna, au petit singe ou au petit chat. Le petit singe s'agrippe à sa mère pour qu'elle le transporte, et il doit s'accrocher bien fort, car s'il desserrait son étreinte, il tomberait. À rencontre du singe, le bébé chat ne se tient pas à sa mère, mais est tenu par elle ; il n'a ni crainte ni responsabilité ; il n'a rien d'autre à faire qu'à se laisser porter en criant : ma, ma.

Fais de moi ce que Tu veux

La soumission est la décision prise de remettre au Divin la responsabilité de votre vie. Sans cette décision, rien n'est possible ; si vous ne faites pas votre soumission, le yoga est entièrement hors de question. Le reste vient ensuite naturellement, car tout le cours du yoga débute par la soumission. Vous pouvez faire votre soumission, soit à l'aide de la connaissance, soit à l'aide de la dévotion. Vous pouvez avoir une forte intuition que seul le Divin est la Vérité, et une conviction lumineuse que sans Lui vous ne pouvez rien faire. Ou vous pouvez avoir le sentiment spontané que ce chemin est le seul qui mène vers le bonheur, un fort élan psychique pour appartenir exclusivement au Divin : "Je ne m'appartiens pas à moi-même", dites-vous, et vous passez à la Vérité la responsabilité de votre être. Ensuite vient le don de soi: "Me voici, une créature de qualités diverses, bonne et mauvaise, sombre et illuminée. Je m'offre à Toi tel que je suis ; accepte-moi avec tous mes hauts et mes bas, mes impulsions et mes tendances contradictoires ; fais de moi ce que Tu veux."

La joie du don intégral

Par soumission, nous n'entendons rien de ce genre, mais un don de soi spontané, le don de votre moi au Divin, à une plus grande conscience dont vous faites partie. La soumission ne vous diminuera pas, mais vous augmentera ; elle ne réduira pas, ni n'affaiblira, ni ne détruira votre personnalité, mais au contraire la fortifiera et l'agrandira. Par soumission, nous voulons dire un don intégral, fait librement, avec toute la félicité que le mouvement comporte ; il n'y a aucun sens de sacrifice en cela. Si vous avez la moindre sensation que vous faites un sacrifice, alors ce n'est plus la vraie soumission ; car cela implique que vous vous réservez ou que vous essayez de vous donner, mais à contrecœur, avec douleur et effort — et ainsi vous n'avez pas la joie du don — ou peut-être même n'avez-vous pas le sentiment de vous donner, mais celui d'être pris de force. Quand vous faites quoi que ce soit avec le sentiment que votre être subit une contrainte, soyez sûr que vous le faites de la mauvaise manière.

La vraie soumission vous élargit, elle augmente votre capacité ; elle vous donne, en qualité et en quantité, une plus grande mesure que celle que vous auriez jamais eue par vous-même. Cette plus grande mesure de qualité et de quantité est différente de tout ce que vous auriez pu atteindre autrement ; vous entrez dans un autre monde, dans une ampleur où vous n'auriez jamais pu pénétrer si vous n'aviez fait votre soumission. C'est comparable à une goutte d'eau qui tombe dans la mer ; si elle y gardait son identité séparée, elle ne serait qu'une petite goutte d'eau et rien de plus, une petite goutte écrasée par l'immensité qui l'entoure ; mais en perdant sa forme propre, elle se fond dans la mer, s'unit à elle et participe de sa nature, de son pouvoir et de son immensité. Ainsi en est-il de la vraie soumission.

La soumission la plus importante

La soumission la plus importante, c'est la soumission de votre caractère, de votre manière d'être afin qu'elle puisse changer. Si vous ne faites pas la soumission de la nature que vous avez en propre, jamais cette nature ne changera. C'est cela, le point le plus important. Vous avez certaines manières de comprendre, certaines manières de réagir, certaines manières de sentir, presque certaines manières de progresser, et surtout une façon spéciale d'envisager la vie et d'attendre d'elle certaines choses, eh bien, c'est cela que vous devez soumettre. C'est-à-dire que, si vous voulez vraiment recevoir la Lumière divine et vous transformer, c'est toute votre manière d'être qu'il faut offrir - offrir en l'ouvrant, en la rendant aussi réceptive que possible, afin que la Conscience divine, qui voit comment vous devez être, puisse agir directement et changer tous ces mouvements en des mouvements plus vrais, plus conformes à votre vérité propre. C'est infiniment plus important que de soumettre ce que l'on fait. Ce n'est pas ce que l'on fait (ce que l'on fait est très important, c'est bien entendu), mais le plus

important, c'est ce que l'on *est*. Quelle que soit l'activité, ce n'est pas exactement la manière de faire mais l'état de conscience dans lequel on fait, qui est important. Vous pouvez travailler, faire un travail désintéressé sans aucune idée de profit personnel, travailler pour la joie de travailler, mais si vous n'êtes pas prêt, en même temps, à laisser ce travail, à changer de travail ou à changer la manière de travailler, si vous tenez à la façon dont vous faites le travail, votre soumission n'est pas complète. Il faut que vous arriviez au point où toute chose est faite parce que vous sentez en vous, d'une façon très claire, de plus en plus impérieuse, que c'est cela qui doit être fait et de cette manière-là, et que vous ne le faites qu'à cause de cela. Vous ne le faites pour aucune raison d'habitude, d'attachement ou de préférence, ni même de conception, même de préférence pour l'idée que c'est la meilleure chose à faire, sinon votre soumission n'est pas totale.

Le yoga est fondé sur l'offrande

Yoga veut dire union avec le Divin, et l'union s'effectue grâce à l'offrande ; elle est fondée sur l'offrande de votre être au Divin. Au début, vous faites cette offrande d'une façon générale, comme une fois pour toutes ; vous dites : "Je suis un serviteur du Divin ; ma vie est entièrement donnée au Divin ; tous mes efforts tendent vers la réalisation de la Vie Divine." Mais ce n'est que le premier pas, car ce n'est pas suffisant. Quand votre résolution a été prise, quand vous avez décidé que votre vie entière serait consacrée au Divin, il vous reste encore à vous en souvenir à chaque moment, et à le mettre à exécution dans tous les détails de votre existence. Vous devez sentir à chaque pas que vous appartenez au Divin ; vous devez avoir constamment l'expérience que, dans tout ce que vous pensez et faites, c'est toujours la Conscience Divine qui agit à travers vous. Dorénavant, vous n'avez plus rien que vous puissiez appeler vôtre ; vous sentez que toutes choses viennent du Divin, et qu'il vous faut les retourner à leur source. Quand vous êtes à même de comprendre et d'éprouver cela, alors, même la plus petite chose, à laquelle vous n'attachiez auparavant que peu ou pas d'importance et de soin, cesse d'être triviale ou insignifiante ; elle devient pleine de sens et ouvre devant vous un vaste horizon d'observation et d'étude.

Voici comment il faut vous y prendre pour transformer votre offrande d'ensemble en offrande de détail. Vivez constamment dans la présence du Divin ; vivez dans le sentiment que c'est cette présence qui vous fait mouvoir et accomplit toute chose en vous. Offrez-lui tous vos mouvements, non seulement chaque action mentale, chaque pensée, chaque sentiment, mais aussi les activités les plus ordinaires et extérieures, comme celle de manger, par exemple ; quand vous mangez, vous devez sentir que c'est le Divin qui mange en vous. Lorsqu'il vous est possible de rassembler ainsi tous vos mouvements dans la Vie Unique, la division en vous fait place à l'unité. Vous en avez fini avec cet état où une partie de votre nature est donnée au Divin, tandis que le reste persiste dans la voie ordinaire,

occupé des choses ordinaires ; votre vie entière a pris une orientation unique ; une transformation complète s'effectue graduellement en vous.

Dans le yoga intégral, la vie intégrale, jusque dans son plus petit détail, doit être transformée, divinisée. Dans cette entreprise, il n'y a rien qui soit insignifiant ou indifférent. Vous ne pouvez pas dire : "Quand je médite, quand je lis de la philosophie ou quand j'écoute ces conversations, je me maintiens dans un état d'aspiration à la Lumière et de réceptivité à la Lumière ; mais quand je sors pour me promener ou voir des amis, je peux me permettre d'oublier tout cela." Si vous persistez dans cette attitude, vous ne serez jamais transformé et n'aurez jamais la vraie union : vous resterez toujours divisé ; au mieux, vous n'aurez que des lueurs de la vie plus haute. Vous pourrez peut-être obtenir certaines expériences, certaines réalisations dans votre conscience interne pendant votre méditation, mais votre corps et votre vie extérieure demeureront inchangés. Une illumination intérieure, qui ne tient pas compte du corps ni de la vie extérieure, n'est pas d'une grande utilité, car elle laisse le monde tel qu'il est.

La flamme dans le cœur

Je n'ai jamais vu de gens qui aient tout lâché pour venir s'asseoir dans une contemplation plus ou moins vide (parce qu'elle est plus ou moins vide), je n'ai jamais vu que ceux-là fassent des progrès, ou en tout cas leurs progrès sont très minimes. J'ai vu des êtres qui n'avaient aucune prétention de faire le yoga, qui seulement étaient enthousiasmés par l'idée de la transformation terrestre et de la descente du Divin dans le monde, et qui faisaient leur petit peu de travail avec cet enthousiasme dans le cœur, en se donnant totalement, sans réserve, sans idée égoïste de salut personnel, ceux-là, je les ai vus faire des progrès magnifiques, vraiment magnifiques. Et quelquefois ils sont admirables. J'ai vu des sannyâsins, j'ai vu des gens qui vivent dans des monastères, j'ai vu des gens qui faisaient profession d'être des yogis, eh bien, je ne donnerais pas un des autres pour une dizaine de ceux-là.(...) Ce n'est pas en vous enfuyant du monde que vous allez le changer. C'est en y travaillant, modestement, humblement, mais avec une flamme dans le cœur, quelque chose qui brûle comme une offrande.

Ascétisme et bon sens

Non ! Vous ne guérissez rien. Vous vous donnez seulement l'illusion que vous avez progressé, mais vous ne guérissez rien... La preuve, c'est que si vous arrêtez vos moyens ascétiques, c'est encore plus fort qu'avant, ça revient avec une vengeance.

Cela dépend de ce que tu appelles moyens ascétiques. Si c'est de ne pas te complaire à satisfaire tous tes désirs, ça, ce n'est pas de l'ascétisme, c'est du bon sens. C'est autre chose. Les moyens ascétiques, ce sont les jeûnes répétés, de

s'obliger à supporter le froid... au fond, à martyriser un peu son corps. Ça, ça vous donne seulement un orgueil spirituel, rien de plus. Cela ne maîtrise rien du tout. C'est infiniment plus facile. Les gens le font parce que c'est très facile, c'est simple. Justement parce que l'orgueil est tout à fait satisfait, que la vanité peut se gonfler, alors cela devient très facile. On fait une grande démonstration de ses vertus ascétiques, et alors on se considère comme un personnage extrêmement important, et cela vous permet de supporter beaucoup de choses.

C'est *beaucoup* plus difficile de tranquillement, posément, maîtriser ses impulsions, et les empêcher de se manifester — *beaucoup* — sans prendre des mesures ascétiques. Il est beaucoup plus difficile de ne pas être attaché aux choses que l'on possède que de ne rien posséder. Ça, c'est une chose qui est reconnue depuis des siècles. Cela demande une vertu beaucoup plus grande de ne pas être attaché aux choses que l'on possède que d'être sans possessions, ou de réduire ses possessions au strict minimum. C'est beaucoup plus difficile. C'est un degré de valeur morale très supérieur. Simplement l'attitude : quand une chose vous vient, la prendre, s'en servir ; quand, pour une raison quelconque elle s'en va, la laisser aller, et ne pas la regretter. Ne pas la refuser quand elle vient, savoir s'adapter, et ne pas la regretter quand elle s'en va.

La discipline extérieure

Mais une discipline extérieure n'aide pas ?

Si vous vous donnez une discipline à vous-même et qu'elle ne soit pas trop stupide, elle peut vous aider. Une discipline, je vous dis, les disciplines, les tapasyâs, et toutes les disciplines ascétiques, elles sont, comme on les pratique ordinairement — c'est le meilleur moyen de vous faire un orgueil, de vous construire un orgueil si formidable que jamais, jamais vous ne pourrez être converti. Il faudrait vous casser ça à coups de marteau.

La première condition, c'est une saine humilité qui vous fait voir que, à moins que vous ne soyez soutenu, nourri, aidé, éclairé, guidé par le Divin, vous n'êtes *rien du tout*. Voilà. Quand vous aurez senti cela, pas seulement compris avec la tête, mais senti jusque dans votre corps, alors vous commencerez à être sage, mais pas avant.

La vraie humilité

Quelle est la vraie manière et la mauvaise manière d'être humble ?

C'est très simple, quand on dit aux gens "soyez humbles", ils pensent tout de suite à "être humble vis-à-vis des autres hommes" et cette humilité-là est mauvaise. La vraie humilité, c'est l'humilité vis-à-vis du Divin, c'est-à-dire le sens précis, exact, *vivant*, que l'on n'est rien, que l'on ne peut rien, que l'on ne

comprend rien sans le Divin, que même si l'on est un être exceptionnellement intelligent et capable, ce n'est rien en comparaison de la Conscience divine; et cela, on doit le garder toujours, parce que toujours on a la vraie attitude de réceptivité — réceptivité humble, qui n'oppose pas de prétention personnelle vis-à-vis du Divin.

Plasticité

Ce n'est pas nécessairement celui qui a fait l'expérience qui est le plus avancé. Il lui manque un élément de simplicité, de modestie, et la plasticité qui vient du fait que l'on ne s'est pas encore développé totalement. À mesure que l'on se développe, il y a quelque chose qui se cristallise dans le cerveau ; ça devient de plus en plus fixe ; et à moins que l'on ne fasse de gros efforts, on finit par être fossilisé. C'est généralement ce qui arrive aux gens, surtout ceux qui ont fait un effort de réalisation et qui sont arrivés, ou qui ont cru qu'ils arrivaient au but. En tout cas, c'était leur but personnel. Ils l'ont atteint, ils sont arrivés. C'est fini, ils restent là. Ils se fixent, ils se disent : "Ça y est." Et ils ne bougent plus. Alors, ils peuvent vivre après cela dix ans, vingt ans, trente ans, ils ne bougeront pas. Ils sont là, ils resteront là. Ceux-là manquent de toute la souplesse d'étoffe nécessaire pour pouvoir aller plus loin et progresser. Ils sont fixés. Ce sont de très bons objets pour mettre dans un musée, mais pas pour faire du travail. C'est comme des échantillons pour montrer ce qui peut se faire, mais pas des éléments pour faire davantage. Moi, j'avoue que j'aime mieux, pour mon travail, quelqu'un qui sait très peu, qui n'a pas fait trop d'efforts, mais qui a une grande aspiration, une grande bonne volonté, et qui sent en lui cette flamme, ce besoin de progresser. Il peut savoir très peu, et avoir réalisé encore moins, mais s'il a ça au-dedans de lui, c'est une bonne étoffe avec laquelle on peut aller très loin, beaucoup plus loin.

Ouvrir les portes de son être

Ce que vous devriez faire, c'est d'ouvrir toutes grandes au Divin les portes de votre être. À partir du moment où vous cachez quelque chose, vous entrez tout droit dans le Mensonge. La moindre dissimulation de votre part vous tire immédiatement vers le bas, dans l'inconscience. Si vous voulez être pleinement conscient, tenez-vous toujours face à la Vérité ; ouvrez-vous complètement et faites tout votre possible pour la laisser pénétrer profondément en vous, dans tous les coins de votre être. Soyez absolument modeste, c'est-à-dire sachez la distance qui sépare ce que vous êtes de ce qui doit être, et ne permettez pas au mental physique grossier de croire qu'il sait alors qu'il ne sait pas, et de croire qu'il peut juger alors qu'il en est incapable. La modestie implique que l'on se donne de tout son cœur au Divin et que l'on demande l'aide ; en se soumettant on parvient à une

liberté et à une absence de responsabilité qui donnent au mental un calme absolu. C'est la seule façon d'arriver à l'union avec la Conscience divine et la Volonté divine.

SINCÉRITÉ, VIGILANCE, VOLONTÉ

Être sincère

Quelle est la vertu fondamentale à cultiver pour se préparer à la vie spirituelle ?

Je l'ai dit bien des fois, mais c'est une occasion de le répéter: c'est la sin-cé-ri-té.

Une sincérité qui doit devenir totale et absolue, parce que *seule* la sincérité est une protection sur le chemin spirituel. Si vous n'êtes pas sincère, dès le second pas vous êtes sûr de tomber et de vous casser le nez. Il y a toutes sortes de forces, de volontés, d'influences, d'entités qui sont là à guetter la moindre petite faille dans cette sincérité et qui, immédiatement, se précipitent par cette faille et commencent à vous désorganiser.

Par conséquent, avant de rien faire, de rien commencer, de rien essayer, soyez sûr *d'abord* que vous êtes non seulement aussi sincère que vous pouvez l'être, mais que vous avez l'intention de le devenir encore bien davantage.

Parce que c'est votre seule protection.

La sincérité parfaite

Au fond, quel que soit le chemin qu'on suive — que ce soit le chemin de la soumission, de la consécration, de la connaissance — , si l'on veut qu'il soit parfait, c'est toujours aussi difficile ; et il n'y a qu'un moyen, un seul, je n'en connais qu'un seul : c'est une sincérité parfaite, mais sincérité parfaite ! Savez-vous ce que c'est que la sincérité parfaite?...

Ne jamais essayer de se tromper soi-même, que jamais aucune partie de l'être n'essaye de trouver un moyen de convaincre les autres, ne jamais expliquer d'une façon favorable ce que l'on fait pour avoir une excuse à ce qu'on veut faire, ne jamais fermer les yeux quand quelque chose est désagréable, ne jamais laisser rien passer en se disant : ça n'a pas d'importance, la prochaine fois ce sera mieux.

Oh ! c'est très difficile. Essayez seulement pendant une heure et vous verrez comme c'est difficile ! Seulement une heure à être to-ta-le-ment, ab-so-lu-ment sincère. Ne rien laisser passer. C'est-à-dire que tout ce que l'on fait, tout ce que l'on sent, tout ce que l'on pense, tout ce que l'on veut, soit ex-clu-si-ve-ment le Divin !

"Je ne veux rien que le Divin, je ne pense à rien qu'au Divin, je ne fais rien que ce qui me mènera vers le Divin, je n'aime rien que le Divin."

Essayez — essayez pour voir, essayez pendant une demi-heure, vous verrez comme c'est difficile !

Le baromètre de la sincérité

Vous vous sentez comme ça, très misérable, dé jeté, un peu mécontent: "Les choses ne sont pas agréables aujourd'hui." Ce sont les mêmes qu'hier ; hier elles étaient merveilleuses, aujourd'hui elles ne sont pas agréables. Pourquoi ? Parce qu'hier vous étiez dans un état de soumission parfaite, ou plus ou moins parfaite, et qu'aujourd'hui vous n'y êtes plus. Alors ce qui était si beau hier, ne l'est plus aujourd'hui. Cette joie que vous aviez au-dedans de vous, cette confiance, cette assurance que tout ira bien, et que la grande Œuvre s'accomplira, cette certitude, tout cela, voilà, ça s'est voilé, c'est remplacé par une sorte de doute et, oui, un mécontentement: "Les choses ne sont pas belles, le monde est vilain, les gens ne sont pas agréables." Cela va quelquefois jusqu'à: "La nourriture n'est pas bonne, hier elle était excellente." C'est la même. Aujourd'hui, elle n'est pas bonne! Ça, c'est un baromètre ! Vous pouvez vous dire immédiatement qu'il y a une insincérité qui a filtré quelque part. C'est très facile à savoir, il n'y a pas besoin d'être très savant, parce que, comme Sri Aurobindo le disait dans *Les Éléments du Yoga* : On sait bien si on est heureux ou si on est malheureux, on sait si on est content ou si on est mécontent ; on n'a pas besoin de se demander, de poser des questions compliquées pour cela, on le sait ! Eh bien, c'est très simple.

En même temps que vous vous sentez malheureux, vous pouvez mettre en dessous : "Je ne suis pas sincère !" Ces deux phrases vont ensemble :

"Je me sens malheureux."

"Je ne suis pas sincère."

Maintenant, qu'est-ce qu'il y a qui ne va pas ? Alors, on commence à regarder, on a vite fait de découvrir...

Le miroir psychique

C'est la vie. On se casse le nez à la première occasion. On se dit : "Oh ! on ne peut pas être toujours si sérieux", et quand l'autre partie revient, une autre fois, on se repent amèrement: "J'étais fou, j'ai perdu mon temps, maintenant il faut que je recommence..." Quelquefois, il y a une partie qui est de mauvaise humeur, révoltée, pleine de soucis, et une autre partie qui est progressive, pleine de soumission. Tout cela, l'une après l'autre.

Il n'y a qu'un remède : il faut que ce soit toujours là, le poteau indicateur, un

miroir bien planté dans ses sentiments, dans ses impulsions, dans toutes ses sensations. On les voit dans ce miroir. Il y en a qui ne sont pas très belles ni agréables à regarder ; il y en a d'autres qui sont belles, agréables et qui doivent être gardées. On fait cela cent fois par jour s'il le faut. Et c'est très amusant. On fait comme un grand cercle autour du miroir psychique, et on arrange tous les éléments autour. S'il y a quelque chose qui ne va pas, cela fait comme une ombre grise sur le miroir : c'est un élément à déplacer, à organiser. Il faut lui parler, lui faire comprendre, il faut sortir de cette obscurité. Si vous faites cela, vous ne vous ennuyez jamais.

Que faire des mauvaises pensées ?

Mère, quand on vient à toi, on essaye d'être le mieux possible, c'est-à-dire d'avoir de très bonnes pensées; mais souvent, au contraire, toutes les mauvaises impulsions, les mauvaises pensées qu'on avait eues pendant la journée, cela vient en face.

C'est peut-être pour s'en débarrasser.

Si elles viennent, on peut en faire l'offrande et demander à s'en débarrasser.

C'est peut-être cela la raison, c'est parce que la Conscience agit pour purifier. Cela ne sert à rien de cacher les choses et de les pousser en arrière, comme ça, et de s'imaginer qu'elles ne sont pas là parce qu'on a mis un voile devant. Il vaut beaucoup mieux se voir tel qu'on est — à condition d'être prêt à abandonner cette manière d'être. Si l'on vient en laissant tous les mauvais mouvements sortir à la surface, se montrer, si on les offre, si on dit : "Eh bien, voilà comment je suis", et qu'on ait en même temps l'aspiration d'être autrement, alors cette seconde de présence est tout à fait utile ; on peut, oui, en quelques secondes, recevoir l'aide nécessaire pour se débarrasser. Tandis que si l'on arrive comme un petit saint, et qu'on s'en aille satisfait sans avoir rien reçu, ce n'est pas très utile.

Automatiquement la Conscience agit comme cela, c'est comme le rayon qui fait la lumière là où il n'y en avait pas. Mais seulement, ce qui est nécessaire, c'est d'être dans l'état où l'on *veut* donner la chose, s'en débarrasser - pas s'y accrocher et la garder. Si, sincèrement, on veut la sortir de soi, la faire disparaître, alors c'est très utile.

Offrir au lieu de repousser

Au lieu de repousser le mouvement faux, il faut l'offrir. C'est de mettre la chose, le mouvement lui-même, de le *projeter* dans la Lumière... Généralement, il se tortille et il refuse ! Mais (*riant*) c'est la seule façon. C'est pour cela que c'est si précieux, cette Conscience... N'est-ce pas, ce qui produit le refoulement, c'est l'idée du bien et du mal, une espèce de mépris, de honte de ce qui est considéré

comme mal, et alors on fait comme cela (*geste de repousser*), on ne veut pas le voir, on ne veut pas le laisser être. Il faut... La première chose — la première chose à réaliser, c'est que c'est l'infirmité de notre conscience qui fait cette division, et qu'il y a une Conscience (maintenant j'en suis sûre), il y a une Conscience où ça n'existe pas, où ce que nous appelons "mal" est aussi nécessaire que ce que nous appelons "bien", et que si nous pouvons projeter notre sensation — ou notre activité ou notre perception —, la projeter dans cette Lumière-là, c'est ça qui guérit. Au lieu de refouler ou de rejeter comme une chose que l'on veut détruire (ça ne peut pas se détruire !), il faut le projeter dans la Lumière. Ça, j'ai eu plusieurs jours d'une expérience très intéressante à cause de cela, justement au lieu de vouloir rejeter loin de soi certaines choses (que l'on n'admet pas, qui produisent un déséquilibre dans l'être), au lieu de cela, de les accepter, de les prendre comme une partie de soi-même et... (*Mère ouvre les mains*) de les offrir. Elles ne veulent pas être offertes, mais il y a un moyen de les obliger. Un moyen de les obliger: la résistance est diminuée d'autant que nous pouvons diminuer en nous le sens de désapprobation. Si nous pouvons remplacer ce sens de désapprobation par une compréhension supérieure, alors on arrive. C'est beaucoup plus facile.

Je crois que c'est cela. Tous, tous les mouvements qui tirent vers le bas, il faut les mettre en contact avec la compréhension supérieure.

Les deux côtés du travail

Il y a un côté positif et un côté négatif à ce travail.

Le côté positif est d'accroître son aspiration, de développer sa conscience, d'unifier son être, de s'intérioriser pour entrer de plus en plus en rapport avec son être psychique ; de prendre toutes les parties ou tous les mouvements, toutes les activités de son être, de les présenter devant cette conscience psychique pour qu'elles prennent leur place véritable vis-à-vis de ce centre ; en fin, d'organiser toute l'aspiration vers le Divin et le progrès vers le Divin. C'est le côté positif.

En même temps, le côté négatif consiste à refuser méthodiquement et avec discernement toutes les influences qui viennent du dehors, ou du subconscient, ou de l'inconscient, ou de l'entourage, et qui s'opposent au progrès spirituel. Il faut discerner ces influences, ces suggestions, ces impulsions, et les refuser systématiquement sans jamais se décourager de leur persistance et sans jamais céder à leur volonté. Il faut en même temps s'apercevoir dans son être des différents éléments obscurs, égoïstes, inconscients, ou même de mauvaise volonté, qui répondent, consciemment ou non, à ces influences mauvaises et qui leur permettent non seulement de pénétrer dans la conscience, mais quelquefois de s'y installer. C'est le côté négatif.

Les deux doivent être poursuivis en même temps. Suivant les moments, suivant

les occasions, suivant la facilité intérieure, il faut insister tantôt sur l'un tantôt sur l'autre, mais ne jamais les oublier, ni l'un ni l'autre.

Vigilance

La vigilance, c'est d'être éveillé, sur ses gardes, sincère - ne pas se laisser prendre par surprise. À chaque moment de la vie, quand on veut faire une sâdhanâ, il y a un choix entre faire un pas vers ce qui mène au but, et s'endormir, ou même quelquefois reculer, se dire "oh ! plus tard, pas tout de suite", s'asseoir sur le chemin.

Être vigilant, ce n'est pas seulement résister à ce qui tire vers le bas, mais surtout être en éveil pour ne pas perdre l'occasion de faire un progrès, l'occasion de surmonter une faiblesse, de résister à une tentation, l'occasion d'apprendre quelque chose, de corriger quelque chose, de maîtriser quelque chose. Si on est vigilant, on peut en quelques jours faire ce qui autrement prendrait des années. Si on est vigilant, on change chaque circonstance de la vie, chaque action, chaque mouvement en une occasion d'approcher du but.

Le rejet des mouvements inférieurs

Douce Mère, comment vider la conscience de son contenu mélangé ?

Par l'aspiration, le rejet des mouvements inférieurs, l'appel d'une force supérieure. Si l'on n'accepte pas certains mouvements, naturellement, quand ils sentent qu'ils ne peuvent pas se manifester, petit à petit ils diminuent en force et ils arrêtent de se produire. Si l'on se refuse à exprimer tout ce qui est d'une nature inférieure, petit à petit, la chose elle-même disparaît, et la conscience se vide des choses inférieures. C'est par le refus de la manifestation — je veux dire, non pas seulement dans l'action, mais aussi dans la pensée, dans le sentiment. Quand les impulsions, les pensées, les émotions viennent, si on se refuse à les manifester, si on les écarte et que l'on reste dans un état d'aspiration intérieure et de calme, alors, petit à petit, elles perdent leur force et elles cessent de venir. Alors la conscience se vide de ses mouvements inférieurs.

Mais, par exemple, quand il vient des pensées qui ne sont pas désirables, si vous les regardez, si vous les observez, si vous vous plaisez à les suivre dans leurs mouvements, jamais elles ne cesseront. La même chose quand vous avez ou des sentiments ou des sensations qui ne sont pas désirables : si vous vous occupez d'eux, si vous vous concentrez sur eux, ou si même vous les regardez avec une certaine indulgence, ils ne cesseront jamais. Mais si vous vous refusez absolument à les recevoir et à les manifester, au bout d'un certain temps, cela cesse. Il faut être patient, et très obstiné.

Dans une grande aspiration, si vous pouvez vous mettre en contact avec

quelque chose de supérieur, quelque influence de votre être psychique ou quelque lumière d'en haut, et que vous arriviez à la mettre en contact avec ces mouvements inférieurs, naturellement ils s'arrêtent plus vite. Mais avant même de pouvoir, par l'aspiration, attirer ces choses-là, vous pouvez déjà, par un refus très obstiné et très patient, vous pouvez empêcher ces choses de se manifester en vous. Quand il vient des pensées que vous n'aimez pas, si simplement vous les écarterez et vous ne vous occupez pas d'elles du tout, au bout d'un certain temps elles ne viendront plus. Mais il faut le faire d'une façon très obstinée et très régulière.

Commencer par le dehors

Toutes les forces dans le monde terrestre tendent à la manifestation, Ce sont des forces qui viennent dans le but de se manifester, et si vous mettez une barrière et que vous refusiez la manifestation, elles peuvent essayer de se battre contre la barrière pendant un temps, mais à la longue elles se fatigueront, et n'étant pas manifestées, elles se retireront, elles vous laisseront tranquille. Alors, il ne faut jamais se dire : "Je vais d'abord purifier ma pensée, purifier mon corps, purifier mon être vital, et puis je purifierai mon action après." C'est l'ordre normal, mais cela ne réussit jamais. L'ordre efficace, c'est de commencer par le dehors : "D'abord, je ne le fais pas, et après, je ne désire plus, et après, je ferme ma porte complètement à toutes les impulsions : elles n'existent plus pour moi, je suis maintenant en dehors de ça." C'est l'ordre réel, l'ordre efficace. D'abord, ne faites pas. Et puis vous ne désirez plus, et puis ça sortira de votre conscience complètement.

La propreté intérieure

J'ai connu des gens (beaucoup, pas seulement quelques-uns, je veux dire parmi ceux qui font un yoga), j'en ai connu beaucoup, chaque fois qu'ils avaient une bonne aspiration, que leur aspiration était très forte et qu'ils avaient une réponse à cette aspiration, chaque fois, le jour même ou au plus tard le lendemain, ils avaient un renversement complet de conscience et ils étaient en face de tout le contraire de leur aspiration. Ces choses arrivent presque constamment. Eh bien, ce sont des gens qui n'ont développé que le côté positif. Ils font une espèce de discipline d'aspiration, ils demandent l'aide, ils essaient d'entrer en contact avec les forces supérieures, ils y arrivent, ils ont des expériences ; mais ils ont complètement négligé de nettoyer leur chambre, elle est restée aussi sale qu'avant, et alors, naturellement, quand l'expérience est passée, cette saleté devient encore plus repoussante qu'elle n'était avant.

Il ne faut jamais négliger de nettoyer sa chambre, c'est très important ; la propreté intérieure est au moins aussi importante que la propreté extérieure.

Vivékânanda a écrit (je ne connais pas l'original, j'en ai lu une traduction

française) : "Il faut tous les matins nettoyer son âme et nettoyer son corps, mais si vous n'avez pas le temps de faire les deux, il vaut mieux nettoyer son âme que de nettoyer son corps."

Construire plutôt que détruire

Est-ce que se blâmer soi-même est une bonne manière de progresser ?

De se blâmer? Non, pas nécessairement. Cela peut être utile, c'est même utile de temps en temps pour se tirer de l'illusion de sa perfection propre. Mais on perd beaucoup d'énergie à se critiquer. Il vaut beaucoup mieux user cette même énergie à faire des progrès, à faire un progrès concret, quelque chose de plus utile. Par exemple, si vous avez des pensées que vous n'approuvez pas, qui sont laides, vulgaires et qui vous dérangent, si vous dites : "Ah, ah, que je suis insupportable, j'ai encore ces pensées-là, comme c'est ennuyeux!", il vaudrait beaucoup mieux se servir de cette même énergie pour simplement faire comme ça (*geste*), et chasser les pensées.

Et ça, c'est un premier pas. Le second pas, c'est de tâcher d'en avoir d'autres, s'intéresser à quelque chose d'autre : ou lire, ou réfléchir, mais tâcher de se remplir la tête de quelque chose de plus intéressant, d'utiliser son énergie à construire plutôt qu'à détruire.

Il est nécessaire, naturellement, de temps en temps, de reconnaître ses fautes ; c'est tout à fait indispensable. Mais s'appesantir là-dessus n'est pas nécessaire. Ce qui est nécessaire, c'est d'utiliser toute son énergie pour construire les qualités que l'on veut avoir, et pour faire la chose que l'on veut faire. C'est beaucoup plus important.

Se garder du désespoir

Pour certaines personnes, les événements se produisent toujours à l'opposé de ce qu'elles désirent, ou de leur aspiration ou de ce qu'elles croient être bon pour elles. Souvent elles se sentent désespérées. Est-ce une nécessité pour leur progrès ?

Le désespoir n'est jamais une nécessité pour le progrès ; il est toujours un signe de faiblesse et de "tamas", et il indique souvent la présence d'une force adverse, c'est-à-dire d'une force qui agit volontairement contre la sâdhanâ. Ainsi, quelles que soient les circonstances de la vie, il faut toujours se garder soigneusement du désespoir. D'ailleurs, cette habitude d'être sombre, morose et désespéré ne dépend pas vraiment des événements, mais d'un manque de foi dans la nature. Celui qui a la foi en lui-même, peut faire face à toutes les difficultés, à toutes les circonstances, même les plus adverses, sans être découragé et désespéré ; il lutte virilement jusqu'au bout. Ce sont les natures qui manquent de foi, qui manquent

aussi d'endurance et de courage.

Le choix

Mère, il y a des fautes... on sait que ce sont des fautes, mais tout de même c'est comme si on était poussé à les faire. Alors?

Poussé par quoi? Ah, c'est justement cela qui arrive! C'est que c'est la nature inférieure, les instincts du subconscient qui vous dominent, et qui vous font faire des choses que vous ne devez pas faire. Et alors, c'est un choix entre votre volonté et accepter d'être soumis. Il y a toujours un moment où l'on peut décider. Cela va jusqu'au point où j'ai dit que, même, il y a un moment où l'on peut décider d'être malade ou de ne pas être malade. Cela va même jusqu'au point où il y a un moment où l'on peut décider de mourir ou de ne pas mourir. Mais pour cela, il faut avoir une conscience *extrêmement* éveillée, parce que ce point est infinitésimal dans le temps, que c'est comme une centième partie d'une seconde et que, avant, on ne peut rien et, après, on ne peut rien. Mais à ce moment-là, on peut. Et si on est absolument éveillé, on peut, à ce moment-là, prendre la décision.

Mais pour des choses ordinaires comme, par exemple, de se soumettre à une impulsion, ou de la refuser, ce n'est pas un espace, ce n'est même pas l'espace d'une seconde ; on a beaucoup de temps devant soi, on a certainement plusieurs minutes. Et c'est un choix entre la soumission faible et la volonté qui s'impose. Et si la volonté est claire, si elle est basée sur la vérité, si vraiment elle obéit à la vérité et qu'elle est claire, elle a toujours le pouvoir de refuser le mauvais mouvement. C'est une excuse qu'on se donne, de dire : "je n'ai pas pu." Ce n'est pas vrai. C'est vraiment qu'on n'a pas voulu de la vraie manière. Parce qu'il y a toujours le choix de dire oui, ou de dire non. Mais on choisit d'être faible, et après on se donne cette excuse, en se disant : "Ce n'est pas ma faute, Ça a été plus fort que moi." C'est votre faute, si ça a été plus fort que vous. Parce que vous n'êtes pas ces impulsions. Parce que vous êtes une âme consciente, et une volonté intelligente, et que votre devoir, c'est que ce soit *ça* qui vous gouverne et pas les impulsions d'en bas.

Pourquoi retomber dans l'erreur ?

Retomber dans une erreur que l'on *sait* être une erreur, refaire une faute que l'on a déjà faite et que l'on *sait* être une faute, cela me paraît fantastique ! Il y a longtemps — enfin, relativement à la mesure humaine — il y a longtemps que je suis sur la terre, et je ne suis pas encore arrivée à comprendre cela. Cela me paraît... cela me paraît impossible. Les pensées fausses, les impulsions fausses, les mensonges intérieurs, extérieurs, les choses qui sont laides, qui sont basses, tant qu'on les fait ou qu'on les a par ignorance — l'ignorance est dans le monde —, on comprend, on est habitué à le faire ; c'est une chose ignorante, on ne sait pas que

cela devrait être autrement. Mais de la minute où la connaissance est là, où la lumière est là, où on a vu la chose telle qu'elle est, comment peut-on recommencer? Ça, je ne comprends pas !

Alors on est fait de quoi? On est fait avec des chiffons ? On est fait avec je ne sais pas quoi, de la gélatine ?... On ne peut pas expliquer. Mais il n'y a pas de ressort, il n'y a pas de volonté, il n'y a rien? Il n'y a pas un dynamisme intérieur ?

Fortifier sa volonté

Mère, comment peut-on fortifier sa volonté ?

Oh, comme on fortifie ses muscles, par un exercice méthodique. Tu prends un détail, quelque chose que tu veux faire, ou quelque chose que tu ne veux pas faire. Commence par une petite chose, pas une chose très centrale de l'être, un petit détail. Et alors là, si c'est une chose, par exemple, que tu as l'habitude de faire, alors tu insistes avec la même régularité là-dessus, n'est-ce pas, pour ne pas faire — ou pour faire une chose —, tu insistes dessus, et tu t'obliges à le faire comme tu t'obliges à soulever un poids, la même chose. Tu fais le même genre d'effort, mais avec un effort plus interne. Et c'est après avoir pris, comme ça, des petites choses — les choses qui sont relativement faciles, n'est-ce pas —, avoir pris ça et avoir réussi à le faire, qu'alors on peut s'unir à une force plus grande et essayer une expérience plus compliquée. Et petit à petit, si on fait cela régulièrement, on finit par acquérir une volonté indépendante et tout à fait forte.

Apprendre à vouloir

Apprendre à vouloir est une chose très importante. Et pour vouloir vraiment, il faut unifier son être. Au fond, pour être un être, il faut d'abord s'unifier. Si l'on est tiré par des tendances absolument contraires, si l'on passe les trois quarts de sa vie à être inconscient de soi-même, et des raisons pour lesquelles on fait les choses, est-ce qu'on est un être? On n'existe pas. On est une masse d'influences, de mouvements, de forces, d'actions, de réactions. Mais on n'est pas un être. On commence à être un être quand on commence à avoir une volonté. Et l'on ne peut avoir une volonté que si l'on est unifié.

Et quand vous aurez une volonté, alors vous pourrez dire, vous pourrez dire au Divin: "Je veux ce que Tu veux", mais pas avant. Parce que pour vouloir ce que le Divin veut, il faut avoir une volonté, autrement, on ne veut rien du tout. On voudrait. On voudrait bien. On voudrait bien vouloir ce que le Divin veut faire. On n'a pas de volonté à Lui donner à Son service.

INFLUENCES EXTERIEURES ET FORCES ADVERSES

Les autres sont un miroir

Quand quelque chose chez un autre vous paraît tout à fait inacceptable ou ridicule — "Comment ! il est comme ça, il se conduit comme ça, il dit des choses comme ça, il fait ça" —, il faut se dire : "Tiens, tiens, mais peut-être que je fais la même chose sans m'en apercevoir. Je ferais bien de regarder au-dedans de moi, d'abord, avant de critiquer l'autre, pour être bien sûr que je ne fais pas, avec une légère nuance différente, exactement la même chose." Et si on a le bon sens et l'intelligence de faire cela chaque fois que l'on est choqué par la conduite d'un autre, on s'apercevra que, dans la vie, le rapport avec les autres est comme un miroir qui nous est présenté pour que l'on voie plus facilement et d'une façon plus clairvoyante les faiblesses que l'on porte en soi.

D'une façon générale et presque absolue, ce qui vous choque chez les autres, c'est justement quelque chose que vous portez en vous-même, plus ou moins voilé, plus ou moins caché, peut-être sous une apparence un petit peu différente qui vous permet de vous illusionner vous-même ; et ce qui chez vous ne vous paraît pas très choquant, dès que vous le voyez chez les autres, cela devient monstrueux.

Faites-en l'expérience, cela vous aidera beaucoup, beaucoup, à vous changer vous-même, et en même temps cela apportera dans vos relations avec les autres une tolérance souriante, la bonne volonté qui vient de la compréhension, et cela mettra fin très souvent à de bien inutiles querelles.

Regardez tout avec un sourire bienveillant, prenez comme une leçon pour vous-même les choses qui vous irritent, et vous vivrez beaucoup plus paisiblement, et aussi plus efficacement, car certainement un grand pourcentage d'énergie est gaspillé dans l'irritation que l'on éprouve à ne pas trouver chez les autres la perfection que l'on voudrait réaliser soi-même.

On s'arrête à la perfection que les autres devraient réaliser, et la fin que l'on devrait soi-même poursuivre, on n'en est pas souvent conscient. Si vous en êtes conscient, eh bien, commencez par faire le travail qui vous est donné à vous, c'est-à-dire réaliser ce que vous avez à faire sans vous occuper de ce que les autres font, parce que, au fond, cela ne vous regarde pas. Et la meilleure façon de prendre la vraie attitude, c'est simplement de se dire : "Tous ceux qui m'entourent, toutes les circonstances de ma vie, tous les gens qui sont près de moi, sont le miroir que la Conscience divine me présente pour me montrer les progrès que je dois faire.

Tout ce qui me choque chez les autres, c'est du travail qu'il faut que je fasse en moi.

Et peut-être que si l'on portait en soi une vraie perfection, on la découvrirait plus souvent chez les autres.

Ne pas répondre aux injures

Il est beaucoup plus difficile de rester tranquille, immobile, inébranlable contre quelque chose de très désagréable — que ce soient des mots ou des actes qui viennent contre vous —, infiniment plus difficile que de répondre par la même violence. Admettez que quelqu'un vous dise des injures ; si vous pouvez en face des injures (pas seulement extérieurement, je veux dire intégralement) rester immobile, sans être ébranlé ni touché d'aucune façon: vous êtes là comme une force contre laquelle on ne peut rien et vous ne répondez pas, vous ne faites pas un geste, vous ne dites pas un mot, toutes les injures qu'on vous jette dessus vous laissent absolument insensible, dedans et dehors ; vous pouvez garder les battements de votre cœur absolument tranquilles, vous pouvez garder les pensées de votre tête tout à fait immobiles et tranquilles sans qu'elles soient le moins du monde ébranlées, c'est-à-dire que votre tête ne répond pas tout de suite par les vibrations analogues et vos nerfs ne se sentent pas crispés avec le besoin de donner quelques coups pour se soulager ; si vous pouvez être comme cela, vous avez un pouvoir statique, et il est infiniment plus puissant que si vous aviez cette espèce de force qui vous fait répondre à l'injure par l'injure, aux coups par les coups et à l'agitation par l'agitation.

Être bon pour être bon

Il ne faut pas se bercer de l'illusion que si l'on veut suivre le droit chemin, si l'on est modeste, si l'on recherche la pureté, si l'on est désintéressé, si l'on veut être solitaire et avoir un clair jugement, les choses deviendront faciles... c'est tout le contraire! Quand on commence à avancer vers la perfection intérieure et extérieure, en même temps commencent les difficultés.

J'ai entendu très souvent des gens me dire : "Oh ! maintenant que j'essaye d'être bon, tout le monde semble être méchant avec moi!" Mais c'est justement pour vous apprendre qu'il ne faut pas être bon avec une intention intéressée, qu'il ne faut pas être bon afin que les autres soient bons avec vous — il faut être bon pour être bon.

C'est toujours la même leçon : il faut faire aussi bien que l'on peut, du mieux que l'on peut, mais sans s'attendre à un résultat, sans faire la chose en vue d'un résultat. Cette attitude même, d'espérer une récompense pour sa bonne action — devenir bon parce qu'on pense que cela rendra la vie plus facile — enlève toute

valeur à la bonne action.

Il faut être bon par amour du bien, il faut être juste par amour de la justice, il faut être pur par amour de la pureté, et il faut être désintéressé par amour du désintéressement, alors vous êtes sûr d'avancer sur le chemin.

Le seul remède

Tu vois, dans l'état actuel du monde, les circonstances sont toujours difficiles. Le monde tout entier est dans un état de lutte, de conflit entre les forces de vérité et de lumière et tout ce qui s'y oppose, tout ce qui ne veut pas changer, ce qui représente cette partie du passé qui est fixe, rigide et qui refuse de s'en aller. Naturellement, chaque individu éprouve ses propres difficultés et fait face aux mêmes obstacles.

Pour toi, il n'y a qu'une solution. C'est une soumission totale, complète et sans réserve. Ce que je veux dire, c'est que tu dois faire le don non seulement de tes actions, de ton travail, de tes ambitions, mais aussi de tous tes sentiments, en ce sens que tout ce que tu fais, tout ce que tu es, c'est exclusivement pour le Divin. Alors tu te sens au-dessus des réactions humaines autour de toi — non seulement au-dessus mais protégé par le mur de la Grâce divine. Une fois que tu n'as plus de désirs, plus d'attachements, une fois que tu as renoncé à la nécessité de recevoir une récompense des êtres humains quels qu'ils soient — sachant que la seule récompense qui soit digne d'être reçue est celle qui vient du Suprême, et qu'elle ne te fera jamais défaut —, une fois que tu as renoncé à l'attachement à tous les êtres et toutes les choses extérieures, immédiatement tu sens dans ton cœur cette Présence, cette Force, cette Grâce qui ne te quitte jamais.

Et il n'y a pas d'autre remède. C'est le seul remède, pour *tout le monde* sans exception. À tous ceux qui souffrent, il faut dire la même chose : toute souffrance est le signe que la soumission n'est pas totale. Alors, lorsque tu sens en toi un "bang", comme ça, au lieu de dire: "Oh, ça va mal" ou "les circonstances sont difficiles", tu dis: "Ma soumission n'est pas parfaite." Alors ça va. Alors tu sens la Grâce qui t'aide et te conduit, et tu vas de l'avant. Et un jour tu émerges dans cette paix que rien ne peut troubler. À toutes les forces contraires, à tous les mouvements contraires, à toutes les attaques, toutes les incompréhensions, toutes les mauvaises volontés, tu réponds par le même sourire qui vient d'une confiance absolue en la Grâce divine. Et c'est la *seule* issue, il n'y en a pas d'autre.

Ce monde est un monde de conflit, de souffrance, de difficultés, de tension ; il en est pétri. Il n'a pas encore changé, cela prendra encore un peu de temps pour changer. Et pour chacun il y a la possibilité d'en sortir. Si tu t'appuies sur la présence de la Grâce suprême, c'est la *seule* issue.(...)

Ne t'attends pas à l'appréciation humaine — parce que les êtres humains ne savent pas sur quoi se baser pour apprécier quelque chose, et, de plus, quand

quelque chose leur est supérieur, ils ne l'aiment pas.

Mais où trouver une telle force ?

En toi. La Présence divine est en toi. Elle est en toi. Tu la cherches à l'extérieur ; regarde au-dedans de toi. Elle est en toi. La présence est là. Tu veux l'appréciation des autres pour trouver la force — tu ne la trouveras jamais. La force est en toi. Si tu veux, tu peux aspirer vers ce qui te paraît être le but suprême, la lumière suprême, la connaissance suprême, l'amour suprême. Mais c'est en toi — autrement tu ne pourrais jamais entrer en contact avec cela. Si tu vas suffisamment profond au-dedans de toi, tu la trouveras là, comme une flamme qui brûle toujours tout droit, sans vaciller.

Et ne crois pas que ce soit si difficile à faire. C'est parce que ton regard est toujours tourné vers l'extérieur que tu ne sens pas la Présence. Mais, au lieu de chercher le support à l'extérieur, si tu te concentres et si tu pries — au-dedans de toi, vers la connaissance suprême — afin de savoir à chaque instant ce qu'il faut faire et la façon de le faire, et si tu offres tout ce que tu es, tout ce que tu fais pour arriver à la perfection, tu sentiras que le support est là, te guidant toujours, te montrant toujours le chemin. Et s'il y a une difficulté, au lieu de vouloir te battre, tu en fais don, tu en fais don à la sagesse suprême, pour qu'elle s'en occupe — qu'elle s'occupe de toutes les mauvaises volontés, de toutes les incompréhensions, de toutes les mauvaises réactions. Si tu te soumetts entièrement, ce n'est plus ton affaire : c'est l'affaire du Suprême, qui en prend charge et qui sait mieux que personne ce qu'il faut faire. C'est la seule issue, la seule issue. Voilà, mon enfant.

Les influences des autres

Douce Mère, comment échapper aux influences des autres ?

En se concentrant de plus en plus totalement et complètement sur le Divin. Si avec toute votre ardeur vous aspirez, si vous ne voulez recevoir que l'influence divine, si tout le temps vous retirez vers vous ce qui est pris, attrapé par les autres influences et qu'avec votre volonté vous le mettez sous l'influence divine, vous y arrivez. C'est un travail qui ne peut pas se faire en un jour, en une minute ; il faut être vigilant pendant très longtemps, pendant des années ; mais on peut y arriver.

Il faut d'abord vouloir.

Pour toute chose, il faut d'abord comprendre, vouloir, et puis commencer à pratiquer — commencer un tout petit peu.

S'ouvrir au Divin seul

Douce Mère, que veut dire "une ouverture de soi tournée exclusivement vers le pouvoir divin" ?

Au lieu d'ouverture de soi, on peut mettre une réceptivité, quelque chose qui s'ouvre pour recevoir. Alors, au lieu de s'ouvrir et de recevoir de tous les côtés et de tout le monde, comme cela se fait généralement, on s'ouvre seulement vis-à-vis du Divin pour ne recevoir que la Force divine. C'est juste le contraire de ce que les gens font d'habitude. Ils sont toujours ouverts en surface, ils reçoivent toutes les influences de tous les côtés. Et alors, cela fait au-dedans d'eux ce que nous pourrions appeler un pot-pourri (*Mère rit*) de toutes sortes de mouvements contradictoires qui, naturellement, créent des difficultés sans nombre. Alors ici, il est recommandé de s'ouvrir seulement vers le Divin et de ne recevoir que la Force divine, à l'exclusion de toute autre chose. Cela diminue presque totalement toutes les difficultés.

Prendre du recul

La plupart d'entre vous vivent à la surface de leur être, exposés au contact des influences extérieures. Vous vivez, pour ainsi dire, presque projetés à l'extérieur de votre corps, et lorsque vous rencontrez un être désagréable, projeté comme vous hors de son corps, vous êtes bouleversés. Toute la difficulté vient de ce que votre être n'a pas l'habitude de prendre du recul. Il faut toujours rentrer en vous-même. Apprenez à descendre profondément à l'intérieur. Prenez du recul et vous serez en sûreté. Ne vous abandonnez pas aux forces superficielles qui se meuvent dans le monde extérieur. Même si vous êtes pressé de faire quelque chose, prenez du recul un instant et vous découvrirez, à votre propre surprise, que vous ferez beaucoup plus vite et beaucoup mieux le travail que vous avez à faire. Si quelqu'un est en colère contre vous, ne vous laissez pas prendre dans ses vibrations, mais simplement prenez du recul, et sa colère ne trouvant en vous ni support ni réponse, s'évanouira. Restez toujours en paix, résistez à toute tentation de perdre cette paix. Ne décidez rien sans prendre du recul, ne dites jamais un mot sans prendre du recul, ne vous jetez jamais dans l'action sans prendre du recul.

Tout ce qui appartient au monde ordinaire est fugitif, sans durée, il n'y a là rien qui vaille la peine de se laisser bouleverser. Ce qui dure, ce qui est éternel, immortel et infini, c'est cela en vérité qui vaut la peine d'être obtenu, conquis, possédé. C'est la Lumière divine, l'Amour divin, la Vie divine, et c'est aussi la Paix suprême, la Joie parfaite et toute Maîtrise sur terre, avec la Manifestation intégrale comme couronnement. Ayez le sens de la relativité des choses ; alors, quoi qu'il arrive, vous pourrez prendre du recul et regarder, vous pourrez rester paisible et appeler la Force divine et attendre sa réponse. Alors vous saurez exactement ce qu'il faut faire. Rappelez-vous aussi que vous ne pouvez pas recevoir de réponse à votre appel tant que vous n'êtes pas parfaitement paisible. Mettez en pratique cette paix intérieure ; au moins essayez un peu et continuez à vous exercer jusqu'à ce que cela devienne une habitude en vous.

Ceci n'est pas moi

Les attaques des forces adverses sont inévitables ; il faut les considérer comme des épreuves sur le chemin et traverser courageusement la tourmente. La lutte peut être dure, mais quand on en sort, on a gagné quelque chose, on a avancé d'un pas. Il y a même une nécessité à l'existence des forces hostiles : elles rendent la résolution plus forte, l'aspiration plus claire. Il est vrai aussi, qu'elles existent parce que vous leur donnez des raisons d'exister. Tant qu'il y a en vous quelque chose qui leur répond, leur intervention est parfaitement légitime. Si rien en vous ne répondait, si elles n'avaient de prise sur aucune partie de votre nature, elles se retireraient et vous laisseraient tranquille. En tout cas, il ne faut pas leur permettre d'arrêter ou d'entraver votre progrès spirituel.(...)

En tout cas, quand une attaque se produit, la plus sage attitude est de considérer qu'elle vient du dehors et de dire : "Ceci n'est pas moi, et je ne veux rien avoir à faire avec !" Il vous faut agir de la même manière vis-à-vis de toutes les impulsions et tous les désirs inférieurs, de tous les doutes et toutes les incertitudes du mental. Si vous vous identifiez à eux, la difficulté de les combattre devient d'autant plus grande ; car vous avez alors le sentiment qu'il faut faire face à la tâche jamais commode de surmonter votre propre nature. Mais dès que vous êtes capable de dire : "Non, ceci n'est pas moi, et je ne veux rien avoir à faire avec !", il devient beaucoup plus facile de les disperser.

Le renvoi des forces adverses

La chose la plus importante quand vous êtes attaqué par une force adverse, c'est de vous dire : "Oui, la force vient du dehors et l'attaque est là, mais il y a certainement une correspondance dans ma nature, autrement elle ne pourrait pas attaquer. Eh bien, je vais voir au-dedans de moi ce qui permet à cette force de venir et je vais la renvoyer, ou la transformer, ou mettre la conscience de la lumière dessus de façon que cela se convertisse, ou bien la chasser pour que cela ne reste plus au-dedans de moi..." Il y a un moyen, n'est-ce pas. Quand la force vient, la force adverse, quand elle attaque, la partie qui correspond se précipite à sa rencontre, elle va au-devant. Il y a une sorte d'union qui se produit. Si, à ce moment-là, au lieu d'être tout à fait débordé, pris par surprise et hors de ses gardes, on observe très attentivement ce qui au-dedans de soi a vibré (cela fait tat, tat, tat, une autre chose est arrivée), alors on peut l'attraper. À ce moment-là, on l'attrape, on lui dit : "Va-t'en avec tes amis, je ne te veux plus !" On renvoie les deux ensemble, la partie qui a attiré et ce qu'elle a attiré ; on les renvoie et on est tout à fait clair.

Le petit trou fait par la vantardise

Dans leur relation avec les êtres humains, [les forces hostiles] prennent un très malin plaisir à les mettre à l'épreuve. Par exemple, si vous n'êtes pas extrêmement fort et extrêmement sincère, et si vous vous dites : "Oh, je suis sûr de ma foi", par exemple — ça parmi beaucoup d'autres choses —, immédiatement il se produit quelque chose qui va essayer d'ébranler votre foi tout à fait. Ça c'est une... je suppose que c'est leur distraction, leur amusement.

Que de fois, n'est-ce pas, quand quelqu'un se vante... ça peut être d'une façon très enfantine, mais quand quelqu'un se vante de quelque chose : "Oh, je suis sûr de ça, je ne ferai jamais cette faute", immédiatement je vois une formation hostile qui passe là, comme ça, et qui entre par le petit trou qui a été fait par la vantardise. Ça entre là-dedans, comme ça, et puis ça pénètre, et alors ça prépare tout pour que vous fassiez exactement ce que vous ne voulez pas faire. Mais ça, c'est un amusement, ce n'est certainement pas pour vous aider à progresser. (*Mère rit*) Mais si vous savez le prendre, ça vous aide à progresser. Vous dites : "Bien, une autre fois, je ne me vanterai pas."

COURAGE, ENDURANCE, EFFORT

La peur est une impureté

La peur est une impureté, l'une des plus grandes impuretés, l'une de celles qui proviennent le plus directement des forces antidivines qui veulent détruire l'action divine sur la terre ; et le premier devoir de ceux qui veulent vraiment faire le yoga, c'est d'éliminer de leur conscience, avec toute la puissance, toute la sincérité, toute l'endurance dont ils sont capables, même l'ombre d'une peur. Pour marcher sur le chemin, il faut être intrépide, et ne jamais faire ce retour sur soi, mesquin, petit, faible, vilain, qu'est la peur.

Un courage indomptable, une sincérité parfaite et un don de soi sincère tel qu'on ne fait pas de calculs ni de marchandages, qu'on ne se donne pas avec l'idée qu'on sera protégé, qu'on n'a pas une foi qui demande des preuves — c'est cela qui est indispensable pour marcher sur le chemin, et c'est cela seul qui peut vraiment vous mettre à l'abri de tout danger.

La peur est un manque de confiance

Pourquoi a-t-on peur ?

Je crois que c'est parce que l'on est égoïste !

Il y a trois raisons. D'abord, un soin excessif de sa sécurité. Ensuite, ce que l'on ne connaît pas produit toujours une sensation pénible, ce qui se traduit dans la conscience par la crainte. Et surtout, parce que l'on n'a pas l'habitude d'avoir une confiance spontanée en le Divin. Si l'on pousse les choses assez loin, c'est la vraie raison. Il y a des gens qui ne savent même pas que Cela existe, mais on pourrait leur dire avec d'autres mots: "Vous n'avez pas confiance en votre destin" ou : "Vous ne savez rien de la Grâce" — n'importe quoi, on peut dire ce que l'on veut, mais le fond de l'affaire est un manque de confiance. Si l'on avait toujours le sentiment que c'est le meilleur qui arrive en toutes circonstances, on n'aurait pas peur.

Vaincre la peur

L'un des grands remèdes pour vaincre la peur est de faire face à ce que l'on craint. On vous met en face du péril que vous craignez, et vous ne le craignez plus. La peur s'en va. Au point de vue yoguique, au point de vue discipline, c'est le

remède préconisé. Dans les anciennes initiations, spécialement en Egypte, pour pouvoir faire de l'occultisme, comme je vous le disais la semaine dernière, il faut abolir complètement la peur de la mort. Eh bien, l'une des pratiques de ce temps-là était de coucher le néophyte dans un sarcophage et de le laisser là-dedans pendant quelques jours, comme s'il était mort. Naturellement, on ne le laissait pas mourir, ni de faim ni d'étouffement, mais enfin il restait couché là comme s'il était mort. Il paraît que cela vous guérissait de la peur.

Si l'on arrive, au moment où elle vient, à mettre sur elle la conscience, la connaissance, la force, la lumière, alors on peut la guérir tout à fait.

Le vrai courage

Le vrai courage, dans son sens le plus profond, c'est de pouvoir faire face à tout, tout dans la vie, depuis les plus petites jusqu'aux plus grandes choses, depuis les choses matérielles jusqu'aux choses de l'esprit, sans un tressaillement, sans physiquement... sans que le cœur se mette à battre plus vite, sans un tressaillement dans les nerfs, et sans la moindre émotion dans aucune partie de son être. Faire face avec une conscience constante de la Présence divine, avec un don total de soi au Divin, et tout l'être unifié dans cette volonté, alors on peut avancer dans la vie, faire face à n'importe quoi. Je dis : sans un tressaillement, sans une vibration, ça, n'est-ce pas, c'est le résultat d'un long effort, à moins qu'on ne soit né avec une grâce spéciale, qu'on ne soit né comme ça. Mais ça c'est encore plus rare.

Plaisir et douleur

Si l'on peut faire face avec courage, endurance, une foi inébranlable en la Grâce divine, si l'on peut, au lieu de fuir la souffrance quand elle vient à vous, entrer en elle avec cette volonté, cette aspiration de passer à travers elle pour trouver la Vérité lumineuse, la Joie invariable qui est au fond de toute chose, la porte de la douleur est souvent plus directe, plus immédiate que celle de la satisfaction ou du contentement.

Je ne parle pas du plaisir parce que, lui, tourne le dos d'une façon constante et presque totale à cette Joie divine profonde.

Le plaisir est un déguisement trompeur et pervers qui nous détourne de notre but et que nous ne devons certainement pas rechercher si nous avons hâte de trouver la vérité. Le plaisir nous évapore ; il nous trompe, il nous égare. La douleur nous ramène à une vérité plus profonde en nous obligeant à nous concentrer pour pouvoir endurer, pour pouvoir faire face à cette chose qui broie. C'est dans la douleur que l'on retrouve le plus facilement la vraie force, lorsqu'on est fort. C'est dans la douleur que l'on retrouve le plus facilement la vraie foi, celle en quelque chose qui est au-delà, par-dessus toute douleur.

Les coups du Seigneur

"Ô Toi qui aimes, frappe ! Si Tu ne me frappes pas maintenant, je saurai que Tu ne m'aimes pas."

(Sri Aurobindo, Pensées et Aphorismes.)

Tous ceux qui aspirent à la perfection divine savent que les coups que le Seigneur nous donne dans Son amour et Sa grâce infinies sont le moyen le plus sûr et le plus prompt de nous faire progresser. Et plus les coups sont rudes, plus ils sentent que l'Amour divin est grand.

Les hommes ordinaires, au contraire, demandent toujours à Dieu de leur donner une vie facile et agréable, pleine de succès. Dans chaque satisfaction personnelle, ils voient le signe de la miséricorde divine ; et si, au contraire, ils rencontrent dans la vie des malheurs et des infortunes, ils se plaignent et disent à Dieu: "Tu ne m'aimes point."

À rencontre de cette attitude ignorante et vulgaire, Sri Aurobindo dit au Bien-Aimé divin : "Frappe, frappe dur, que je sente l'intensité de Ton amour pour moi."

La légitimation des malheurs

Mère, même quand on essaye de croire qu'on est impuissant, il y a quelque chose qui croit qu'on est puissant. Alors?

Ah oui, ah oui! Ah, c'est très difficile d'être sincère... C'est pour cela que les coups se multiplient et que quelquefois ils deviennent terribles, parce que c'est la seule chose qui brise votre stupidité. C'est cela, la légitimation des malheurs. Ce n'est que quand vous vous trouvez dans une situation aiguë et devant, vraiment, une chose qui vous affecte profondément, alors, cela fait fondre un peu de la stupidité. Mais comme tu dis, même quand il y a quelque chose qui fond, il y a encore un petit quelque chose qui reste là-dedans. Et c'est pour cela que ça dure si longtemps...

Combien il faut de coups dans la vie pour savoir, jusqu'au fond, qu'on n'est *rien*, qu'on ne peut *rien*, qu'on *n'existe pas*, qu'on n'est *rien*, qu'il n'y a pas d'entité sans la Conscience divine et la Grâce. Du moment où on le sait, c'est fini, toutes les difficultés sont parties — mais quand on le sait intégralement, et qu'il n'y a rien qui résiste. Mais jusqu'à ce moment-là... Et cela prend très longtemps.

Ne jamais se décourager

Il faut vous dire : "Avec les moyens de transport à ma disposition, je suis arrivé à un certain point, mais ces moyens-là ne me permettent pas d'aller plus loin. Que

faut-il faire?... S'asseoir là et ne plus bouger? Pas du tout. Il faut trouver d'autres moyens de transport." Cela arrivera souvent, mais au bout d'un certain temps, vous en aurez l'habitude. Il faut s'asseoir un moment, méditer et, après, trouver un autre moyen. Il faut augmenter votre concentration, votre aspiration et votre confiance et, avec la nouvelle aide qui vous viendra, faire un nouveau programme, élaborer d'autres moyens pour remplacer ceux que vous avez dépassés. C'est ainsi que l'on progresse d'étape en étape.

Mais il faut prendre très grand soin de réaliser à chaque étape, aussi parfaitement que possible, ce que l'on a gagné ou appris. Si vous restez dans un état de conscience interne et que vous n'appliquiez pas matériellement le progrès intérieur, il arrivera certainement un moment où vous ne pourrez plus bouger du tout, car votre être extérieur, inchangé, sera comme un boulet qui vous tirera en arrière et vous empêchera d'avancer. Alors, le point le plus important (ce que tout le monde dit, mais que peu de gens font), c'est de mettre en pratique ce que vous savez. Avec cela, vous avez une grosse chance de succès et, avec de la persévérance, vous arriverez certainement.

Il ne faut jamais se décourager quand on se trouve en face d'un mur, jamais se dire : "Oh ! que faire ? C'est encore là !" Comme cela, la difficulté sera encore là et encore là et encore là, jusqu'à la fin. C'est seulement quand vous arriverez au but, que tout tombera d'un coup.

Recommencer aussi longtemps qu'il le faut

Les gens qui ont eu une belle expérience et qui disent : "Ah ! maintenant, ça y est !" Et puis ça se calme, ça s'atténue, ça se voile, et tout d'un coup une chose tout à fait inattendue, absolument vulgaire et qui a l'air d'être complètement sans intérêt, se présente devant vous et elle vous bouche le chemin. Et alors on se dit : "Ah ! à quoi ça sert d'avoir fait ce progrès si ça recommence ! pourquoi faire? J'ai fait un effort, j'ai réussi, je suis arrivé à quelque chose, et maintenant c'est comme si je n'avais rien fait ! alors c'est désespérant." Parce que l'on n'a pas d'endurance.

Si on a de l'endurance, on dit : "C'est bon. Bien, je recommencerai aussi longtemps qu'il le faut ; mille fois, dix mille fois, cent mille fois s'il le faut, je recommencerai — mais j'arriverai jusqu'au bout et rien n'aura le pouvoir de m'arrêter en route."

C'est très nécessaire. Très nécessaire.

Savoir payer le prix

Vous tous qui êtes venus ici, on vous a dit beaucoup de choses ; vous avez été mis en rapport avec un monde de vérité, vous vivez là-dedans, l'air que vous respirez en est plein ; et pourtant, combien peu d'entre vous savent que ces vérités

n'ont de valeur que si elles sont mises en pratique, et qu'il ne sert à rien de parler de conscience, de connaissance, d'égalité d'âme, d'universalité, d'infini, d'éternité, de vérité suprême, de présence divine et... de toutes sortes de choses comme cela, si vous ne faites pas effort en vous-mêmes pour *vivre* ces choses et les sentir en vous concrètement. Et ne vous dites pas : "Oh ! je suis ici depuis tant d'années ! Oh ! je voudrais bien avoir un résultat à mes efforts !" Il faut savoir que des efforts très persistants, une endurance très obstinée, sont nécessaires pour maîtriser la moindre faiblesse, la moindre petitesse, la moindre mesquinerie de la nature. À quoi sert-il de parler d'Amour divin si l'on ne sait pas aimer sans égoïsme ? À quoi sert-il de parler d'immortalité si l'on est attaché obstinément au passé et au présent et qu'on ne veut rien donner pour tout recevoir ?

Vous êtes encore très jeunes, mais *tout de suite* il faut apprendre que, pour arriver au but, il faut savoir payer le prix, et que, pour comprendre les vérités suprêmes, il faut les mettre en pratique dans sa vie quotidienne.

C'est l'effort qui donne la joie

Un but donne un sens, une raison d'être à la vie, et cette raison d'être implique un effort, et c'est dans l'effort que l'on trouve la joie.

Exactement. C'est l'effort qui donne la joie : un être humain qui ne sait pas faire d'efforts n'aura jamais de joie. Les gens essentiellement paresseux n'auront jamais la joie — ils n'ont pas la force d'être joyeux ! C'est l'effort qui donne la joie. L'effort fait vibrer l'être à un certain degré de tension qui vous rend capable de sentir la joie.(...)

C'est seulement l'effort, en quelque domaine que ce soit — l'effort matériel, l'effort moral, l'effort intellectuel —, qui crée en soi certaines vibrations qui vous permettent d'entrer en rapport avec les vibrations universelles, et c'est cela qui donne la joie. C'est l'effort qui vous sort de l'inertie ; c'est l'effort qui vous rend réceptif aux forces universelles. Et la chose entre toutes qui donne spontanément la joie, même à ceux qui ne font pas de yoga, qui n'ont pas d'aspiration spirituelle, qui ont une vie tout à fait ordinaire, c'est l'échange de forces avec les forces universelles. Les gens ne le savent pas, ils seraient incapables de vous dire que c'est à cause de cela, mais c'est bien cela.

Réceptivité et aspiration

La force vitale universelle

Douce Mère, comment faire "appel à la force vitale universelle" ?

On peut le faire par beaucoup de moyens.

D'abord il faut savoir qu'elle existe et qu'on peut entrer en contact avec elle. Secondement, il faut essayer d'avoir ce contact, de la sentir circuler partout, à travers tout, dans toutes les personnes et en toutes les circonstances, avoir cette expérience : par exemple, quand on est dans la campagne avec des arbres, la voir circuler dans toute la nature, dans les arbres et dans les choses, et alors communier avec elle, se sentir proche d'elle, et chaque fois qu'on veut avoir affaire à elle, se rappeler cette impression que l'on avait et tâcher d'entrer en contact.

Il y a des gens qui trouvent qu'avec certains mouvements, certains gestes, certaines activités, ils entrent plus en contact. J'ai connu des gens qui se promenaient en gesticulant... ça leur donnait vraiment l'impression qu'ils étaient en rapport — certains gestes qu'ils faisaient en se promenant... Mais les enfants le font spontanément: quand ils se donnent tout entiers dans leurs jeux, en courant, en jouant, en sautant, en criant ; quand ils dépensent toutes leurs énergies comme ça, ils se donnent tout entiers, et dans la joie de jouer et de bouger et de courir, ils se mettent en rapport avec cette force vitale universelle ; ils ne le savent pas, mais ils dépensent leur force vitale dans un contact avec la force vitale universelle, et c'est pour cela qu'ils peuvent courir sans vraiment sentir une grande fatigue, excepté après très longtemps.(...)

J'ai connu des jeunes gens qui avaient toujours vécu en ville — dans une ville et dans ces petites chambres que l'on a dans ces grandes villes où tout le monde est entassé. Et alors ils étaient venus passer des vacances à la campagne, dans le Midi de la France, et là le soleil est chaud, naturellement pas comme ici, mais tout de même il est très chaud (quand on compare le soleil des bords de la Méditerranée au soleil de Paris, par exemple, ça fait vraiment une différence), et alors quand ils se promenaient à la campagne, les premiers jours ils ont commencé à sentir vraiment un mal de tête terrible et à être tout à fait mal à l'aise à cause du soleil ; mais ils ont tout d'un coup pensé : "Mais si on fait amitié avec le soleil, il ne nous fera plus mal." Et ils ont commencé à faire une sorte d'effort intérieur d'amitié et de confiance vis-à-vis du soleil, et quand ils étaient au soleil, au lieu de tâcher de se recroqueviller et de se dire : "Oh ! comme il fait chaud, et comme ça brûle!", ils disaient: "Oh! comme ce soleil est plein de force et de joie et d'amour", etc., ils

s'ouvriraient comme ça (*geste*); et non seulement ils n'ont plus souffert, mais ils se sont sentis si forts après, qu'ils allaient dire à tout le monde qui leur disait: "Il fait chaud", ils allaient leur dire: "Faites comme nous, vous verrez comme ça fait du bien." Et ils pouvaient rester des heures en plein soleil nu-tête et sans sentir aucun inconvénient. C'est le même principe.

C'est le même principe. Ils se sont unis à la force vitale universelle qui est dans le soleil, et ils ont reçu cette force qui leur a enlevé tout ce qui était désagréable.

Quand on est dans la campagne, quand on se promène sous les arbres et qu'on se sent si proche de la nature, des arbres, du ciel, de toutes ces feuilles, toutes ces branches, toutes ces herbes, quand on se sent en grande amitié avec ces choses et qu'on respire cet air, qui est si bon, parfumé de toutes ces plantes, alors on s'ouvre, et en s'ouvrant on communique avec les forces universelles, et c'est pour toutes les choses comme ça.

Recevoir les forces

Douce Mère, les forces vitales universelles ont-elles des limites ?

Je ne pense pas que ce soient les forces qui ont une limite, parce que par rapport à nous elles sont certainement illimitées. Mais c'est notre capacité de réception qui a des limites. Nous ne pouvons pas en absorber au-delà d'une certaine quantité, et alors il faut une balance entre la dépense et la capacité de recevoir. Si on dépense tout d'un coup dans une sorte d'impulsion — par exemple, un mouvement impulsif —, si on dépense beaucoup plus qu'on n'a reçu, il faut un petit moment de concentration, de calme, de réceptivité pour absorber des forces universelles ; il faut se mettre dans une certaine condition pour les recevoir. Et alors elles durent pendant un certain temps ; et une fois qu'on les a dépensées, il faut recommencer à en recevoir. C'est dans ce sens-là qu'il y a des limites. Ce ne sont pas les forces qui sont limitées, c'est la réceptivité.

Comment augmenter la réceptivité? En progressant.

Il faut d'abord savoir s'ouvrir et puis dans une grande tranquillité savoir assimiler les forces que l'on a reçues, ne pas les rejeter. Il faut savoir les assimiler.

Alors le progrès consiste en un équilibre normal, mais progressif, des périodes d'assimilation — réception, assimilation — et des périodes de dépense, et savoir balancer les deux, et alterner dans un rythme qui vous soit personnel. Il ne faut pas aller au-delà de la capacité, il ne faut pas rester en dessous, parce que les forces vitales universelles ne sont pas quelque chose que vous puissiez mettre dans un coffre-fort. Il faut que ça circule. Alors il faut savoir recevoir et en même temps dépenser, mais augmenter la capacité de réception, de façon à avoir de plus en plus de choses qui sont à épuiser, à dépenser.

Les trois sources d'énergie

Dans l'immense majorité des gens, toute leur force vitale leur vient d'en bas, de la terre, de la nourriture, de toutes les sensations. De la nourriture... Ils tirent l'énergie vitale hors de la nourriture, et ils... C'est en voyant, en entendant, en touchant, en sentant qu'ils ont un contact avec les énergies qui sont contenues dans la Matière. Ils les tirent comme ça. Ça, c'est leur nourriture habituelle.

Maintenant, il y a des gens qui ont un vital très développé — et qui l'ont soumis à une discipline, et qui ont le sens de l'immensité — qui sont en rapport avec le monde et les mouvements des forces du monde. Et alors, ils peuvent recevoir si dans un mouvement d'appel... ils peuvent recevoir les forces vitales universelles qui entrent en eux et qui leur redonnent la dose d'énergie dont ils ont besoin.

Il y en a d'autres, qui sont très rares — ou bien dans des moments très rares de la vie individuelle —, qui ont une aspiration vers la conscience supérieure, vers la force supérieure, la connaissance supérieure, et qui, dans cet appel, tirent vers eux des forces des domaines supérieurs. Et alors ça, ça leur redonne aussi des énergies tout à fait spéciales, d'une valeur spéciale.

Mais à moins que l'on ne fasse un yoga, une discipline régulière, généralement, cette source-là, on n'est pas souvent en contact avec elle ; on attrape ça du même niveau, ou d'en bas.

Activité et passivité

Active, c'est un mouvement où tu jettes ta force en dehors, c'est-à-dire que quelque chose émane de toi — dans un mouvement, dans une pensée, dans un sentiment —, quelque chose qui s'en va de toi vers les autres ou vers le monde. Passive, c'est quand tu restes toi-même comme cela, ouverte, et que tu reçois ce qui vient du dehors. Ce n'est pas du tout quand on bouge ou quand on reste tranquille. Ce n'est pas du tout ça. Actif, c'est projeter la conscience ou la force ou le mouvement du dedans au dehors. Passif, c'est rester immobile et recevoir ce qui vient du dehors.(...) "L'activité dans l'aspiration"... n'est-ce pas, ton aspiration sort de toi et monte vers le Divin (dans la tapasyâ, dans la discipline que tu t'imposes), et quand il y a des forces qui sont opposées à ta sâdhanâ, tu les rejettes. C'est un mouvement d'activité.

Maintenant, si tu veux avoir l'inspiration vraie, la direction intérieure, le guide, et si tu veux avoir la force, si tu veux recevoir la force qui te guidera et qui te fera agir comme il faut, alors tu ne bouges plus, c'est-à-dire que plus rien de toi, je ne veux pas dire ne bouge pas physiquement, mais rien de toi ne se projette et, au contraire, tu fais comme si tu étais tout à fait immobile, mais ouverte, et tu attends que la Force entre, et alors tu t'ouvres autant que tu peux, n'est-ce pas, pour absorber tout ce qui va venir en toi. Et c'est ce mouvement : au lieu de vibrations

qui sortent, c'est une sorte de calme tranquillité ; mais complètement ouvert, comme si tu ouvrais tous tes pores comme ça à la force qui doit descendre en toi et transformer ton action et ta conscience. La réceptivité est le résultat d'une bonne passivité.

La flamme et le vase

Vous pouvez en même temps être dans cet état d'aspiration, de volonté qui appelle quelque chose — justement cette volonté de s'ouvrir et de recevoir, et cette aspiration qui appelle la force que vous voulez recevoir — et *en même temps* avoir cet état de complète immobilité intérieure qui se laisse pénétrer complètement, parce que c'est dans cette immobilité qu'on peut être pénétré, que l'on devient perméable à la Force. Eh bien, les deux peuvent être simultanés sans que l'un dérange l'autre, ou d'une alternance si proche que l'on peut à peine distinguer. Mais on peut être comme cela, comme une grande flamme qui monte dans l'aspiration, et en même temps comme si cette flamme formait un vase, un grand vase qui s'ouvre et qui reçoit tout ce qui descend.

Et les deux peuvent être ensemble. Et quand on est arrivé à avoir les deux ensemble, on peut les avoir constamment, quoi que ce soit que l'on fasse. Seulement il peut y avoir un tout, tout petit déplacement de la conscience, presque minuscule, qui s'aperçoit de la flamme et puis du vase de la réceptivité — de la chose qui cherche à être remplie et de la flamme qui monte pour appeler ce qui doit remplir le vase —, un tout petit mouvement de pendule et si proche qu'on a l'impression qu'on a les deux en même temps.

Aspiration et réceptivité

L'aspiration dans n'importe qui a le même pouvoir. Mais l'effet de cette aspiration diffère. Parce que l'aspiration c'est l'aspiration: si vous avez de l'aspiration, en elle-même elle a un pouvoir. Seulement cette aspiration appelle une réponse, et cette réponse, l'effet, qui est l'effet de l'aspiration, dépend de chacun, parce que cela dépend de sa réceptivité. On peut avoir une très intense aspiration et une très faible réceptivité. Je connais beaucoup de gens comme ça. Ils disent: "Oh! mais j'aspire tout le temps et puis je ne reçois rien." C'est impossible qu'ils ne reçoivent rien, en ce sens que la réponse est sûre de venir. Mais ce sont eux qui ne reçoivent pas. La réponse vient, mais ils ne sont pas réceptifs, alors ils ne reçoivent

Quand vous avez une aspiration, une aspiration très active, votre aspiration va faire son travail. Elle va appeler la réponse à ce à quoi vous aspirez. Mais si, après, vous commencez à penser à autre chose, ou si vous n'êtes pas attentif ou si vous n'êtes pas réceptif, vous ne vous apercevez même pas que votre aspiration a reçu une réponse. C'est très fréquent. Alors les gens vous disent: "J'aspire et puis je ne

reçois rien, je n'ai pas de réponse !" Si, vous avez une réponse, mais vous ne vous en apercevez pas, parce que vous continuez à être actif, comme ça, comme un moulin qui tourne tout le temps.

Ouvrir la porte scellée

Nous pouvons, simplement par une aspiration sincère, ouvrir une porte scellée en nous et trouver... ce Quelque Chose qui changera toute la signification de la vie, qui répondra à toutes nos questions, qui résoudra tous les problèmes, et qui nous mènera vers cette perfection à laquelle nous aspirons sans le savoir, à cette Réalité qui *seule* peut nous satisfaire et nous donner une joie, un équilibre, une force, une vie durables.

Tout cela, vous l'avez entendu bien des fois.

Vous l'avez entendu — oh ! il y en a même qui sont tellement habitués que ça leur paraît la même chose que de boire un verre d'eau ou d'ouvrir sa fenêtre pour faire entrer le soleil.(...)

Nous avons essayé un petit peu, mais maintenant on va essayer sérieusement !

Le point de départ : vouloir — vraiment vouloir, en avoir besoin. Le pas suivant: penser *surtout* à ça. Un jour vient, très vite, où l'on ne peut pas penser à autre chose.

C'est la seule chose qui compte. Et puis...

On formule son aspiration, on laisse jaillir de son cœur la prière vraie, celle qui exprime la sincérité du besoin. Et alors... eh bien, on verra ce qui va arriver.

Il arrivera quelque chose. C'est sûr qu'il arrivera quelque chose. Pour chacun, cela prendra une forme différente.

L'aspiration est comme une flèche

L'aspiration est comme une flèche, comme ça (*geste*). Alors tu inspires, tu veux *très* fortement comprendre, savoir, entrer dans la vérité, hein ? Et alors avec cette aspiration tu fais comme cela: ton aspiration monte, monte, monte, monte, monte, monte tout droit, très fort, et puis ça bat contre une espèce de... comment dire... de casque qui est là, qui est dur comme du fer et extrêmement épais, et ça ne passe pas. Et alors tu dis : "Voilà, à quoi ça sert d'aspirer? Ça ne donne rien du tout. Je rencontre quelque chose de dur, et ça ne peut pas passer !" Mais tu sais, la goutte d'eau qui tombe sur le rocher, elle finit par faire un précipice : ça coupe le rocher du haut en bas. Ton aspiration, c'est une goutte d'eau qui, au lieu de tomber, monte. Alors à force de monter, elle bat, elle bat, elle bat, et un jour ça fait un trou, à force de monter ; et quand ça fait le trou tout d'un coup ça jaillit en dehors de ce casque et ça entre dans une immensité de lumière, et tu dis : "Ah ! maintenant je

comprends."

C'est comme ça. Alors il faut être très persistant, très obstiné et avoir une aspiration qui monte tout droit, c'est-à-dire qui ne va pas vagabonder ici et là, cherchant toutes sortes de choses. Seulement ça : comprendre, comprendre, comprendre, savoir, connaître, être.

Quand on arrive tout en haut, alors, il n'y a plus à comprendre, il n'y a plus à savoir, on *est*, et c'est quand on *est* qu'on comprend et qu'on sait.

CONCENTRATION, MEDITATION, TRAVAIL

Concentrer l'attention

Quoi que l'on veuille faire dans la vie, une chose est absolument indispensable et à la base de *tout*, c'est la capacité de concentration de l'attention. Si l'on arrive à rassembler les rayons de l'attention et de la conscience sur un point, et que l'on soit capable de maintenir cette concentration avec une volonté persistante, il n'y a *rien* qui puisse résister — quoi que ce soit, depuis le développement physique le plus matériel jusqu'au développement spirituel le plus élevé. Mais cette discipline doit être suivie d'une façon constante et pour ainsi dire imperturbable ; non pas qu'il faille toujours être concentré sur la même chose — ce n'est pas cela que je veux dire, je veux dire apprendre à se concentrer.

Et matériellement, pour les études, pour les sports, pour tout développement physique ou mental, c'est absolument indispensable. Et la valeur de l'individu est proportionnelle à sa valeur d'attention.

Et au point de vue spirituel, c'est encore plus important. Il n'y a *pas* d'obstacle spirituel qui résiste à une puissance de concentration pénétrante. Par exemple, la découverte de l'être psychique, l'union avec le Divin intérieur, les ouvertures sur les sphères supérieures, *tout* peut s'obtenir par un pouvoir de concentration intense et obstiné — mais il faut apprendre à le faire.

Il n'y a aucune chose dans le domaine humain et même surhumain dont la clef ne soit pas le pouvoir de concentration.

Vous pouvez être le meilleur athlète, vous pouvez être le meilleur élève, vous pouvez être un génie artistique, littéraire ou scientifique, vous pouvez être le plus grand saint avec cette faculté-là. Et chacun possède en soi un tout petit commencement — c'est donné à tout le monde, mais on ne le cultive pas.

L'attention parfaite

Qu'est-ce que la concentration ?

C'est ramener tous les fils dispersés de la conscience sur un seul point, une seule idée. Ceux qui peuvent réaliser l'attention parfaite, réussissent tout ce qu'ils entreprennent, ils feront toujours beaucoup de progrès. Et cette concentration-là se développe tout comme des muscles ; on peut suivre différents systèmes, différentes méthodes d'entraînement. On sait aujourd'hui que l'être le plus chétif,

par exemple, peut, avec de la discipline, devenir aussi fort que les autres. Il ne faut pas avoir une volonté qui s'éteint comme une chandelle.

La volonté, la concentration doit se cultiver, c'est une question de méthode, d'exercice régulier. Si vous voulez, vous pouvez.

Mais il ne faut pas que la pensée "à quoi bon" vienne affaiblir la volonté. L'idée que l'on est né avec un caractère et qu'on n'y peut rien est une ânerie.

Le centre de l'aspiration

Il vaut toujours mieux tâcher de se concentrer dans un centre de l'aspiration si l'on peut dire, le lieu où brûle la flamme de l'aspiration, ramener toutes les énergies là, au centre du plexus solaire et, si possible, obtenir un silence attentif comme si l'on voulait écouter quelque chose d'extrêmement subtil, quelque chose qui nécessite une attention complète, une concentration complète et un silence total. Et puis ne plus bouger. Ne plus penser, ne plus bouger, et faire ce mouvement d'ouverture de façon à recevoir tout ce qui peut être reçu, mais en prenant bien soin de ne pas essayer de savoir ce qui se passe pendant que ça se passe, parce que, si l'on veut comprendre ou même observer activement, cela maintient une sorte d'activité cérébrale qui est défavorable à la plénitude de la réceptivité — se taire, se taire aussi totalement que possible, dans une concentration attentive, et puis ne plus bouger.

Si l'on réussit cela, alors, quand tout est fini, quand on est sorti de la méditation, quelque temps après (généralement pas immédiatement), surgit du dedans de l'être quelque chose de nouveau dans la conscience : une nouvelle compréhension, une nouvelle appréciation des choses, une nouvelle attitude dans la vie — en somme, une nouvelle manière d'être.

La méditation dynamique

Je pense que le plus important, c'est de savoir pourquoi l'on médite ; c'est cela qui donne la qualité de la méditation, qui fait qu'elle est d'un ordre ou d'un autre.

On peut méditer pour s'ouvrir à la Force divine, on peut méditer pour entrer dans les profondeurs de son être, on peut méditer pour apprendre à se donner intégralement ; on peut méditer pour toutes sortes de choses.

On peut méditer pour entrer dans la paix et le calme et le silence (c'est généralement ce que font les gens, sans y réussir très bien). Mais on peut méditer aussi pour recevoir la Force de transformation, pour découvrir les points à transformer, pour se tracer le chemin du progrès. Et puis, on peut aussi méditer pour des raisons très pratiques : quand on a une difficulté à résoudre, une solution à trouver, qu'on veut être aidé dans une action quelconque ; on peut méditer pour cela aussi.

Je pense que chacun a son propre mode de méditation. Mais si l'on veut que la méditation soit dynamique, il faut avoir une aspiration de progrès et que la méditation soit faite pour favoriser et pour satisfaire cette aspiration de progrès. Alors cela devient dynamique.

Méditation et progrès

Le nombre d'heures passées en méditation n'est pas un indice du progrès spirituel. Quand vous n'avez plus à faire d'effort pour méditer, vous avez réellement progressé.

Il arrive un moment où l'on a plutôt à faire effort pour mettre fin à la méditation ; il devient difficile de ne pas méditer, difficile de s'arrêter de penser au Divin, difficile de redescendre vers la conscience ordinaire. Vous pouvez être sûr d'avoir accompli un vrai progrès quand la concentration sur le Divin est devenue la nécessité de votre vie, quand vous ne pouvez plus vous en passer, quand elle se poursuit naturellement, depuis le matin jusqu'au soir, quelle que soit votre occupation par ailleurs, que vous vous asseyiez pour méditer, ou que vous bougiez pour agir et travailler. Ce qui est exigé de vous, c'est la conscience ; il n'y a qu'une chose nécessaire : être constamment conscient du Divin.

Mais n'est-ce point une discipline indispensable que de s'asseoir pour méditer ; et n'obtient-on pas ainsi une union avec le Divin plus intense et plus concentrée ?

C'est possible. Mais une discipline en elle-même n'est pas ce que nous recherchons. Ce que nous voulons, c'est d'être concentrés sur le Divin dans tout ce que nous faisons, en tout temps, dans tous nos actes, tous nos mouvements. Il y en a quelques-uns ici, à qui l'on a dit de méditer ; mais il y en a d'autres aussi à qui l'on n'a jamais demandé de le faire. Et pourtant, il ne faudrait pas croire qu'ils ne progressent pas. Eux aussi, suivent une discipline, mais d'une autre nature. Travailler, agir avec dévotion et avec une consécration intérieure, est aussi une discipline spirituelle. Le but final est d'être en union constante avec le Divin, non seulement en méditation, mais dans toutes les circonstances de la vie active.

Méditer en toutes circonstances

Vous pouvez faire l'action la plus active, par exemple jouer au basket-bail, ce qui exige beaucoup de mouvement, et ne pas perdre l'attitude de méditation intérieure et de concentration sur le Divin. Et quand vous en serez là, vous verrez que tout ce que vous faites change de qualité ; non seulement vous le ferez mieux, mais vous le ferez avec une puissance tout à fait inattendue, et en même temps vous garderez votre conscience si haute et si pure que plus rien ne pourra vous toucher. Et notez que cela peut aller si loin que, même s'il vous arrive un accident, cela ne vous fera pas de mal. Naturellement, c'est un sommet, mais c'est un

sommet auquel on peut aspirer.

Ne tombez pas dans l'erreur si commune de croire qu'il faut s'asseoir dans un coin tout à fait silencieux où personne ne passe, où vous êtes dans une position classique et tout à fait immobile, pour pouvoir méditer — ce n'est pas vrai. Ce qu'il faut, c'est arriver à méditer en toutes circonstances, et j'appelle "méditer" non pas vider votre tête, mais vous concentrer dans une contemplation du Divin ; et si vous gardez cette contemplation au-dedans de vous, tout ce que vous ferez changera de qualité — pas d'apparence, car apparemment ce sera la même chose, mais de qualité. Et la vie changera de qualité, et vous, vous vous sentirez un peu différent de ce que vous étiez, avec une paix, une certitude, une tranquillité intérieure, une force invariable, quelque chose qui ne fléchit pas.

Être maître chez soi

Ceux qui méprisent les activités physiques sont des gens qui ne pourront pas faire un seul pas sur le vrai chemin du yoga intégral, à moins qu'ils ne se débarrassent d'abord de leur mépris. Le contrôle du corps sous toutes ses formes est une base indispensable. Un corps qui vous gouverne est un ennemi, c'est un désordre qui est inacceptable. C'est la volonté éclairée de l'esprit qui doit gouverner le corps, et non le corps qui doit imposer sa loi à l'esprit. Quand on sait qu'une chose est mauvaise, il faut être capable de ne pas la faire. Quand on veut qu'une chose se réalise, il faut être capable de la faire, et il ne faut pas à chaque pas être arrêté par une incapacité, ou une mauvaise volonté ou un manque de collaboration du corps ; et pour cela, il faut suivre une discipline physique et être le maître dans sa propre maison.

C'est très joli de s'évader dans des méditations et de regarder du haut de sa soi-disant grandeur les choses matérielles, mais celui qui n'est pas le maître chez lui est un esclave.

Le corps a besoin d'activité

Le corps a besoin d'activité : si vous le gardez inactif, il commencera à se révolter, en étant malade, etc. Il lui faut une activité et, vraiment, n'est-ce pas, une activité comme de planter des fleurs, de construire une maison, une chose vraiment matérielle. Il faudrait sentir... et alors il y a ceux qui font des exercices, ceux qui montent à bicyclette. Il y a d'innombrables activités, mais dans votre petit groupe, il faudrait que vous vous entendiez tous entre vous pour que chacun puisse trouver l'activité qui est conforme à son tempérament, à sa nature, à son besoin. Mais pas avec des idées. Les idées, ce n'est pas très bon, les idées vous donnent des préjugés, n'est-ce pas: "Ça, c'est un bon travail, ça ce n'est pas digne de moi", et toutes sortes de sottises. Il n'y a pas de mauvais travail — il y a de mauvais travailleurs, mais il n'y a pas de mauvais travail. Tout travail est bon

quand on sait le faire de la bonne manière. Tout. Et c'est une sorte de communion. Et si pour votre bonheur vous êtes conscient d'une lumière intérieure, alors vous voyez que dans votre travail manuel c'est comme si vous appeliez le Divin dans les choses ; et alors la communion devient très concrète, et il y a un monde à découvrir, et c'est merveilleux.

Se souvenir et offrir

Quand nous sommes concentrés dans les mouvements du mental ou les spéculations intellectuelles, pourquoi oublions-nous parfois le Divin ou perdons-nous contact avec lui ?

Vous perdez le contact parce que votre conscience est encore divisée. Le Divin n'a pas encore fait de votre esprit sa demeure ; vous n'êtes pas encore entièrement consacré à la Vie Divine. Autrement, vous pourriez vous concentrer autant que vous voudriez sur les choses dont vous parlez, et vous n'en conserveriez pas moins la perception que vous êtes aidé et soutenu par le Divin.

Dans toutes vos recherches, intellectuelles ou autres, votre devise doit être: "Se souvenir et offrir". Quoique vous fassiez, faites-le comme une offrande au Divin. Et ce sera aussi une excellente discipline pour vous: cela vous empêchera de faire beaucoup de choses sottes et inutiles.

L'ŒUVRE DIVINE

Les trois victoires

La première victoire est de créer une individualité. Et puis après, la seconde victoire, c'est de donner cette individualité au Divin. Et la troisième victoire, c'est que le Divin change votre individualité en un être divin.

Il y a trois étapes : la première c'est de devenir un individu ; la seconde c'est de consacrer l'individu et qu'il se soumette entièrement au Divin pour s'identifier à Lui ; et la troisième c'est que le Divin s'empare de cet individu et le change en un être à Sa propre image, c'est-à-dire qu'il devienne divin lui aussi.

Généralement, tous les yogas s'arrêtaient à la seconde. Quand on était arrivé à soumettre l'individu et à le donner sans réserve au Divin pour s'identifier à Lui, on considérait que son travail était fini, que tout était accompli. Mais nous, nous commençons là, et nous disons : "Non, c'est seulement un commencement. Nous voulons que ce Divin auquel nous nous sommes identifiés, entre dans notre individualité et en fasse une personnalité divine agissant dans un monde divin. Et ça, c'est ce que nous appelons la transformation. Mais l'autre la précède, doit précéder. Si ce n'est pas fait, il n'y a pas de possibilité de faire la troisième. On ne peut pas passer de la première à la troisième ; il faut passer à travers la seconde.

Consécration à l'Œuvre divine

Chaque fois que quelqu'un vient me trouver pour me dire : "Je viens pour *mon* yoga." — "Oh, je dis, non ! ne venez pas ! C'est beaucoup plus difficile ici que n'importe où." (...) Si quelqu'un vient me dire: "Je viens pour travailler, je viens pour me rendre utile", ça va bien. Mais si quelqu'un me dit en venant : "J'ai beaucoup de difficultés dehors, je n'arrive pas à surmonter ces difficultés, je veux venir ici parce que ça m'aidera", je dis: "Non, non ! ce sera *beaucoup* plus difficile ici ; vos difficultés vont croître *considérablement*." Et c'est ça, ce que ça veut dire : parce que ce ne sont plus des difficultés isolées ; ce sont des difficultés collectives.

Alors, en plus de votre propre difficulté personnelle, vous avez toutes les frictions, tous les contacts, toutes les réactions, toutes les choses qui viennent du dehors. Comme une épreuve. Juste sur le point faible, l'endroit qui est le plus difficile à résoudre ; c'est là que vous entendrez de quelqu'un la phrase qui était justement celle que vous ne vouliez pas entendre ; on fera pour vous le geste qui

était justement celui qui pouvait vous choquer ; vous vous trouvez en présence d'une circonstance, d'un mouvement, d'un fait, d'un objet, n'importe quoi — juste les choses qui... "Ah! comme j'aurais voulu que cela ne se produise pas!" Et ce sera ça qui se produira. Et de plus en plus. Parce que vous ne faites pas votre yoga pour vous-même, seul. Mais vous faites le yoga pour tout le monde, sans le vouloir, automatiquement.

Alors quand les gens viennent et me disent : "Je viens ici pour la paix, la tranquillité, les loisirs, pour faire mon yoga", je dis: "Non, non, non! allez-vous-en tout de suite, ailleurs, vous serez beaucoup plus tranquille, n'importe où, excepté ici." Si on vient en me disant: "Eh bien voilà, je sens qu'il faut que je me consacre à l'Œuvre divine, je suis prêt à faire n'importe quel travail que vous me donnerez", alors je dis: "Bon, ça va bien. Si vous avez de la bonne volonté, de l'endurance, et une capacité, ça va bien. Mais pour trouver la solitude nécessaire à votre développement intérieur, il vaut mieux aller n'importe où, *n'importe où* excepté ici."

L'Œuvre à accomplir

Toute cette perfection qu'on va acquérir, ce n'est pas dans un but personnel et égoïste, c'est pour pouvoir manifester le Divin, c'est mis au service du Divin. On ne poursuit pas ce développement avec une intention égoïste de perfection personnelle ; on le poursuit parce que c'est l'Œuvre divine qui est à accomplir.

Mais pourquoi est-ce qu'on fait cette Œuvre divine? C'est pour nous rendre...

Non, du tout ! C'est parce que c'est la Volonté divine. Ce n'est pas pour une raison personnelle du tout, ça ne doit pas l'être. C'est parce que telle est la Volonté divine et c'est l'Œuvre divine.

Tant qu'il se mélange là-dedans une aspiration personnelle ou un désir personnel, une volonté égoïste, cela fait toujours un mélange et ce n'est pas exactement l'expression de la Volonté divine. La seule chose qui doit compter, c'est le Divin, Sa volonté, Sa manifestation, Son expression. On est là pour ça, on est cela, et pas autre chose. Et tant qu'il y a un sentiment du moi, de l'ego, de la personne, qui entre, eh bien, ça prouve qu'on n'est pas encore ce qu'on doit être, c'est tout. Je ne dis pas que cela peut se faire du jour au lendemain, mais enfin c'est ça la vérité.

La vraie honnêteté

Mère, pourquoi ici, dans le travail, certaines personnes se permettent-elles de satisfaire leurs fantaisies et ainsi beaucoup d'argent est gaspillé ?

Il n'y a pas que l'argent qui soit gaspillé.

L'Énergie, la Conscience est *infiniment*, mille fois plus gaspillée que l'argent. S'il ne devait pas y avoir de gaspillage, ma foi, je crois qu'il ne pourrait pas y avoir l'Ashram. Il n'y a pas de seconde où il n'y ait pas un gaspillage — il y a quelquefois pire que ça. Il y a cette habitude (qui est très peu consciente, je l'espère) d'absorber autant d'Énergie et autant de Conscience que l'on peut, et de s'en servir pour ses satisfactions personnelles. Ça, c'est une chose qui se passe à chaque minute. Si toute l'Énergie, toute la Conscience qui est constamment répandue sur vous tous était utilisée pour les fins véritables, c'est-à-dire pour l'Œuvre divine et pour la préparation à l'Œuvre divine, nous serions déjà très loin sur le chemin, beaucoup plus loin que nous le sommes. Mais chacun, plus ou moins consciemment, et en tout cas instinctivement, absorbe autant de Conscience et autant d'Énergie qu'il le peut, et dès qu'il sent cette Énergie en lui, il s'en sert pour des fins personnelles, sa satisfaction.

Qui pense que toute cette Force qui est là, qui est infiniment plus grande, infiniment plus précieuse que toutes les forces de l'argent, cette Force qui est là et qui est donnée consciemment, constamment, avec une persévérance et une patience sans fin, seulement dans *un seul but*, celui de réaliser l'Œuvre divine — qui est-ce qui pense à ne pas la gaspiller? Qui est-ce qui se rend compte que c'est un devoir sacré de faire des progrès, de se préparer à mieux comprendre et à mieux vivre ? Parce qu'on vit *par* l'Énergie divine, on *vit par* la Conscience divine et qu'on s'en sert pour des fins personnelles, égoïstes.

On est choqué quand il y a quelques milliers de roupies qui sont gaspillées, mais on n'est pas choqué quand il y a des... flots de Conscience et d'Énergie qui sont détournées de leurs fins véritables !

Si on veut faire une Œuvre divine sur la terre, il faut venir avec des tonnes de patience et d'endurance. Il faut savoir vivre dans l'éternité et attendre que la conscience s'éveille en chacun — la conscience de ce que c'est que la *vraie* honnêteté.

L'esprit de l'Œuvre divine

Mère, si par exemple, dans le saut en longueur, on fait l'effort de sauter à une distance de plus en plus grande, comment est-ce qu'on fait l'Œuvre divine ?

Hein ? Pardon, ce n'est pas pour le plaisir de faire un saut en longueur, c'est pour rendre votre corps plus parfait dans son fonctionnement, et par conséquent un instrument plus apte à recevoir les forces divines et à les manifester.

Mais tout, tout ce que l'on fait dans cet endroit-ci doit être fait dans cet esprit-ci, autrement vous ne profitez même pas de l'occasion qui vous est donnée, des circonstances qui vous sont données. Je vous ai expliqué l'autre jour, n'est-ce pas, que la Conscience est là, pénétrant toutes choses et essayant de se manifester dans tous les mouvements. Mais si vous, de votre côté, vous vous dites que l'effort que

vous faites, le progrès que vous faites, vous le faites afin de vous rendre plus capable de recevoir cette Conscience et de la manifester, le travail, naturellement, se fera beaucoup mieux et beaucoup plus vite.

PAIX ET TRANQUILLITÉ

L'illusion de l'action

L'agitation, la hâte, l'inquiétude ne mènent nulle part. C'est l'écume sur la mer, beaucoup d'embarras ne produisant rien. Les hommes ont la sensation qu'ils ne font rien s'ils ne courent pas tout le temps, de tous les côtés, en se précipitant dans des accès d'activité fiévreuse, en fondant des groupes, des sociétés, des mouvements. C'est une illusion de croire que tous ces soi-disant mouvements changent quelque chose. Cela revient à prendre une tasse et à agiter l'eau qu'elle contient; l'eau se déplace, mais n'est en aucune façon changée par cette agitation.

Cette illusion de l'action est l'une des plus grandes illusions de la nature humaine. Elle nuit au progrès, parce qu'elle incite à se jeter constamment dans quelque mouvement turbulent. Si seulement on pouvait se rendre compte de l'illusion, de l'inutilité de tout cela, voir à quel point cela ne change rien ! Nulle part on ne peut accomplir quelque chose de cette manière. Ceux qui courent ainsi, de ci, delà, sont les jouets de forces qui les font danser pour leur propre amusement, et ce ne sont certes pas des forces de la meilleure qualité.

Tout ce qui a été fait dans le monde, l'a été par le petit nombre de ceux qui se tiennent en dehors de l'action, dans le silence, car ce sont eux qui sont les instruments du Pouvoir divin. Ils sont ses agents dynamiques, ses intermédiaires conscients ; ils font descendre les forces qui transforment le monde. C'est ainsi que les choses peuvent être faites, non par une activité agitée. Dans la paix, le silence et le calme, le monde a été construit ; et de même, chaque fois que quelque chose est à construire véritablement, c'est dans la paix, le silence et le calme que cela doit être fait. C'est une grande ignorance de croire que l'on doit courir du matin au soir et travailler à toutes sortes de choses futiles, afin d'accomplir quelque chose pour le monde.

Apprendre à être tranquille

Le bruit que tous les mots, toutes les idées font dans la tête est un bruit assourdissant qui vous empêche d'entendre la Vérité si elle veut se manifester.

Apprendre à être tranquille et silencieux... Quand on a un problème à résoudre, au lieu de remuer dans sa tête toutes les possibilités, toutes les conséquences, toutes les choses possibles qu'il faut faire ou qu'il ne faut pas faire, si l'on reste tranquille avec, si possible, une aspiration de bonne volonté, un besoin de bonne

volonté, très vite la solution vient. Et comme on est silencieux, on est capable de l'entendre.

Quand vous êtes pris dans une difficulté, essayez cette méthode : au lieu de vous agiter, de remuer toutes les idées, de chercher activement des solutions, de vous inquiéter, de vous tourmenter, de courir de ci delà dans votre tête — je ne dis pas extérieurement parce que, extérieurement, on a assez de bon sens pour ne pas le faire probablement ! mais intérieurement, dans la tête —, *rester tranquille*. Et suivant votre nature, avec une ardeur ou une paix, une intensité ou un élargissement, ou tout cela à la fois, implorer la lumière et attendre qu'elle vienne.

Le chemin serait ainsi considérablement raccourci.

Paix, Paix, Paix

Comment établir une paix et un silence stables dans le mental ?

D'abord il faut le vouloir.

Et puis, il faut essayer, et il faut persévérer, continuer à essayer... Tu t'assois tranquille, d'abord; et puis, au lieu de penser à cinquante choses, tu commences à te dire: "Paix, paix, paix, paix, paix, calme, paix..." Tu imagines la paix et le calme. Tu aspiras, tu demandes à ce qu'elle vienne : paix, paix, calme. Et alors, quand quelque chose vient te toucher et agir, tu dis tranquillement, comme ça: "Paix, paix, paix." Tu ne regardes pas les pensées, tu n'écoutes pas les pensées, n'est-ce pas. Tout ce qui vient, il ne faut pas faire attention. Tu sais, quand quelqu'un vous ennuie beaucoup et qu'on veut se débarrasser de lui, on ne l'écoute pas, hein? Bon! On tourne la tête, et on pense à autre chose. Eh bien, il faut faire comme ça : quand les pensées viennent, faut pas les regarder, faut pas écouter, faut pas faire attention du tout, faire comme si elles n'existaient pas, n'est-ce pas. Et puis, tout le temps répéter comme une sorte de... comment dire... comme quand on est idiot et qu'on répète toujours la même chose. Eh bien, il faut faire la même chose ; il faut répéter : "Paix, paix, paix." Alors tu essayes pendant quelques minutes, et puis tu fais ce que tu as à faire ; et puis, à un autre moment, tu recommences ; tu t'assois encore, et puis tu essayes. Tu fais cela le matin en te levant, tu fais cela le soir en te couchant. Tu peux faire cela... tiens, si tu veux bien digérer ta nourriture, tu peux faire cela quelques minutes avant de manger. Tu ne t'imagines pas comme cela aidera ta digestion ! Avant de commencer à manger, tu restes assis, tranquille, et tu dis : "Paix, paix, paix..." et puis *tout* deviendra calme. C'est comme si les bruits s'en allaient loin, loin, loin... (*Mère étend les bras des deux côtés*) Et puis il faut continuer ; et il y a un moment où on n'a plus besoin de s'asseoir ; et n'importe ce que l'on fait, n'importe ce que l'on dit, c'est toujours "paix, paix, paix..." Tout reste là, comme ça, cela n'entre pas (*geste sur le devant du front*), cela reste comme ça. Et là, on est toujours dans une paix parfaite... après quelques années.

Mais au commencement, un tout petit commencement, deux ou trois minutes, c'est très simple. Pour une chose compliquée, il faut faire des efforts, et quand on fait des efforts, alors on n'est pas tranquille. C'est difficile de faire des efforts en étant tranquille. Très simple, très simple, il faut être très simple dans ces choses. C'est comme si tu apprenais à appeler un ami : à force de l'appeler, il vient. Eh bien, de la paix et du calme tu fais ton ami, et tu l'appelles ! "Viens, paix, paix, paix, paix, viens..."

Asseyez-vous donc tranquillement

Quand on a un peu de temps, que ce soit une heure ou quelques minutes, se dire: "Enfin! j'ai le temps de me concentrer, de me rassembler, de revivre la raison d'être de ma vie et de m'offrir à Ce qui est vrai et éternel." Si l'on prenait soin de faire cela chaque fois qu'on n'est pas harcelé par les circonstances extérieures, on s'apercevrait que l'on avance très vite sur le chemin. Au lieu de gaspiller son temps à bavarder, à faire des choses inutiles et à lire des choses qui rabaissent la conscience... il vaut mieux être modéré, pondéré, patient, tranquille, mais ne jamais perdre l'occasion qui vous est donnée, c'est-à-dire utiliser pour le vrai but la minute inoccupée qui se trouve devant vous.

Quand vous n'avez rien à faire, vous vous agitez, vous courez, vous allez rencontrer des amis, vous allez vous promener — pour ne parler que du mieux, je ne veux pas parler des choses qui sont ouvertement à ne pas faire —, au lieu de cela, asseyez-vous donc tranquillement devant le ciel, devant la mer ou sous les arbres, suivant les possibilités (ici on les a toutes), et essayez de réaliser une de ces choses, de comprendre pourquoi l'on vit et d'apprendre comment il faut vivre, de songer à ce que l'on veut faire et ce qui doit être fait, quel est le meilleur moyen d'échapper à l'Ignorance, au Mensonge, à la douleur dans laquelle on vit.

Élargir sa conscience

Douce Mère, comment rendre la conscience vaste ?

Vaste ? Ah, il y a beaucoup de moyens pour cela.

Le moyen le plus facile, c'est de s'identifier avec quelque chose de vaste. Par exemple, quand vous sentez que vous êtes enfermé dans une pensée, une volonté, une conscience tout à fait étroites, limitées, que vous vous sentez comme dans une coquille, alors, si vous vous mettez à penser à quelque chose de très vaste, comme, par exemple, à l'immensité de l'eau d'un océan, et que vraiment vous pensez à cet océan, et comment il s'étend loin, loin, loin, loin, dans tous les sens, comme ça (*Mère étend les bras*), par rapport à vous, que c'est si loin, si loin que vous ne pouvez pas voir les bords, vous ne pouvez pas arriver aux extrémités, n'est-ce pas, ni en arrière, ni en avant, ni à gauche, ni à droite... c'est grand, grand, grand,

grand... Vous pensez à cela, et puis alors, vous avez l'impression que vous flottez sur cette mer, comme ça, et qu'il n'y a *pas* de limites... Ça, c'est très commode. Alors, vous élargissez un peu votre conscience.

Il y a d'autres gens qui, par exemple, commencent à regarder le ciel ; et alors, ils s'imaginent, n'est-ce pas, tous ces espaces entre toutes ces étoiles, et tout... cette sorte d'infinité d'espaces, où la terre est un petit point, et vous, vous êtes un tout petit point, plus petit qu'une fourmi, sur la terre. Et alors, vous regardez ce ciel, et puis vous avez l'impression que vous flottez dans ces espaces infinis, entre les planètes, et vous êtes de plus en plus large pour aller de plus en plus loin. Il y a d'autres gens qui réussissent avec cela.

Il y a un moyen qui consiste à essayer de s'identifier avec toutes les choses de la terre. Par exemple, quand on a une petite vision étroite de quelque chose, et qu'on est gêné par la vision des autres et le point de vue des autres, il faut commencer par déplacer sa conscience, essayer de la mettre dans les autres, et essayer petit à petit de s'identifier avec toutes les façons de penser de tous les autres. Ça, c'est un petit peu plus... comment dire... dangereux. Parce que s'identifier avec la pensée et la volonté des autres, c'est s'identifier avec un tas de stupidités (*Mère rit*) et de mauvaises volontés, et que cela peut amener des résultats qui ne sont pas très bons. Mais enfin, il y a des gens qui font cela plus facilement. Par exemple, quand ils sont en désaccord avec quelqu'un, pour arriver à élargir leur conscience, ils essayent de se mettre à la place des autres, et de voir la chose non pas par leur propre point de vue, mais par les points de vue des autres. Cela élargit la conscience, mais pas autant que par les premières choses que j'ai dites, qui sont, celles-là, très innocentes. Elles ne vous font aucun mal, elles vous font beaucoup de bien. Elles vous rendent très paisible.

S'ouvrir aux régions supérieures

Si vous vous ouvrez aux régions supérieures de la conscience, et que la force descende du haut, tout naturellement elle établit un silence dans les régions inférieures, parce qu'elles sont dominées par cette puissance supérieure qui descend. Cela vient des régions supérieures du mental ou d'au-delà, même du Supramental. Alors, quand cette force et cette conscience descendent et entrent dans les consciences d'un plan inférieur, ces consciences deviennent naturellement tranquilles, parce qu'elles sont comme envahies, comme inondées par cette lumière supérieure qui les transforme.

En fait, c'est même la seule façon d'établir un silence constant dans son mental. C'est de s'ouvrir à des régions supérieures et de laisser cette conscience supérieure, cette force, cette lumière, descendre constamment dans le mental plus inférieur et prendre possession de lui. Et là, quand c'est comme cela, ce mental inférieur peut rester constamment tranquille et silencieux, parce que c'est cela qui agit, et qui remplit tout l'être. On peut agir, écrire et parler sans que le mental soit

actif, avec cette force venant d'en haut, pénétrant dans le mental et se servant de lui, et le mental lui-même devient simplement un instrument pacifique. Et en fait, c'est la seule façon d'établir le silence ; parce qu'une fois que ça, c'est établi, le silence est établi, le mental ne bouge plus, il agit seulement sous l'impulsion de cette force quand elle se manifeste en lui. C'est comme un champ très tranquille, très silencieux, et quand la force vient, elle met en mouvement et se sert des éléments, et elle s'exprime à travers le mental sans que le mental s'agite. Il reste très tranquille.

L'EXPÉRIENCE SPIRITUELLE ET PSYCHIQUE

L'expérience spirituelle

Tu parles de l'expérience spirituelle. Qu'est-ce que c'est qu'une expérience et comment peut-on l'avoir?

C'est quelque chose qui vous met en contact avec une conscience supérieure à celle que vous avez d'ordinaire. Tu te sens d'une façon quelconque, tu ne t'en aperçois même pas, c'est pour toi ta condition ordinaire, n'est-ce pas. Eh bien, si tout d'un coup tu deviens consciente en toi de quelque chose qui est très différent et très supérieur, alors, quoi que cela soit, ce sera une expérience spirituelle. Tu peux le formuler avec une idée mentale, tu peux ne pas le formuler, tu peux te l'expliquer, tu peux ne pas te l'expliquer, cela peut durer, cela peut ne pas durer, être instantané. Mais quand il y a cette différence essentielle dans la conscience et quand, naturellement, la qualité qui vient est très... beaucoup plus haute, plus claire, plus pure que celle que l'on a d'habitude, alors on peut appeler cela une expérience spirituelle ; ce qui fait qu'il y a des milliers de choses différentes qui peuvent être appelées des expériences spirituelles.

Faut-il aspirer pour avoir une expérience spirituelle ?

Je crois qu'il est plus sage d'aspirer à faire un progrès, ou à être plus conscient, ou à être meilleur, ou à mieux faire, que d'aspirer à une expérience spirituelle ; parce que cela peut ouvrir la porte à des expériences plus ou moins imaginaires ou falsifiées, à des mouvements du vital qui prennent l'apparence des choses plus hautes. On peut se tromper soi-même, en ayant l'aspiration pour des expériences. Au fond, il faut que l'expérience vienne spontanément, comme le résultat d'un progrès intérieur, mais pas pour elle-même et en elle-même.

Sortir des mots

Le grand tort est que l'on pense avec les mots, mais ces mots sont vides de sens ; la plupart du temps ce ne sont que des mots — vous parlez du Divin, vous parlez du Suprême, vous parlez du yoga, vous dites beaucoup de choses, mais est-ce que tout cela correspond dans la tête à quelque chose de concret? à une pensée, un sentiment ou une idée claire, une expérience ? ou est-ce que ce sont simplement des mots ?

(...) Il faut que vous voyiez la chose, l'expérience derrière les mots. Ici, nous

parlons de "yoga", mais ailleurs on dirait autrement ; certains diraient : "Je cherche ma raison d'être" et ainsi de suite. Ceux qui ont l'esprit religieux diront : "Je veux trouver la Présence divine." Il y a cinquante manières de dire la chose, mais c'est *la chose* qui est importante ; il faut que vous la sentiez dans la tête, dans le cœur, partout. Il faut que ce soit concret, vivant, autrement on ne peut pas avancer. Il faut sortir des mots et entrer dans l'action — entrer dans l'expérience, entrer dans la vie.

Vivre ça

Il y a "quelque chose", il y a une réalité qui est par-delà toutes nos expressions, et que l'on peut, par une discipline suivie, arriver à contacter. On peut s'identifier. Une fois que l'on est identifié, on sait ce que c'est, mais on ne peut pas l'exprimer parce que les mots ne peuvent pas le dire. Alors, si l'on emploie un certain genre de vocabulaire, si l'on est dans une certaine conviction mentale, on emploiera le vocabulaire qui est en-conformité avec cette conviction. Si vous appartenez à un autre groupe qui ait une autre façon de parler, vous l'appellerez, ou même vous le penserez, de cette manière-là. Je vous dis cela pour vous donner l'impression vraie, c'est-à-dire qu'il y a là quelque chose qui est insaisissable — insaisissable par la pensée —, mais qui existe. Mais peu importe le nom que vous lui donnez, cela n'a aucune importance, ça *existe*. Et alors la seule chose à faire, c'est d'entrer en contact avec ça — ce n'est pas de lui donner un nom ni de le décrire. En fait, cela sert à très peu de chose de lui donner un nom et de le décrire. Il faut tâcher d'entrer en contact, de se concentrer là, de vivre ça, cette Réalité-là, et quel que soit le nom que vous lui donniez, cela n'a aucune importance une fois que vous avez l'expérience. C'est l'expérience seule qui compte. Et quand les gens associent l'expérience à une certaine expression (et d'une façon tellement étroite et tellement enfermée en elle-même que, en dehors de cette formule, on ne peut rien trouver), c'est une infériorité. Il faut être capable de *vivre* cette Réalité à travers tous les chemins possibles, toutes les occasions, toutes les formations ; il faut vivre ça, parce que ça, c'est vrai, parce que ça, c'est suprêmement bon, parce que ça, c'est tout-puissant, parce que ça, ça connaît tout, parce que ça, n'est-ce pas... Ça, on peut le vivre, mais on ne peut pas en parler. Et si l'on en parle, tout ce que l'on en dit n'a pas beaucoup d'importance. C'est seulement une façon de dire, c'est tout. Il y a toute une série de philosophes et de gens qui ont remplacé la notion de Dieu par une notion d'Absolu impersonnel, ou par une notion de Vérité, ou par une notion de Justice, ou même par une notion de Progrès — de quelque chose qui est éternellement progressif—, mais pour celui qui a, au-dedans de lui, la capacité de s'identifier à Cela, ce que l'on en dit n'a pas beaucoup d'importance. Quelquefois on peut lire tout un livre de philosophie et ne pas faire un pas de progrès. Quelquefois on peut être tout à fait un fervent d'une religion et ne pas faire de progrès. Il y a des gens qui ont passé des existences entières assis en contemplation et qui ne sont arrivés à rien. Il y a des gens (on a eu des exemples

fameux) qui faisaient un travail manuel des plus modestes, comme un savetier qui raccommodait de vieilles chaussures, et qui ont eu une expérience. C'est tout à fait en dehors de ce que l'on en pense et de ce que l'on en dit. C'est quelque chose qui est, c'est tout. Et tout ce qu'il faut, c'est l'être ; c'est arriver à s'identifier et à le vivre. Quelquefois vous lisez une phrase dans un livre et cela vous conduit là-bas. Quelquefois vous lisez des livres entiers de philosophie ou de religion, cela ne vous mène nulle part. Il y a des gens aussi, quand ils lisent des livres de philosophie, cela les aide à marcher. Mais tout ça, ce sont des choses secondaires. Il n'y a qu'une chose importante : c'est une volonté sincère et persistante, parce que cela ne se fait pas du jour au lendemain. Alors il faut persévérer. Quand on sent que l'on n'avance pas, il ne faut pas se décourager ; il faut chercher à savoir ce qu'il y a dans la nature qui s'oppose, et alors faire le progrès nécessaire. Et tout d'un coup on avance. Et quand vous arrivez au bout, vous avez une expérience. Et ce qui est remarquable, c'est que des individus qui ont suivi des chemins tout à fait différents, avec des constructions mentales tout à fait différentes, depuis le plus croyant jusqu'au plus incroyant, même des matérialistes, quand ils sont arrivés à cette expérience-là, elle est pour tous la même. Parce qu'elle est vraie — parce que c'est réel, parce que c'est Tunisie Réalité. Et c'est tout simplement ça. Je ne dis pas autre chose. Cela n'a aucune importance, la façon dont on en parle ; ce qui est important c'est de suivre le chemin, *votre* chemin, n'importe quel chemin — oui, d'aller là.

Naître à l'esprit

Dans l'existence individuelle, c'est l'esprit qui fait toute la différence ; tant que l'on parle de l'esprit et que c'est quelque chose que l'on a lu, dont on connaît vaguement l'existence et qui est une réalité pas très concrète pour la conscience, cela veut dire qu'on n'est pas né à l'esprit. Et quand on est né à l'esprit, il devient quelque chose de beaucoup plus concret, beaucoup plus vivant, beaucoup plus réel, beaucoup plus tangible que tout le monde matériel. Et c'est cela qui fait la différence essentielle entre les êtres. Quand c'est ça qui est spontanément réel — l'existence vraie, concrète, l'atmosphère dans laquelle on peut respirer librement —, alors on sait qu'on est passé de l'autre côté. Mais tant que c'est quelque chose d'un peu vague et imprécis — on en a bien entendu parler, on sait que ça existe mais... ça n'a pas de réalité concrète —, eh bien, cela veut dire que la nouvelle naissance n'a pas encore eu lieu.

Le renversement de conscience

Il y a un moment — parce que c'est la question qui devient de plus en plus intense et de plus en plus aiguë — où on a même le sentiment, justement, que les choses sont drôles, c'est-à-dire qu'elles ne sont pas vraies ; il arrive un moment où

cette sensation que l'on a de soi, d'être soi-même, devient étrange, une sorte de sens d'irréalité. Et la question continue à se poser: "Mais alors, qu'est-ce qui est moi ?" Eh bien, il y a un moment où ça se pose avec tant de concentration et tant d'intensité, qu'avec cette intensité de concentration, tout d'un coup il se produit un renversement, et alors, au lieu d'être de ce côté-ci on est de ce côté-là ; et quand on est de ce côté-là, alors tout est très simple, on comprend, on sait, on est, on vit, et alors on voit clairement l'irréalité du reste, et ça suffit.

N'est-ce pas, on peut attendre pendant des jours, des mois, des années, des siècles, des vies, avant que ce moment-là arrive. Mais si on intensifie son aspiration, il y a un moment où la pression est tellement grande et l'intensité de la question est tellement forte que quelque chose bascule dans la conscience ; et alors, c'est tout à fait l'impression qu'on a : au lieu d'être ici on est là, au lieu de voir du dehors et chercher à voir au-dedans, on est dedans ; et de la minute où on est dedans, *absolument tout change* complètement, et tout ce qui vous paraissait vrai, naturel, normal, réel, tangible, tout ça immédiatement, oui, ça vous paraît très grotesque, très drôle, très irréel, très absurde ; mais on a touché quelque chose qui est suprêmement vrai et éternellement beau, et ça on ne le perd plus.

Une fois que le renversement s'est produit, on peut glisser dans des consciences extérieures, ne pas perdre le contact ordinaire avec les choses de la vie, mais ça reste et ça ne bouge plus. On peut, en ayant affaire avec les autres, retomber un peu dans leur ignorance et leur aveuglement, mais il y a toujours quelque chose qui est là, vivant, debout dedans, qui ne bouge plus, jusqu'à ce que ça arrive à pénétrer tout, au point que c'est fini, l'aveuglement disparaît pour toujours. Et c'est une expérience absolument tangible, c'est une chose plus concrète que la chose la plus concrète, c'est plus concret qu'un coup de poing sur votre tête, c'est une chose plus réelle que n'importe quoi.

C'est pour ça que je dis toujours... quand les gens me demandent comment est-ce qu'on sait qu'on est en contact avec son être psychique, ou comment sait-on qu'on a trouvé le Divin, moi, ça me fait rire ; parce que quand ça vous arrive c'est fini, vous ne pouvez plus poser la question, c'est fait; vous ne demandez pas comment ça arrive, c'est fait.

Prendre conscience de son être psychique

Dans la vie ordinaire, il n'y a pas une personne sur un million qui a un rapport conscient avec son être psychique, même momentané. L'être psychique peut travailler du dedans, mais d'une façon tellement invisible et tellement inconsciente pour l'être extérieur, que c'est comme s'il n'existait pas. Et dans la plupart des cas, l'immense majorité, la presque totalité des cas, il est comme s'il était endormi, pas actif du tout, dans une sorte de torpeur. C'est seulement avec la sâdhanâ et un effort très persistant qu'on arrive à avoir un rapport conscient avec son être psychique.(...)

Dans presque tous les cas, il faut un effort très, très soutenu pour prendre conscience de son être psychique. Généralement il est considéré que si on met trente ans pour le faire, on est très heureux — trente ans d'effort soutenu, je dis. Il peut se faire que ce soit plus rapide. Mais c'est tellement rare qu'immédiatement on dit : "Cet être-là n'est pas un être humain ordinaire." C'est le cas des gens qui ont été considérés comme des êtres plus ou moins divins et qui ont été des grands yogis, des grands initiés.

L'être psychique

[L'être psychique] est un centre de lumière, de vérité, de connaissance et de beauté, que le Moi divin crée par sa Présence en chacun de nous, petit à petit ; il est influencé, formé et actionné par la Conscience divine dont il est une part, une parcelle. En chacun, c'est l'être interne qu'il faut trouver afin d'entrer en contact avec le Divin en soi. Il est l'intermédiaire entre la Conscience divine et la conscience ordinaire, c'est lui qui manifeste, dans la nature extérieure, l'ordre et la loi de la Volonté divine. Si votre conscience extérieure s'aperçoit de la présence de l'être psychique en vous et s'unit à lui, vous pouvez découvrir la Conscience Éternelle pure et vivre en elle. Au lieu d'être mû par l'ignorance, comme le sont constamment les êtres humains, vous devenez conscient de la présence d'une lumière et d'une connaissance éternelles au-dedans de vous, et c'est à Cela que vous faites votre soumission, que vous vous consacrez intégralement afin de l'exprimer dans tous vos mouvements.

Car l'être psychique est cette partie de vous qui est déjà donnée au Divin. C'est son influence, se répandant graduellement du dedans au dehors, vers les frontières les plus matérielles de votre conscience, qui effectuera la transformation de votre nature entière. La plupart des gens sont inconscients du psychique au-dedans d'eux ; l'effort du yoga est de vous en rendre conscient afin que le processus de la transformation, au lieu d'être un lent labeur se poursuivant à travers les siècles, puisse être condensé en une vie unique ou même en plusieurs années.

L'être psychique est ce qui persiste après la mort, parce qu'il est le moi immortel ; c'est lui qui perpétue la conscience de vie en vie.

L'être psychique possède la réelle individualité du vrai individu divin en vous ; car l'individualité signifie le mode spécial d'expression, propre à chacun, et votre être psychique est l'un des innombrables aspects particuliers de la Conscience divine unique qui a pris forme en vous.

L'habitable du Divin

Dans les profondeurs de votre conscience, l'être psychique, qui est l'habitable en vous du Divin, est le centre autour duquel doit se faire l'unification de toutes

ces parties divergentes et de tous ces mouvements contradictoires de votre être.

Une fois que vous êtes devenu conscient de l'être psychique et de ses aspirations, toutes les difficultés et tous les doutes peuvent être détruits. Cela prend plus ou moins de temps, mais vous êtes sûr du succès final. Dès que vous vous êtes tourné vers le Divin, lui disant : "Je veux être tien", et que le Divin vous a accepté, le monde tout entier ne peut vous empêcher de le joindre. Quand l'être central a fait sa soumission, la difficulté principale a disparu. L'être extérieur est comme une écorce. Chez les gens ordinaires, l'écorce est si dure et si épaisse qu'ils ne sont point conscients du Divin au-dedans d'eux. Mais si, même pour un moment, l'être intérieur s'est éveillé et a dit : "Je suis ici et je t'appartiens", c'est comme si un pont était construit, et petit à petit, l'écorce s'amincit jusqu'à ce que les deux parties soient complètement jointes et que l'être interne et externe ne fassent plus qu'un.

Le pourquoi de la vie physique

Ce genre de travail, cette harmonisation et cette organisation de l'être autour du Centre divin, ne peut se faire que dans un corps physique et sur la terre. C'est vraiment la raison essentielle et primordiale de la vie physique. Parce que, dès que vous n'êtes plus dans un corps physique, vous ne pouvez plus le faire *du tout*.

Et ce qui est encore plus remarquable, c'est que ce sont seulement les êtres humains qui peuvent le faire, parce que ce sont seulement les êtres humains qui ont au centre d'eux-mêmes une Présence divine dans l'être psychique.^..)

Et alors, les êtres humains viennent dans un corps sans savoir pourquoi, la majorité d'entre eux traversent toute la vie sans savoir pourquoi, ils quittent leur corps sans savoir pourquoi, et il faut qu'ils recommencent indéfiniment la même chose, jusqu'à ce que, un jour, il se trouve quelqu'un pour leur dire : "Attention ! Vous savez, ça a une raison d'être. Vous êtes ici pour ce travail-là, ne perdez pas votre occasion !"

Et combien d'années on gaspille.

La fonction de l'être psychique

Quel est le travail de l'être psychique ?

Quel est le travail de l'être psychique ? Tu veux qu'il ait un travail ? Qu'est-ce que tu veux dire exactement ? Quelle est sa fonction ? Ah ! Eh bien, on pourrait dire comme cela : c'est comme le fil électrique qui relie le générateur à la lampe. Maintenant si quelqu'un a compris, qu'il m'explique ce que je dis !(...)

Le générateur c'est le Divin, et la lampe c'est le corps.

C'est le corps, c'est l'être visible.

Alors ça, c'est sa fonction ! C'est-à-dire que s'il n'y avait pas de psychique dans la Matière, il ne pourrait pas y avoir de contact direct avec le Divin. Et c'est grâce à cette présence psychique dans la Matière que le contact peut être direct entre la Matière et le Divin, et qu'on peut dire à tous les êtres humains : vous portez le Divin au-dedans de vous, et vous n'avez qu'à rentrer au-dedans de vous et vous le trouverez.

L'être psychique et les circonstances de la vie

Je pense que plus on est psychique, généralement, plus on a de difficultés. Seulement, on est armé pour faire face aux difficultés. Mais plus on est psychique, plus on est en contradiction avec l'état du monde actuel. Alors quand on est en contradiction avec quelque chose, le résultat, ce sont des difficultés. Et j'ai remarqué que le plus souvent les gens qui ont beaucoup de difficultés sont des gens qui sont en rapport plus ou moins étroit avec leur être psychique. Si tu veux parler des circonstances extérieures... je ne parle pas du caractère, c'est tout à fait différent, mais des circonstances extérieures... et les gens qui ont le plus à lutter et auraient le plus de raisons de souffrir, ce sont des gens qui ont un être psychique très développé.

D'abord, le développement de l'être psychique a un double résultat, qui est concomitant. C'est-à-dire que, avec le développement de l'être psychique, la sensibilité de l'être croît. Et avec la croissance de la sensibilité, il y a aussi la croissance de la capacité de souffrir ; mais il y a la contrepartie, c'est que dans la mesure où on est en relation avec l'être psychique, on fait face aux circonstances de la vie d'une façon tout à fait différente et avec une sorte de liberté intérieure, qui fait que vous êtes capable de vous reculer d'une circonstance et de ne pas sentir le choc de la façon ordinaire. Vous pouvez faire face à la difficulté ou aux choses extérieures avec calme, paix et une connaissance intérieure suffisante pour ne pas être troublé. Alors, d'une part on est plus sensible, et d'autre part on est plus fort pour faire face à la sensibilité.

L'être psychique et la vérité

Est-ce que l'être psychique s'identifie avec la Vérité intérieure ?

Il s'organise autour d'elle et se met en contact avec elle. Le psychique est mis en mouvement par la Vérité. La Vérité est une chose éternelle existante en soi et ne dépendant de rien ni dans le temps ni dans l'espace, tandis que l'être psychique est un être qui croît, qui se forme, qui progresse, qui s'individualise de plus en plus et, de cette façon, devient de plus en plus capable de manifester cette vérité, cette vérité éternelle qui est une et permanente. L'être psychique est un être progressif, ce qui fait que le rapport de l'être psychique avec la Vérité est un rapport progressif. Il est impossible de devenir conscient de son être psychique sans

devenir en même temps conscient de la Vérité intérieure. Tous ceux qui ont eu l'expérience — pas une expérience mentale, entendez bien, mais une expérience intégrale du contact avec l'être psychique, pas un contact avec une "idée" qu'ils ont faite de lui, mais un contact vraiment concret —, disent tous la même chose : qu'à la minute même où ce contact a lieu, on est absolument conscient de cette Vérité éternelle qui est au-dedans de soi et on voit que c'est elle qui est la raison d'être de la vie et qui guide le monde.

La perception du psychique

La perception de la conscience extérieure peut nier la perception du psychique. Mais le psychique a la connaissance vraie, une connaissance intuitive instinctive. Il dit : Je sais. Je ne peux pas donner de raisons, mais je sais." Car sa connaissance n'est pas mentale, ni basée sur l'expérience, ni prouvée. Il ne croit pas après avoir reçu des preuves, car la foi est le mouvement de l'âme et sa connaissance est spontanée et directe. Même si le monde entier disait le contraire en apportant des milliers de preuves, cela ne l'empêcherait pas de savoir par une connaissance intérieure, une perception directe qui peut résister à tout, une perception par identité. La connaissance du psychique est une chose concrète et tangible, une masse solide. Vous pouvez aussi amener cette connaissance dans votre mental, votre vital et votre physique, et alors vous avez une foi intégrale, une foi qui peut vraiment soulever les montagnes.

Peut-on faire le yoga avec sa tête ?

Je crois qu'il y a une très grande différence entre un effort de transformation qui vient justement du centre psychique de l'être, et une sorte de construction mentale pour obtenir quelque chose.

Je ne sais pas, c'est très difficile de se faire comprendre, mais tant que ça marche dans la tête comme ça (*Mère tourne un doigt près de son front*), ça n'a pas de puissance. Ça a une très petite puissance, extrêmement limitée. Et tout le temps ça reçoit des démentis. On a l'impression qu'avec une grande difficulté on assemble une volonté, assez artificielle d'ailleurs, et on essaye d'attraper quelque chose, et la minute d'après, c'est tout évanoui. Et on ne se rend même pas compte, on se dit: "Comment se fait-il que c'était comme ça ?"

Je ne sais pas, moi, cela me paraît très difficile de faire le yoga avec sa tête — à moins qu'on ne soit saisi.

La volonté n'est pas dans la tête.

La volonté (ce que moi, j'appelle la volonté), c'est quelque chose qui est là (*Mère désigne le centre de la poitrine*), qui a une puissance d'action, une puissance de réalisation.

Ce que l'on fait dans la tête exclusivement, est sujet à d'innombrables fluctuations ; il n'est pas possible de construire une théorie, par exemple, sans qu'immédiatement viennent à la traverse des choses qui donnent tous les arguments contraires. Et alors, c'est le grand art du mental, n'est-ce pas : il peut prouver n'importe quoi, discuter n'importe quoi. Alors on n'avance pas d'un pas. Même si, à un moment donné, on attrape une idée qui a une certaine force, à moins qu'on ne soit dans cet état d'intensité, dès qu'il y a un relâchement, toutes les choses contraires arrivent, et toutes avec, n'est-ce pas, comme ça, le charme de leur expression. Alors c'est une bataille qui n'arrête pas.

Les ailes du cœur

Il y a des gens dont le mouvement psychique, l'impulsion émotive est plus forte que la compréhension intellectuelle. On sent une attraction irrésistible pour le Divin, sans savoir, sans avoir la moindre idée de ce que c'est, de ce que cela peut être, de ce que cela représente — rien, aucune notion intellectuelle mais une sorte d'impulsion, d'attraction, un besoin, un besoin inévitable.

Et ces gens-là qui ont ça, si, je peux dire par l'effet de la Grâce, ils ont un mental qui ne les tourmente pas, qui ne questionne pas, qui ne discute pas, ils vont très

Il y a d'autres gens qui comprennent d'abord, qui sont très intellectuels, qui ont étudié, qui peuvent jouer avec les idées et les mots, qui vous feront des discours brillants sur toutes les philosophies, sur toutes les religions, toutes les conceptions humaines — et qui mettront peut-être des années à avancer d'un pas. Parce que tout ça se passe dans la tête.

Il se passe beaucoup de choses dans la tête. Je vous ai déjà dit plusieurs fois, la tête c'est comme une place publique. N'importe quoi peut y entrer, venir, croiser, sortir et mettre beaucoup de désordre. Et les gens qui ont l'habitude de jouer avec les idées, ce sont ceux qui sont le plus embarrassés pour aller plus loin. C'est un jeu qui est joli, qui est attractif, qui vous donne l'impression que l'on n'est pas tout à fait ordinaire, au niveau de la vie ordinaire — mais ça coupe les ailes.

Ce n'est pas la tête qui a des ailes, c'est le cœur.

EGO ET DON DE SOI

Sortir de l'ego

Tout l'univers est en fonction de [votre] ego: vous êtes au centre, et l'univers tourne autour de vous. Si vous vous regardez attentivement, vous vous apercevrez que c'est comme ça. Votre vision de l'univers, c'est vous au centre, et l'univers tout autour. Alors il n'y a pas de place pour autre chose. Ce n'est pas l'univers que vous voyez : c'est vous que vous voyez dans l'univers.

Alors, d'abord, pour commencer, il faut être capable de sortir de cet ego. Après, il faut qu'il soit, n'est-ce pas, dans un certain état d'inexistence. Alors vous commencez à percevoir les choses comme elles sont, d'un peu plus haut. Mais si vous voulez savoir les choses telles qu'elles sont vraiment, il faut être ab-so-lu-ment comme un miroir: silencieux, paisible, immobile, impartial, sans préférences et dans un état de totale réceptivité. Et si vous êtes comme ça, alors vous commencerez à voir qu'il y a beaucoup de choses dont vous ne vous apercevez pas, mais qui sont là, et qui commenceront à être actives en vous.

Alors vous pourrez être *dans* ces choses au lieu d'être exclusivement enfermé dans un petit point que vous êtes dans l'univers.

Il y a toutes sortes de façons de sortir de soi. Mais c'est indispensable si vous voulez commencer à connaître les choses telles qu'elles sont et non en fonction de vous-même.

Taper contre la coquille

Ce sens de sa personne, cela devient comme une cage, comme une prison qui vous enferme, qui vous empêche d'être vrai, de savoir vraiment, de pouvoir vraiment, de comprendre vraiment. C'est quelque chose comme si on vous mettait dans une coquille bien dure, là, et que vous soyez obligé de rester là-dedans.

Ça, c'est la première sensation que l'on a. Après, on commence à taper contre la coquille pour casser ça. Quelquefois ça résiste très longtemps. Mais enfin, quand on commence à sentir ça, que ce que l'on croyait être soi-même, la personne qui fait les choses, et pour laquelle on les fait, la personne qui existe et qui fait que vous êtes vous-même, n'est-ce pas, quand vous passez de ça à la conscience que ça, c'est une prison qui vous empêche d'être vraiment vous-même, alors vous avez fait un grand progrès, et il y a un espoir. On se sent étouffé, écrasé, tout à fait

enfermé dans une prison sans air, sans lumière et sans ouverture, et alors, on commence à pousser du dedans, pousser, pousser, pousser, pour que ça se casse.

Et le jour où ça se casse, le jour où ça s'ouvre, tout d'un coup, on entre dans la conscience psychique. Et alors, on comprend. Et alors, vraiment, si on a le sens de l'humour, on rit ; on se rend compte de sa stupidité.

Couper le nœud de l'ego

Douce Mère, que veut dire "nœud de l'ego" ?

Nœud ? Oh ! c'est une image, n'est-ce pas. Mais c'est une chose qui vous accroche, et qui vous tient aussi fortement qu'un nœud de corde bien fait. Et alors, on dit toujours que, pour pouvoir vraiment progresser, la première chose à faire est de couper le nœud de l'ego. C'est très expressif, et cela fait bien l'image, n'est-ce pas, qu'on est lié, qu'on est enfermé en soi-même, lié comme dans une prison par des nœuds qui attachent toutes les parties de l'être ensemble ; c'est cela qui fait qu'il y a une cohésion. Mais en même temps c'est une limite, une limitation. On ne peut pas recevoir toutes les forces que l'on voudrait recevoir, parce qu'on est enfermé dans cette carapace faite d'un tas de nœuds dans la corde qui vous lie.

Douce Mère, comment couper le nœud de l'ego ?

Comment couper? Prendre une épée et taper dessus! (*rires*) Il faut, quand on devient conscient de lui... parce que, généralement, on n'est pas conscient, on croit que c'est tout à fait naturel, ce qui vous arrive (c'est en effet très naturel), mais que c'est tout à fait bien aussi et alors, il faut déjà une grande clairvoyance pour s'apercevoir que l'on est enfermé dans tous ces nœuds qui vous tiennent en esclavage. Et alors, quand on s'aperçoit qu'il y a quelque chose qui est tout à fait serré, là — tellement serré qu'on a beau essayer, ça ne bouge pas —, alors on imagine, n'est-ce pas, sa volonté comme si c'était une lame de sabre très aiguë, et avec toute sa force, on assène un coup sur ce nœud (naturellement d'imagination, on ne prend pas une épée pour de bon), et cela produit un effet.

Naturellement, on peut faire ce travail-là au point de vue psychologique, découvrir tous les éléments qui constituent ce nœud, l'ensemble des résistances, des habitudes, des préférences, de tout ce qui vous tient étroitement serré. Alors, quand on s'aperçoit de cela, on peut se concentrer et appeler la Force divine et la Grâce, et asséner un bon coup sur cette formation, cette espèce de chose si étroitement tenue, comme ça, que rien ne peut les séparer. Alors il faut, à ce moment-là, prendre la résolution que l'on n'écouterait plus ces choses, que l'on écouterait seulement la Conscience divine et que l'on ne ferait aucune autre œuvre que l'œuvre divine, sans se soucier des résultats personnels, libre de tout attachement, libre de toute préférence, libre de tout espoir de succès, de pouvoir, de satisfaction, de vanité, tout ça... Il faut que tout cela disparaisse et que l'on ne

voie que la Volonté divine incarnée dans votre volonté et vous faisant agir. Alors, comme ça, on est guéri.

Ceux qui tirent

Quelle attitude doit-on prendre pour sortir de l'ego ?

L'attitude?... C'est plutôt une volonté, n'est-ce pas! Il faut le vouloir... Ce qu'il faut faire, tu demandes?

Le plus sûr moyen, c'est de se donner au Divin ; et non pas essayer d'attirer le Divin vers soi, mais essayer de se donner dans le Divin. Alors tu es obligé, au moins, de sortir un peu de toi-même pour commencer. Généralement, n'est-ce pas, quand les gens pensent au Divin, la première chose qu'ils font, c'est de "tirer" autant qu'ils peuvent au-dedans de soi. Et alors généralement ils ne reçoivent rien du tout. Ils vous disent : "Ah ! j'ai appelé, j'ai prié et je n'ai pas eu de réponse. Je n'ai pas eu de réponse, rien n'est venu." Mais alors si vous demandez: "Est-ce que vous vous êtes offert?" — "Non, j'ai tiré." — "Ah ! oui, c'est pour ça que ce n'est pas venu !" Ce n'est pas que ce ne soit pas venu, c'est que, quand vous tirez, vous restez tellement enfermé dans votre ego (...) que cela fait une muraille entre ce qui est à recevoir et vous-même. Vous vous mettez en prison, et alors vous êtes étonné que dans votre prison vous ne sentiez rien.

Prison, et encore sans fenêtres sur la rue !

Jetez-vous au-dehors (*Mère ouvre les mains*), donnez-vous sans rien retenir, simplement pour la joie de se donner. Alors là, il y a une chance que vous ressentiez quelque chose.

Offrir au lieu de tirer

Je veux vous faire une recommandation. Dans votre désir de progrès et votre aspiration vers la réalisation, gardez-vous bien d'essayer de tirer les forces vers vous. Donnez-vous, ouvrez-vous avec autant de désintéressement que vous pouvez en avoir par un oubli de soi constant, augmentez au maximum votre réceptivité, mais n'essayez *jamais* de *tirer* la Force vers vous, parce que vouloir tirer, c'est déjà un dangereux égoïsme. Vous pouvez aspirer, vous pouvez vous ouvrir, vous pouvez vous donner, mais ne cherchez jamais à prendre. Quand les choses vont mal, on met le blâme sur la Force, mais ce n'est pas la Force qui est responsable : c'est l'ambition, c'est l'égoïsme, c'est l'ignorance et c'est la faiblesse du réceptacle.

Donnez-vous généreusement et avec un désintéressement parfait, et au point de vue profond, il ne vous arrivera jamais rien de mauvais. Essayez de prendre et vous côtoierez l'abîme.

Plus on donne, plus on grandit

Si l'on était répandu en toute chose, si toutes les vibrations qui viennent ou qui s'en vont exprimaient le besoin de se fondre en tout, de s'élargir, de croître, non pas en restant dans ses limites mais en sortant des limites, et finalement de s'identifier au Tout, on n'aurait plus rien à perdre, parce qu'on aurait tout. Seulement on ne sait pas. Et alors, comme on ne sait pas, on ne peut pas. On essaye de prendre, d'accumuler, accumuler, accumuler, mais c'est impossible, on ne peut pas accumuler. Il faut s'identifier. Et alors, le petit peu qu'on a, on veut le récupérer: on donne une bonne pensée, on s'attend à une reconnaissance ; on donne un petit peu de son affection, on s'attend à ce qu'on vous en donne... Parce qu'on n'a pas la capacité d'être la bonne pensée en tout, on n'a pas la capacité d'être l'affection, la tendresse en tout. On a le sens d'être comme cela, tout coupé et limité, et on a peur de perdre tout, on a peur de perdre ce que l'on a parce qu'on serait amoindri. Tandis que si l'on est capable de s'identifier, on n'a plus besoin de tirer. Plus on se répand, plus on a. Plus on s'identifie, plus on devient. Et alors au lieu de prendre, on donne. Et plus on donne, plus on grandit.

Le don sans réserve

Plus vous vous donnez, plus vous avez l'expérience ; ce n'est pas seulement un sentiment ou une impression ou une sensation, c'est une expérience totale que plus vous vous donnez au Divin plus Il est avec vous, totalement, constamment, à chaque minute, dans toutes vos pensées, dans tous vos besoins, et qu'il n'y a aucune aspiration qui ne reçoive une réponse immédiate ; et vous avez le sens d'une intimité complète, constante, d'une proximité totale. C'est comme si vous portiez... comme si le Divin était tout le temps avec vous ; vous marchez et Il marche avec vous, vous dormez et Il dort avec vous, vous mangez et Il mange avec vous, vous pensez et Il pense avec vous, vous aimez et Il est l'amour que vous avez. Mais pour cela il faut se donner entièrement, totalement, exclusivement, ne rien réserver, ne rien garder pour soi et ne rien réserver, ne rien disperser non plus : la moindre petite chose de votre être qui n'est pas donnée au Divin, c'est un gaspillage ; c'est le gaspillage de votre joie, c'est quelque chose qui diminue d'autant votre bonheur ; et tout ce que vous ne donnez pas au Divin, c'est comme si vous le retiriez de la possibilité du Divin de se donner à vous. Vous ne Le sentez pas proche de vous, constamment avec vous, parce que vous ne Lui appartenez pas, parce que vous appartenez à des centaines de choses et à d'autres personnes ; dans votre pensée, dans votre action, dans vos sentiments, dans vos impulsions... il y a des millions de choses que vous ne Lui donnez pas, et c'est pour ça que vous ne Le sentez pas toujours avec vous, parce que toutes ces choses-là, c'est autant de séparations et de murs entre Lui et vous. Mais si vous Lui donnez tout, si vous ne réservez rien, Il sera constamment et totalement avec vous dans tout ce que vous sentirez, toujours, à chaque moment. Mais pour cela, il

faut se donner d'une façon absolue, ne rien réserver ; chaque petite chose que vous réservez, c'est une pierre que vous mettez pour bâtir un mur entre le Divin et vous.

Le don de chaque minute

Vous pouvez à chaque minute faire le don de votre volonté dans une aspiration — et une aspiration qui se formule très simplement, pas seulement : "Seigneur, que Ta volonté soit faite", mais: "Permetts que je fasse aussi bien que je peux la meilleure chose à faire." Vous pouvez ne pas savoir à chaque minute quelle est la meilleure chose à faire, ni comment la faire, mais vous pouvez mettre votre volonté à la disposition du Divin pour faire le mieux possible, la meilleure chose possible. Vous verrez qu'il y aura des résultats merveilleux. Faites-le avec conscience, avec sincérité et avec persévérance, et vous vous apercevrez que vous êtes en train de marcher à pas de géant. C'est comme cela, n'est-ce pas, il faut faire avec toute l'ardeur de son âme, avec toute la puissance de sa volonté ; faire à chaque minute le mieux possible, la meilleure chose possible. Ce que font les autres ne vous regarde pas — c'est une chose que je ne vous répéterai jamais assez.

L'offrande de la volonté

Vous avez une volonté et vous pouvez faire l'offrande de votre volonté. Prenez, par exemple, la question de devenir conscient de vos nuits. Si vous adoptez l'attitude de la soumission passive, vous direz : "Quand ce sera la Volonté du Divin que je devienne conscient, je deviendrai conscient." Au contraire, si vous offrez votre volonté au Divin, vous prenez une résolution et vous dites : "Je deviendrai conscient de mes nuits." Vous avez la volonté qu'il en soit ainsi ; vous n'attendez pas sans rien faire, paresseusement. La soumission entre en jeu quand vous prenez l'attitude de dire : "Je donne ma volonté au Divin, mais je n'ai pas la connaissance. Que la Volonté divine accomplisse cela en moi." Votre volonté doit continuer à agir régulièrement, non pas dans le choix d'une action particulière, ni pour demander un objet précis, mais comme une ardente aspiration concentrée sur le but à atteindre. Ceci est le premier pas.

La petite voix tranquille

Comment savoir, me demanderez-vous, si c'est la Volonté divine qui nous fait agir? La volonté du Divin n'est pas difficile à distinguer. On ne peut s'y tromper. Il n'est pas nécessaire d'être très loin sur le sentier pour pouvoir la connaître. Mais pour cela, il faut écouter sa voix, la petite voix tranquille et paisible qui parle dans le silence de votre cœur.

Quand vous avez pris l'habitude d'écouter, si vous faites quoi que ce soit de

contraire à la Volonté divine, vous éprouvez immédiatement un malaise ; si, en dépit de cela, vous persistez dans la mauvaise voie, un grand trouble s'empare de vous. Vous pourrez cependant donner quelque excuse matérielle à ce trouble, et continuer sur cette route. Alors graduellement, vous perdrez la faculté de perception, et finalement vous pourrez faire toutes sortes de mauvaises actions sans ressentir aucun avertissement. Mais si, au contraire, dès que vous éprouvez le moindre malaise, vous vous arrêtez et vous questionnez votre être intérieur : "Quelle est la cause de ceci ?" vous recevrez la vraie réponse et la chose deviendra tout à fait claire. Quand vous ressentez une petite dépression ou un léger malaise, n'essayez pas de leur donner une explication matérielle. Et lorsque vous vous arrêtez pour chercher la raison de ce qui se passe, soyez absolument droit et sincère. Tout d'abord, votre pensée construira quelque explication plausible et favorable. Ne l'acceptez pas, mais regardez au-delà et demandez-vous : "Qu'y a-t-il derrière ce mouvement? Pourquoi ai-je fait ceci?" À la fin, vous découvrirez, caché dans un coin, le faux pli — une légère déviation ou déformation de votre attitude — qui est la cause du trouble.

Connaître la Volonté divine

Il y a quatre conditions pour connaître la Volonté divine : Première condition essentielle : sincérité absolue.

Surmonter vos désirs et vos préférences.

Faire le silence dans votre mental et écouter.

Obéir immédiatement quand vous recevez l'ordre.

Si vous persistez, vous percevrez de plus en plus clairement la Volonté divine. Mais avant même de savoir ce qu'Elle est, vous pouvez faire l'offrande de votre propre volonté, et vous verrez que toutes les circonstances s'arrangeront exactement pour que vous fassiez la chose qu'il faut. Mais il ne faut pas être comme cette personne que je connaissais, qui disait : "Je vois toujours la Volonté divine dans les autres." Cela vous mènera n'importe où, c'est ce qu'il y a de plus dangereux, car si vous voyez la Volonté divine dans les autres, vous êtes sûr de faire leur volonté et non la Volonté divine. Là aussi, nous pouvons dire qu'il n'y a pas un être sur beaucoup, beaucoup d'êtres humains, qui soit en accord avec la Volonté divine.

Vous connaissez l'histoire de l'éléphant ombrageux, du cornac et de l'homme qui ne voulait pas céder la place à l'éléphant. L'homme au milieu de la route disait au cornac : "La Volonté divine est en moi et la Volonté divine veut que je ne bouge pas." Le cornac, qui avait de l'esprit, répondit : "Mais la Volonté divine dans l'éléphant veut que vous bougiez !"

L'attitude vraie

Il y a certaines personnes, scrupuleuses, qui se posent des problèmes et qui ont une grande difficulté à les résoudre, parce qu'elles se posent mal le problème. J'ai connu une jeune femme qui était théosophe et qui essayait de pratiquer, et qui m'a dit : "On nous enseigne que c'est la Volonté divine qui doit prévaloir dans tout ce que nous faisons, mais le matin, quand je prends mon petit déjeuner, comment savoir si Dieu veut que je mette deux morceaux de sucre dans mon café ou un seul?"... Et c'était touchant, n'est-ce pas, et j'ai eu quelque peine à lui expliquer que l'esprit dans lequel elle boirait son café au lait, l'attitude qu'elle avait vis-à-vis de la nourriture qu'elle prendrait était beaucoup plus importante que le nombre de morceaux de sucre qu'elle mettrait dedans ! Il en est ainsi de toutes ces petites choses que l'on fait à chaque minute. La Conscience divine n'agit pas à la manière humaine, Elle ne décide pas du nombre de morceaux de sucre que vous mettrez dans votre café. Elle vous place petit à petit dans l'attitude vraie vis-à-vis des gestes, des choses — une attitude de consécration, de souplesse, d'adhésion, d'aspiration, de bonne volonté, de plasticité, d'effort vers le progrès —, et c'est cela qui compte, beaucoup plus que la petite décision que vous prendrez à chaque seconde. On peut tâcher de percevoir quelle est la chose la plus vraie à faire, mais ce n'est pas avec une discussion mentale ou un problème mental que l'on peut résoudre ces choses. C'est justement avec une attitude intérieure qui *crée* une atmosphère d'harmonie — d'harmonie progressive — dans laquelle tout ce que l'on fera sera nécessairement, dans les circonstances données, la meilleure chose qui pouvait être faite.

LA FOI ET LA GRACE

Garder la foi

[II faut avoir la] foi que c'est toujours le meilleur qui arrive.

Nous pouvons ne pas, sur le moment, le considérer comme le meilleur, parce que nous sommes ignorants, et aussi aveugles, que nous ne voyons pas les conséquences des choses et ce qui arrivera après. Mais il faut garder la foi que si c'est comme cela, si l'on s'en remet au Divin, si on Lui donne la pleine charge de soi, si on Le laisse décider tout pour vous, eh bien, il faut savoir que c'est toujours ce qu'il y a de mieux pour vous qui arrive. C'est un fait absolu. Dans la mesure où vous vous soumettez, c'est le mieux qui vous arrive. Cela pourrait ne pas être en conformité avec ce que vous aimeriez, votre préférence, ou votre désir, parce que ces choses-là sont aveugles : le mieux au point de vue spirituel, le mieux pour votre progrès, votre développement, votre croissance spirituelle, pour votre vie *vraie*. C'est toujours cela.

Et il faut garder la foi ; parce que la foi, c'est l'expression de la confiance dans le Divin et de l'abandon que l'on fait au Divin de soi-même. Et quand on le fait, c'est une chose absolument merveilleuse. C'est un fait, ce ne sont pas des mots, n'est-ce pas, c'est un fait. Quand on regarde en arrière, toutes sortes de choses que l'on n'avait pas comprises quand elles vous sont arrivées, on s'aperçoit que c'était *juste* la chose qu'il fallait pour vous faire faire les progrès nécessaires. *Toujours*, sans exception. C'est notre aveuglement qui nous empêche de le voir.

La foi par l'aspiration

Peut-on avoir la foi par l'aspiration ?

Quoi? La foi par aspiration? Je pense que oui, parce que c'est [rare] de l'avoir d'une façon innée et spontanée. Il y a très peu de gens qui ont ce bonheur, d'avoir une foi spontanée. Mais si l'on est très sincère dans son aspiration, on l'obtient. L'aspiration peut obtenir tout, pourvu qu'elle soit sincère et constante. On a toujours en soi un petit élément de foi, ne serait-ce que la foi en ce que vos parents ont dit, ou dans les livres que vous avez étudiés. Après tout, toute votre éducation est basée sur une foi de ce genre. Les personnes qui vous ont éduqué vous ont dit certaines choses. Vous n'aviez aucun moyen de contrôle, parce que vous étiez trop petit et vous n'aviez pas d'expérience. Mais vous avez la foi en ce qu'ils vous ont dit, et vous avancez sur cette foi. Alors tout le monde a un petit peu de foi, et c'est

pour l'augmenter qu'on peut se servir de son aspiration.

La confiance candide d'un enfant

Quelles sont les conditions dans lesquelles il y a une descente de la foi ?

La condition la plus importante est une confiance presque enfantine, la confiance candide d'un enfant, qui est sûr que cela viendra, qui ne se le demande même pas ; quand il a besoin de quelque chose, il est sûr que cela va venir. Eh bien ça, cette espèce de confiance-là, ça, c'est la condition la plus importante.

Aspirer, c'est indispensable. Mais il y a des gens qui aspirent avec un tel conflit au-dedans d'eux entre la foi et l'absence de foi, la confiance et la méfiance, et puis l'optimisme qui est sûr de la victoire et un pessimisme qui se demande quand viendra la catastrophe, comme ça... Alors si ça, c'est dans l'être, vous pouvez aspirer, mais vous n'obtenez rien. Et vous dites: "J'ai aspiré, mais je n'ai rien eu." C'est parce que vous démolissez votre aspiration tout le temps par votre manque de confiance.

(...) "La chose dont j'ai besoin, on me la donnera; si je fais une prière, sûrement on me répondra; si je suis dans une difficulté et que je demande qu'on m'aide, l'aide viendra — et non seulement viendra, mais elle arrangera tout." Si la confiance est là, spontanée, candide, sans discussion, cela travaille mieux que n'importe quoi, et les résultats sont merveilleux. C'est avec les contradictions et les doutes du mental qu'on abîme tout, avec cette espèce de notion qui vient quand on a des difficultés: "Oh, c'est impossible ! Je n'en viendrai jamais à bout ! Et si ça va s'aggraver ? Si cette condition dans laquelle je me trouve, dont je ne veux pas, va être encore pire? Si je continue à dégringoler? Si, si, si, si...", comme ça, et on bâtit un mur entre soi et la Force qu'on veut recevoir. L'être psychique a cette confiance, il l'a d'une façon merveilleuse, sans une ombre, sans une discussion, sans une contradiction. Et quand c'est comme ça, il n'y a pas de prière à laquelle il ne soit répondu, pas d'aspiration qui n'aboutisse pas.

Veiller sur sa foi

Certainement, il faut un effort personnel pour conserver sa foi, pour la laisser grandir en soi. Plus tard, beaucoup plus tard, on peut un jour, en regardant en arrière, voir que tout ce qui est arrivé, même ce qui nous paraissait le pire, était une grâce divine pour nous faire avancer sur le chemin ; et alors on s'aperçoit que l'effort personnel était aussi une grâce. Mais avant d'en arriver là, il faut beaucoup marcher, beaucoup lutter, parfois même beaucoup souffrir.

S'asseoir dans une passivité inerte et dire : "Si je dois avoir la foi, je l'aurai, le Divin me la donnera", est une attitude de paresse, d'inconscience, et presque de mauvaise volonté.

Pour que la flamme intérieure brûle, il faut l'alimenter, il faut surveiller le feu, il faut y jeter les combustibles de toutes les erreurs dont on veut se débarrasser, de tout ce qui retarde la marche, de tout ce qui obscurcit le chemin. Si l'on n'alimente pas le feu, il couve sous les cendres de votre inconscience et de votre inertie, et alors, ce ne sont plus des années, ce sont des vies, des siècles qui passeront avant que vous n'arriviez au but.

On doit veiller sur sa foi comme on veille sur le berceau d'une chose *infiniment* précieuse, et la protéger très soigneusement de tout ce qui peut l'altérer.

Dans l'ignorance et l'obscurité du début, la foi est l'expression la plus directe du Pouvoir divin qui vient pour lutter et conquérir.

L'action de la Grâce

Quelles que soient la foi et la confiance que l'on ait en la Grâce divine, quelle que soit la capacité que l'on ait de La voir à l'œuvre dans toutes les circonstances, à tout moment, sur tous les points de la vie, jamais on ne pourra arriver à comprendre l'immensité merveilleuse de Son Action, et la précision, l'exactitude avec laquelle cette Action s'accomplit ; jamais on ne pourra saisir à quel point la Grâce fait tout, est derrière tout, organise tout, conduit tout, pour que la marche en avant vers la réalisation divine soit aussi prompte, aussi complète, aussi totale et aussi harmonieuse qu'elle peut l'être, étant donné les circonstances du monde.

Dès que l'on est en rapport avec Elle, il n'est pas une seconde dans le temps, pas un point dans l'espace, qui ne vous montre d'une façon *éclatante* ce travail perpétuel de la Grâce, cette intervention constante de la Grâce.

Et une fois que l'on a vu cela, alors on sent que jamais on n'est à la hauteur de cela, parce qu'il ne faudrait jamais l'oublier, il ne faudrait jamais avoir des peurs, des angoisses, des regrets, des reculs, des... même des souffrances. Si l'on était en union avec cette Grâce, si on La voyait partout, on commencerait à vivre une vie d'exultation, de toute-puissance, de bonheur infini.

Et ce serait la meilleure collaboration possible à l'Œuvre divine.

Sentir le besoin de la Grâce

Comment accepter la Grâce avec gratitude ?

Ah ! D'abord, il faut en sentir le besoin.

Cela, c'est le point le plus important. C'est d'avoir une certaine humilité intérieure qui vous rend conscient de votre infirmité sans la Grâce... que vraiment, sans elle, eh bien, vous n'êtes pas complet et vous êtes impuissant. D'abord, c'est la première chose.

(...) Et alors, si l'on se rend compte que c'est seulement la Grâce qui peut faire ça [ce que vous ne pouvez faire vous-même], que cette situation dans laquelle vous vous trouvez, que c'est seule la Grâce qui peut vous tirer de là, vous donner la solution et la force d'en sortir, alors, tout naturellement s'éveille en vous une aspiration intense, une conscience qui se traduit par une ouverture. Si vous appelez, si vous aspirez, et que vous espérez avoir une réponse, vous vous ouvrirez tout naturellement à la Grâce.

Et après, il faut faire bien attention à ceci : la Grâce vous répondra, la Grâce vous tirera d'embarras, la Grâce vous donnera la solution de votre problème ou vous sortira de votre difficulté, mais une fois que vous êtes tiré d'embarras et que vous êtes sorti de votre difficulté, n'oubliez pas que c'est la Grâce qui vous a tiré de là, et ne croyez pas que c'est vous-même. Parce que ça, c'est le point important. La majorité des gens, dès que la difficulté est passée, ils disent : "Après tout, je me suis bien tiré d'embarras."

Voilà. Et alors, vous fermez la porte — cadenassée, n'est-ce pas —, et vous ne pouvez plus rien recevoir. Il vous faut encore une angoisse aiguë, une difficulté terrible pour que cette espèce de stupidité intérieure fléchisse, et que vous vous rendiez compte une fois de plus que vous ne pouvez rien. Parce que c'est seulement quand vous vous rendez compte que vous êtes impuissant que vous commencez à être un petit peu ouvert et plastique. Mais tant que vous croyez que ce que vous faites, cela dépend de votre propre habileté et de votre propre capacité, vraiment, non seulement vous fermez une porte, mais, n'est-ce pas, vous fermez un tas de portes l'une sur l'autre, et cadenassées. Vous vous enfermez dans une forteresse, et rien ne peut entrer là. Ça, c'est le grand inconvénient. On oublie très vite. Tout naturellement, on se satisfait de sa propre capacité.

Le pécheur et la Grâce

Comment est-ce que la Grâce aide le pécheur ?

Elle n'aide pas le pécheur à être pécheur ! Elle aide le pécheur à quitter son péché ; c'est-à-dire qu'elle ne repousse pas le pécheur en lui disant : "Je ne ferai rien pour toi." Elle est là, toujours, même quand il pêche, pour l'aider à sortir de son péché, mais pas pour continuer son péché.

Il y a une grande différence avec cette idée que vous êtes mauvais et par conséquent "je ne m'occuperai pas de vous, je vous lance loin de moi, et il vous arrivera ce qui vous arrivera, je ne m'en occupe pas". Cela, c'est l'idée générale. On dit : "Dieu m'a rejeté", n'est-ce pas. Ce n'est pas cela. Vous pouvez ne pas sentir la Grâce, mais elle sera toujours là, même avec le pire des pécheurs, même avec le pire des criminels, pour l'aider à se transformer, à se guérir de son crime et de son péché, s'il le veut. Elle ne le rejettera pas, mais elle ne va pas l'aider à faire son mal. Ce ne serait plus la Grâce.

S'identifier à la Grâce

C'est la Grâce divine qui vous fait faire le progrès, et avec la Grâce divine, on sent la Joie divine. Mais au lieu de s'identifier à la Grâce qui fait faire le progrès, on s'identifie à la chose vilaine dont on veut se débarrasser ; et alors, naturellement, on sent comme elle et on souffre.

Ça, c'est une expérience que vous pouvez faire si vous avez juste un petit peu de conscience. Il y a quelque chose en vous que vous ne voulez pas, qui est mauvais — pour une raison ou une autre vous n'en voulez pas, vous voulez l'arracher de vous —, eh bien, si vous vous identifiez si peu que ce soit à cette chose-là, vous sentez la douleur de l'arrachement ; si, au contraire, vous vous identifiez à la Force divine qui vient pour vous libérer, vous sentez la joie de la Grâce divine — et vous avez l'extase du progrès que vous avez fait.

Et c'est pour vous un signe certain, c'est une indication certaine de ce avec quoi vous vous identifiez. Si vous vous identifiez aux forces d'en bas, vous souffrez ; si vous vous identifiez aux forces d'en haut, vous êtes heureux.

LA MAITRISE DE SES PENSEES

Les pensées mauvaises

Sri Aurobindo dit que tout ce que l'on pense de soi, par le fait même qu'on le pense, on peut le devenir. Cette connaissance du fait que *tout* ce que l'on pense, on peut l'être, est une clef très importante pour le développement de l'être, et non seulement au point de vue des possibilités de l'être, mais aussi au point de vue du contrôle et du choix de ce que l'on sera, de ce que l'on veut être.

Cela fait comprendre la nécessité de n'admettre en soi aucune pensée qui détruise l'aspiration ou la création de la vérité de son être. Cela révèle l'importance considérable qu'il y a à ne pas permettre à ce que l'on ne veut pas être, ou à ce que l'on ne veut pas faire, de se formuler en pensée dans l'être. Parce que penser ces choses, c'est déjà un commencement de réalisation. À tous les points de vue, il est mauvais de se concentrer sur ce que l'on ne veut pas, sur ce que l'on doit rejeter, sur ce que l'on refuse d'être, parce que le fait de la pensée donne une sorte de droit d'exister en soi à ces choses que l'on veut repousser. Cela explique l'importance considérable qu'il y a à ne pas laisser entrer les suggestions destructives, les pensées de mauvaise volonté, de haine, de destruction ; car d'y penser seulement, c'est déjà leur donner un pouvoir de réalisation. Sri Aurobindo dit que la pensée n'est pas la cause de l'existence, mais c'est un intermédiaire, l'instrument de la mise en forme de la vie, de la création, et le contrôle de cet instrument est d'une importance capitale si l'on veut que le désordre et tout ce qui est antidivin disparaisse de la création.

On ne doit pas admettre en soi les pensées mauvaises sous prétexte que ce ne sont que des pensées. Ce sont des outils d'exécution. Et on ne doit pas leur permettre d'exister en soi quand on ne veut pas qu'ils fassent leur œuvre de destruction.

Maîtriser ses pensées

Mère, parfois certaines pensées désagréables viennent nous troubler. Quel est le moyen de s'en débarrasser ?

Il y a plusieurs moyens. Généralement... cela dépend des gens, mais généralement le moyen le plus facile est de penser à autre chose. C'est-à-dire de concentrer son attention sur quelque chose qui n'a rien à voir avec cette pensée-là, qui n'a aucun rapport avec cette pensée-là, comme la lecture ou un travail —

généralement quelque chose à créer, une création. Par exemple, ceux qui écrivent, pendant tout le temps qu'ils écrivent... prenons simplement un romancier, toutes les autres pensées sont parties, parce qu'il est concentré sur ce qu'il fait. Quand il aura fini d'écrire, s'il n'a pas le contrôle, les autres pensées reviendront. Mais justement, quand on est attaqué par une pensée, on peut essayer de faire un travail créateur. Par exemple, le savant peut faire un travail de découverte, une étude spéciale pour découvrir quelque chose — quelque chose qui absorbe beaucoup, n'est-ce pas, c'est le moyen le plus facile. Naturellement, ceux qui ont un commencement de contrôle sur leur pensée peuvent faire un mouvement de rejet : repousser la pensée comme on repousserait une chose physique. Mais c'est plus difficile et cela demande beaucoup plus de maîtrise. Si l'on y réussit, c'est plus actif, en ce sens que si vous rejetez cette activité-là, cette pensée, si vous la chassez d'une façon efficace et constamment, ou d'une façon tout à fait répétée, à la fin elle ne vient plus. Tandis que dans l'autre cas, elle peut toujours revenir. Cela fait deux moyens.

Le troisième moyen, c'est d'être capable d'amener d'en haut une lumière assez grande qui soit la "contradiction" dans le sens profond ; c'est-à-dire que si cette pensée qui vient est une chose obscure (et surtout si elle vient du subconscient ou de l'inconscient et qu'elle est soutenue par l'instinct), si l'on peut amener d'en haut la lumière d'une connaissance vraie, un pouvoir supérieur, et que l'on mette la lumière sur cette pensée-là, on arrive à la dissoudre ou à l'éclairer ou à la transformer — c'est le moyen suprême. C'est encore un peu plus difficile. Mais cela peut se faire, et si on le fait, alors on guérit — non seulement la pensée ne vient plus, mais la cause est guérie.

Le premier pas, c'est de penser à autre chose (mais ça, n'est-ce pas, indéfiniment ça se répétera) ; le second, c'est de se battre ; et le troisième, c'est de transformer. Quand on est arrivé au troisième pas, alors non seulement on est guéri mais on a fait un progrès définitif.

Se concentrer sur ce que l'on veut être

Afin que l'on ne soit pas découragé par ses propres fautes, le Dhammapada vous donne cette image consolante : le lys le plus pur peut sortir d'un tas de déchets sur le bord de la route. C'est-à-dire qu'il n'y a pas de choses si pourries qu'il ne puisse en sortir la réalisation la plus pure.

Quel que soit le passé ou les fautes commises ou l'ignorance dans laquelle on a vécu, on porte au fond de soi la pureté suprême qui peut se transformer en une réalisation merveilleuse.

Le tout est de songer à cela, de se concentrer là-dessus et de ne pas s'occuper de tous les obstacles et de toutes les difficultés et de tous les empêchements.

Se concentrer exclusivement sur ce que l'on veut être, et oublier aussi

totalemment que possible ce que l'on ne veut pas être.

L'imagination

Je vous le répète, ne soyez jamais déprimé ni triste. Que votre imagination soit toujours pleine d'espoir, qu'elle reste toujours plastique, joyeusement, sous la pression de la Vérité plus haute, afin que celle-ci trouve en vous toutes les formations nécessaires pour contenir sa lumière créatrice.

L'imagination est comme un couteau, elle peut être utilisée pour le bien ou pour le mal. Si vous gardez toujours l'idée ou le sentiment que vous allez être transformé, alors vous aidez le processus du yoga. Si, au contraire, vous vous laissez aller à la dépression et si vous vous lamentez en répétant que vous n'êtes pas prêt ou que vous n'êtes pas capable d'arriver à la réalisation, vous empoisonnez votre être. C'est justement à cause de cette vérité très importante que j'insiste tant et vous répète inlassablement : arrive ce qui arrive, mais ne vous laissez pas déprimer. Au contraire, vivez avec l'espoir constant, la conviction constante que ce que nous faisons finira par réussir. En d'autres termes, que votre imagination se laisse modeler par votre foi en Sri Aurobindo.

L'imagination ouvre le chemin

Quelle est la fonction, quelle est l'utilité de l'imagination ?

Si on sait s'en servir, comme j'ai dit, on peut se créer sa vie intérieure et extérieure; on peut se bâtir son existence avec son imagination, si on sait s'en servir et si on a un pouvoir. Au fond c'est une façon élémentaire de créer, de former des choses dans le monde. J'ai toujours eu l'impression que si on n'avait pas la capacité d'imagination, on ne ferait pas de progrès. Votre imagination va toujours en avant de votre vie. Quand vous pensez à vous-même, généralement vous imaginez ce que vous voulez être, n'est-ce pas, et ça va en avant, puis on suit, puis ça continue à aller en avant, et on suit. L'imagination vous ouvre le chemin de la réalisation. Les gens qui ne sont pas Imaginatifs, c'est très difficile de les faire démarrer ; ils voient juste ce qui est là, en face de leur nez, ils sentent juste ce qu'ils sont à un moment donné et ils ne peuvent pas avancer, parce qu'ils sont bloqués par la chose immédiate.

L'atmosphère que l'on crée

On porte avec soi, autour de soi, en soi, l'atmosphère produite par ses actions, et si ce que vous faites est beau et harmonieux et bon, votre atmosphère est belle, harmonieuse et bonne ; tandis que si vous vivez dans l'égoïsme sordide et l'intérêt sans scrupule, la mauvaise volonté sans pitié, c'est cela que vous respirez à chaque

minute de votre existence, et cela, c'est la misère, c'est le malaise perpétuel, c'est la laideur désespérée d'être laide.

En étant bon, en étant généreux, noble, désintéressé, en étant bienveillant, on crée une certaine atmosphère en soi, autour de soi, et cette atmosphère est comme une détente lumineuse. On respire, on s'épanouit comme la fleur au soleil, on n'a pas de repli sur soi douloureux, d'aigreurs, de révoltes, de misères ; c'est spontanément, naturellement que l'atmosphère s'illumine et que l'air qu'on respire est un air heureux. Et cet air-là, c'est l'air qu'on respire dans son corps, et aussi hors de son corps, dans l'état de veille et dans l'état de sommeil, dans la vie et dans le passage hors de la vie — hors de la vie terrestre jusqu'à une vie nouvelle.

Tout acte mauvais produit sur la conscience l'effet d'un vent qui dessèche, ou d'un froid qui gèle, ou de flammes brûlantes qui vous consomment.

Toute action bonne et bienveillante donne la lumière, le repos, la joie, le soleil dans lequel les fleurs s'épanouissent.

Créer sa vraie atmosphère spirituelle

Douce Mère, ici il est écrit: "Une atmosphère spirituelle est plus importante que les conditions extérieures; si on peut l'obtenir et aussi créer son propre air spirituel pour y respirer et y vivre, cela est la vraie condition du progrès. " Comment peut-on l'obtenir et aussi créer sa vraie atmosphère spirituelle ?

(...) Ça, c'est par — justement —, par la discipline intérieure ; vous pouvez créer votre atmosphère en contrôlant vos pensées, en les tournant exclusivement vers la sâdhanâ, en contrôlant vos actions, en les tournant exclusivement vers la sâdhanâ, en abolissant tout désir et toute activité futile, extérieure, ordinaire, en vivant d'une vie intérieure plus intense, et en vous séparant des choses ordinaires, des pensées ordinaires, des réactions ordinaires, des actions ordinaires ; alors, vous créez une sorte d'atmosphère autour de vous.

Par exemple, si au lieu de lire n'importe quoi, et de bavarder, et de faire n'importe quoi, si vous lisez seulement ce qui vous aide à suivre le chemin, si vous n'agissez que conformément à ce qui peut vous mener vers la réalisation divine, si vous abolissez en vous tous les désirs et toutes les impulsions tournés vers les choses extérieures, si vous calmez votre être mental, si vous apaisez votre être vital, si vous vous fermez aux suggestions du dehors, et que vous deveniez insensible à l'action des gens qui vous entourent, vous créez une atmosphère spirituelle telle que rien ne peut y toucher, et que cela ne dépend *plus du tout* des circonstances, ni avec qui vous vivez, ni dans quelles conditions vous vivez, parce que vous êtes enfermé dans votre propre atmosphère spirituelle.

Et c'est comme ça qu'on l'obtient : c'est en s'occupant seulement de la vie spirituelle, en ne lisant que ce qui peut vous aider dans la vie spirituelle, en ne

faisant que ce qui vous conduit vers la vie spirituelle, et ainsi de suite. Alors vous créez votre atmosphère. Mais naturellement, si vous ouvrez toutes les portes, que vous écoutez

ce que les gens vous disent, que vous suivez les avis de celui-là et les inspirations de celui-ci, et que vous êtes plein de désirs pour les choses du dehors, vous ne pouvez pas vous créer une atmosphère spirituelle. Vous aurez une atmosphère ordinaire comme tout le monde.

LA CULTURE DES FACULTES MENTALES ET ARTISTIQUES

Faire beaucoup de choses différentes

Douce Mère, à l'école, il n'est pas possible de poursuivre beaucoup de sujets. On doit se spécialiser.

Oui, oui! j'ai entendu dire cela, spécialement par vos professeurs. Je ne suis pas d'accord. Et je sais bien, on me rabâche cela tout le temps : si l'on veut faire une chose convenablement, il faut se spécialiser. C'est la même chose aussi pour les sports. C'est la même chose pour tout dans la vie. On le dit et on le répète, et il y a des gens pour le prouver : pour faire quelque chose bien, il faut se spécialiser. Il faut faire cela et se concentrer. Si l'on veut être un bon philosophe, il faut faire seulement de la philosophie, si l'on veut être un bon chimiste, il faut faire seulement de la chimie. Et si l'on veut être un bon joueur de tennis, il faut jouer seulement au tennis. Ce n'est pas mon avis, c'est tout ce que je puis dire. Mon expérience n'est pas comme ça. Je crois qu'il y a des facultés générales, et qu'il est beaucoup plus important de les acquérir que de se spécialiser. À moins, naturellement, que ce ne soit comme M. et Mme Curie qui voulaient développer une science, trouver une chose nouvelle, alors, naturellement, ils étaient obligés de se concentrer sur leur science. Mais encore était-ce seulement jusqu'à ce qu'ils aient trouvé ; une fois qu'ils avaient trouvé, rien ne les empêchait d'élargir leur cerveau.

C'est une chose que j'ai entendue depuis ma plus petite enfance, et je crois que les arrière-grands-parents ont entendu la même chose, et que de tout temps il a été prêché que si vous voulez réussir quelque chose, il ne faut faire que cela. Et moi, on me grondait tout le temps parce que je faisais beaucoup de choses différentes ! Et on me disait toujours que je ne serais jamais bonne à rien. Je faisais des études, je faisais de la peinture, je faisais de la musique, et puis je m'occupais encore d'autres questions. Et on m'a dit que ma musique ne vaudrait rien, ma peinture ne vaudrait rien, et que mes études seraient tout à fait incomplètes. C'est probablement tout à fait vrai, mais enfin j'ai trouvé que cela avait des avantages — justement les avantages dont je parle, d'élargir, d'assouplir son cerveau et la compréhension.

Éducation et liberté

N'est-ce pas, la grande chose, ici, c'est que le principe d'éducation est un principe de liberté, et en somme, toute la vie est organisée sur le maximum de liberté possible dans le mouvement ; c'est-à-dire que les règles, les règlements, les restrictions sont réduits absolument au minimum. Si l'on compare cela avec la façon dont les parents usuellement éduquent leurs enfants, avec constamment des : "Ne fais pas ça", "Il est défendu de faire ça", "Fais ceci", "Va faire ça", et, n'est-ce pas, des ordres et des défenses, il y a une différence considérable.

Dans les écoles et les collèges, partout, il y a des règles infiniment plus strictes que nous n'en avons ici. Alors, comme on ne met pas sur vous de condition absolue de faire des progrès, vous en faites quand ça vous plaît, vous n'en faites pas quand ça ne vous plaît pas, et puis vous prenez les choses aussi facilement que vous pouvez. Il y en a — je ne dis pas ça d'une façon absolue —, il y en a qui essayent, mais ils essayent spontanément. Naturellement, au point de vue spirituel, cela a infiniment plus de valeur. Le progrès que vous ferez parce que vous sentez en vous-même le besoin de le faire, parce que c'est une impulsion qui vous pousse en avant spontanément, et non pas parce que c'est une chose que l'on met sur vous comme une règle, ce progrès-là, au point de vue spirituel, est infiniment supérieur. Tout ce qui en vous essaye de bien faire, il essaye de le faire spontanément et sincèrement ; c'est quelque chose qui vient du dedans de vous-même, et non pas parce qu'on vous a promis des récompenses si vous faites bien, et des punitions si vous faites mal. Notre système n'est pas basé là-dessus.

Il se peut qu'à un moment donné quelque chose vienne à vous pour vous donner l'impression que l'on a apprécié votre effort, mais l'effort n'a pas été fait en vue de cela ; c'est-à-dire que ce ne sont pas des promesses qui sont faites d'avance et qui sont compensées, d'ailleurs, par des punitions équivalentes. Ce n'est pas l'habitude ici. Généralement, les choses sont telles, arrangées de telle façon, que la satisfaction d'avoir bien fait paraît être la meilleure des récompenses et que l'on se punit soi-même quand on fait mal, dans le sens qu'on se sent misérable et malheureux et mal à l'aise, et que ça, c'est la punition la plus concrète que l'on ait. Et alors, tous ces mouvements-là, du point de vue de la croissance intérieure spirituelle, ont une valeur infiniment plus grande que quand ils sont le produit d'un règlement extérieur.

L'éducation intellectuelle

On a un instrument mental qui a beaucoup de possibilités, de facultés, mais ce sont des facultés et des possibilités latentes et qui ont besoin d'une éducation spéciale, d'un dressage spécial pour qu'elles puissent exprimer la Lumière. Il est certain que dans la vie ordinaire, c'est le cerveau qui est le siège de l'expression extérieure de la conscience mentale ; eh bien, si ce cerveau n'est pas développé,

s'il est fruste, il y a une quantité innombrable de choses qui ne peuvent pas s'exprimer, parce qu'elles n'ont pas l'instrument nécessaire pour s'exprimer. Ce serait comme un instrument de musique auquel il manquerait la plupart des notes, alors cela fait un à-peu-près, mais cela ne fait pas une chose exacte.

La culture mentale, l'éducation intellectuelle vous change la constitution du cerveau, l'augmente considérablement, et par conséquent l'expression peut être plus complète et plus exacte.

Ce n'est pas nécessaire si vous voulez échapper à la vie et aller dans les hauteurs inexprimées, mais c'est indispensable si vous voulez traduire extérieurement votre expérience.

Mère, tu disais que si l'on a trop développé ces facultés d'analyse, de déduction et tout cela, elles deviennent une entrave aux expériences spirituelles, non ?

Si elles ne sont pas contrôlées, maîtrisées, oui. Mais pas nécessairement. Pas nécessairement. Cela rend peut-être le contrôle un petit peu plus difficile, parce que naturellement un être individualisé est plus difficile à maîtriser qu'un être fruste — avec l'individualisation plus complète, l'ego devient plus cristallisé, et aussi content de lui-même, n'est-ce pas... Mais en admettant que l'on ait surmonté cette difficulté, eh bien, le résultat, dans une individualité très développée est infiniment supérieur au résultat obtenu dans une nature fruste et non éduquée. Je ne dis pas que le procédé de transformation, ou plutôt de consécration, ne soit pas plus difficile, mais une fois qu'il est obtenu, le résultat est très supérieur.

On peut très bien comparer cela à des instruments de musique dont l'un aurait un certain nombre de notes, et l'autre dix fois plus. Eh bien, il est plus facile, peut-être, de jouer d'un instrument qui a quatre ou cinq notes, mais la musique que l'on peut faire avec un clavier complet est évidemment très supérieure !

On pourrait même comparer cela, encore plus qu'à un simple instrument, à un orchestre. Un être humain, une individualité humaine pleinement développée ressemble beaucoup à l'un de ces formidables orchestres qui contiennent des centaines d'exécutants. Ils sont évidemment très difficiles à maîtriser et à conduire, mais le résultat peut être merveilleux.

Organiser ses idées

Il y a ceux qui ne peuvent pas garder une armoire en ordre, un tiroir en ordre. Extérieurement, ils peuvent être dans une chambre qui a l'air très propre et très en ordre, et puis, vous ouvrez un tiroir, ou vous ouvrez une armoire, c'est un champ de bataille ! Tout est mélangé. Vous trouvez toutes les choses ensemble ; rien n'est classé. Ça, ce sont les gens qui ont une pauvre petite tête où les idées sont dans le même état que leurs objets matériels. Ils n'ont pas organisé leurs idées. Ils n'ont pas mis d'ordre. Ils vivent dans une confusion cérébrale. Et c'est un signe certain,

je n'ai jamais rencontré d'exception à cette règle : les gens qui ne savent pas garder leurs affaires en ordre, leurs idées sont en désordre dans leur tête, toujours. Elles cohabitent, les idées les plus opposées sont mises ensemble — et non par une synthèse supérieure, n'en croyez rien : simplement par un désordre et une incapacité d'organiser leurs idées. Vous n'avez pas besoin de parler même dix minutes avec quelqu'un si vous pouvez entrer dans sa chambre et ouvrir les tiroirs de ses meubles et voir son armoire — vous savez dans quel état ils sont, n'est-ce pas !

(...) Pour soi-même, il faut que ses propres affaires — et en même temps ses propres idées — soient organisées de la même manière et que vous sachiez exactement où sont les choses et que vous puissiez aller tout droit les trouver, parce que votre organisation est logique. C'est votre propre logique — ça peut ne pas être la logique du voisin, pas nécessairement, c'est votre propre logique —, mais votre organisation étant logique, vous savez exactement où est une chose et, comme je vous l'ai dit, si cette chose est déplacée, vous le savez immédiatement. Et ceux qui peuvent faire cela, généralement ce sont des gens qui peuvent mettre de l'ordre dans leurs idées, et qui peuvent mettre aussi de l'organisation dans leur caractère, et qui finalement peuvent gouverner leurs mouvements. Et puis, si l'on fait un progrès, on arrive à gouverner sa vie physique : on commence à avoir un contrôle sur ses mouvements physiques. Si l'on prend ce bout-là de la vie, vraiment elle devient intéressante. Si l'on vit dans une confusion, un désordre, un chaos intérieur, extérieur, où tout se mélange et où l'on n'est conscient de rien, et on est maître encore moins des choses, ce n'est pas une vie.

Former sa propre manière de penser

Il faut des années de travail, d'organisation, de sélection, de construction, très attentives, très soignées, très raisonnables, très cohésives, pour arriver à se former simplement, oh ! simplement cette petite chose : sa propre manière de penser.

On croit qu'on a sa propre manière de penser. La preuve, cela dépend totalement des gens avec qui l'on parle, ou des livres que l'on a lus, ou de l'humeur dans laquelle on se trouve. Cela dépend aussi de si vous avez une bonne ou mauvaise digestion, cela dépend de si vous êtes enfermé dans une chambre où il n'y a pas suffisamment de ventilation, ou si vous êtes en plein air, cela dépend de si vous avez devant vous un beau paysage, cela dépend de s'il y a du soleil ou s'il pleut ! Vous ne vous rendez pas compte, mais vous pensez toutes sortes de choses tout à fait différentes suivant des tas de choses qui n'ont rien à faire avec vous-même !

Et pour que cela devienne une pensée coordonnée, cohésive, logique, il faut un long, minutieux travail.

Cristalliser sa pensée

L'utilité du travail n'est pas autre que celle-là : cristalliser ce pouvoir mental. Parce que, ce que vous apprenez (à moins que vous ne le mettiez en pratique par un travail ou par des études approfondies), la moitié de ce que vous apprenez, au moins, s'enfuira, disparaîtra avec le temps. Mais cela vous aura laissé une chose : la capacité de cristalliser votre pensée, d'en faire quelque chose de clair, précis, exact et organisé. Et c'est cela, la vraie utilité du travail: organiser votre capacité cérébrale.(...)

Je vais vous expliquer : quand vous avez compris, cela fait en vous un petit cristal, comme un petit point qui brille. Et quand vous en aurez mis beaucoup, beaucoup, alors vous commencerez à être intelligents. C'est à cela que sert le travail — pas simplement à se bourrer la tête d'un tas de choses qui ne mènent nulle part.

Au fond, au point de vue général, surtout au point de vue intellectuel, la capacité d'attention et de concentration est la chose la plus importante, celle qu'il faut travailler à développer. Au point de vue de l'action (de l'action matérielle), c'est la volonté: il faut travailler pour se construire une volonté inébranlable. Au point de vue intellectuel, il faut travailler pour se construire une concentration que rien ne peut ébranler. Et si vous avez les deux, la concentration et la volonté, vous êtes un être génial et rien ne vous résistera.

Retenir ce qu'on apprend

La vraie manière pour que ça [ce que vous apprenez] reste, c'est de comprendre, ce n'est pas d'apprendre par cœur. Vous apprenez quelque chose par cœur, c'est mécanique, n'est-ce pas ; mais ça, au bout d'un certain temps, ça s'effacera, à moins que vous ne vous serviez de ça constamment. Par exemple, on vous fait apprendre par cœur les tables de multiplication ; si vous vous en servez constamment, vous vous en souviendrez, mais si par hasard vous restez des années sans vous en servir, vous l'oublierez tout à fait. Mais si vous comprenez le principe, alors vous pourrez vous en souvenir. N'est-ce pas, le principe de la multiplication, si vous le comprenez avec un sens mathématique, alors vous n'aurez plus besoin de vous en souvenir par cœur, l'opération se fera tout naturellement dans votre cerveau ; et c'est pour tout la même chose.

Si vous comprenez la chose, si vous avez le sens du principe qui est derrière, alors vous pouvez vous en souvenir indéfiniment, pour des centaines d'années si vous durez des centaines d'années. Tandis que quelque chose que vous avez appris par cœur... au bout d'un certain temps, les cellules cérébrales se multiplient, sont remplacées, et il y a des choses qui s'effacent.(...) Dans la vie il y a des choses qui restent comme des jalons, il y en a d'autres qui s'effacent totalement, au point

qu'on ne s'en souvient pas du tout, c'est parti. Mais il y a des choses qui sont comme ça, vraiment comme des jalons, comme des points de repère de l'existence. Eh bien, ce sont des choses qui ont été des expériences conscientes, c'est-à-dire qui ont été comprises ; alors l'expérience reste indéfiniment, et avec juste un certain petit mouvement de conscience, vous pouvez la ramener en avant. Mais une chose qui est apprise d'une façon mécanique — à moins, je vous dis, que vous ne vous en serviez quotidiennement — ça s'efface.

La connaissance au-dedans

Une chose est certaine au sujet du mental et de sa façon de travailler, c'est que l'on ne peut comprendre que ce que l'on sait déjà dans son être intérieur. Vous êtes frappé, dans un livre, par ce que vous avez déjà expérimenté profondément au-dedans de vous. Souvent, quand un homme trouve merveilleux un livre ou un enseignement, on l'entend dire : "Ceci est exactement ce que je sentais et savais, mais je ne pouvais pas l'exprimer aussi bien et clairement que c'est exprimé ici." Quand un livre de vraie connaissance tombe entre les mains des hommes, chacun se découvre lui-même dans le livre, et à chaque nouvelle lecture, il fait de nouvelles trouvailles qu'il n'avait pas vues tout d'abord : chaque fois s'ouvre devant lui un nouveau champ de connaissance qui lui avait jusqu'alors échappé. C'est parce que, chaque fois, sont touchés de nouveaux plans de connaissance qui attendaient dans son subconscient le pouvoir de s'exprimer ; maintenant, l'expression a été donnée par quelqu'un d'autre et bien mieux qu'il n'aurait pu le faire lui-même. Mais dès qu'il rencontre l'expression, il la reconnaît et sent que c'est la Vérité. La connaissance qui semble vous venir du dehors est seulement une occasion d'amener à la surface la connaissance qui était au-dedans de vous.

Les lectures qui éveillent

Pour ceux qui se cherchent, qui tâtonnent, qui ne sont pas tout à fait sûrs, qui sont tirés d'un côté ou d'un autre, qui ont beaucoup d'intérêts dans la vie, qui ne sont pas fixés, stabilisés dans leur volonté de réalisation, c'est très bon de lire, parce que ça vous met en contact avec le sujet, ça vous donne de l'intérêt pour la chose.

(...) Il y a un genre de lecture qui éveille en vous l'intérêt pour la chose et qui peut vous aider dans les premières recherches. Généralement, même si on a eu des expériences, on a besoin d'un contact de pensée ou d'idée avec la chose pour que l'effort se cristallise d'une façon plus consciente. Mais plus on sait, plus il faut être absolument sincère dans son expérience, c'est-à-dire qu'il ne faut pas se servir de son pouvoir formateur du mental pour imaginer et ainsi créer l'expérience en soi. Au point de vue de l'orientation, ça peut être utile ; mais au point de vue de l'expérience, ça lui enlève sa valeur dynamique, ça n'a pas l'intensité d'une

expérience qui vient parce qu'on a rempli les conditions morales et spirituelles nécessaires pour qu'elle se produise. Il y a tout le conditionnement mental qui s'ajoute et qui enlève quelque chose de la spontanéité. Tout ça, c'est une question de proportions. Chacun doit trouver la mesure qui lui est nécessaire, la mesure de lecture, la mesure de méditation, la mesure de concentration, la mesure... C'est pour chacun différent.

Comment lire Sri Aurobindo

D'une façon générale et presque absolue, si l'on veut vraiment profiter de cette lecture, comme de celle de tous les écrits de Sri Aurobindo, la meilleure méthode est celle-ci : après avoir rassemblé sa conscience, fixé son attention sur ce qu'on lit, il faut établir un minimum de tranquillité mentale — si l'on peut obtenir le silence parfait, c'est la meilleure chose — et arriver à un état d'immobilité cérébrale tel que l'attention devient semblable à la surface d'une eau absolument paisible. Alors la chose lue traverse cette surface et pénètre profondément dans l'être où elle est reçue avec le minimum de déformation ; et après, quelquefois longtemps après, cela resurgit des profondeurs et se manifeste dans le cerveau avec sa pleine puissance de compréhension, non comme une connaissance acquise du dehors, mais comme une lumière que l'on portait au-dedans de soi.

De cette façon, la faculté de comprendre est à son maximum, tandis que si, en lisant, votre mental reste agité et qu'il essaye de raisonner et de comprendre immédiatement ce qu'il lit, vous perdez plus des trois quarts de la force, de la connaissance et de la vérité contenues dans les mots. Et si vous pouvez ne poser des questions que lorsque le processus d'absorption et de réveil intérieur est accompli, eh bien, vous vous apercevez qu'il y a beaucoup moins de choses à demander, parce que vous aurez mieux compris ce que vous avez lu.

Comment écouter la musique

Mère, quand on entend de la musique, comment faut-il vraiment entendre ?

Ça, si on peut être tout à fait silencieux, n'est-ce pas, silencieux et attentif, simplement comme si l'on était un instrument qui doit enregistrer — on ne bouge pas, et on n'est rien que quelque chose qui écoute —, si l'on peut être tout à fait silencieux, tout à fait immobile et comme cela, alors ça, ça entre. Et c'est seulement après, quelque temps après, que l'on peut s'apercevoir de l'effet, ou de ce que cela voulait dire, ou de l'impression que cela vous a créée. Mais la meilleure façon d'écouter, c'est cela, c'est d'être comme un miroir immobile et très concentré, très silencieux. D'ailleurs on voit, n'est-ce pas, les gens qui aiment vraiment la musique — j'ai vu des musiciens écouter de la musique, des musiciens, des compositeurs ou des exécutants qui aimaient vraiment la musique, je les ai vus écouter la musique —, ils s'immobilisent complètement, ils sont

comme ça, ils ne bougent plus. Tout, tout est comme ça. Et si l'on peut ne pas penser, alors c'est très bien, alors on a le plein profit... C'est un des moyens d'ouverture intérieure qui est un des plus puissants.

Le sens de la beauté

Pour faire ce yoga, il faut avoir au moins un peu le sens de la beauté. Si on ne l'a pas, on manque l'un des aspects les plus importants du monde physique.

Il y a cette beauté, cette dignité d'âme — c'est une chose à laquelle je suis très sensible. C'est une chose qui m'émeut et qui suscite en moi un grand respect, toujours.

Oui, cette beauté d'âme qui transparaît dans le visage ; cette espèce de dignité, d'harmonie de la réalisation intégrale. Quand l'âme transparaît dans le physique, elle donne cette dignité, cette beauté, cette majesté: la majesté qui vient d'être le Tabernacle. Alors, même les choses qui n'ont pas de beauté particulière, se revêtent d'un sens de beauté éternelle, de *la* beauté éternelle.

J'ai vu comme cela des visages passer d'un extrême à l'autre, en un éclair. Quelqu'un qui avait cette espèce de beauté, d'harmonie, de sens de la dignité divine dans le corps, puis tout d'un coup, la perception de l'obstacle, de la difficulté, et ce sens de la faute, de l'indignité — alors la soudaine déformation dans l'apparence, une sorte de décomposition des traits ! Et pourtant la même figure. Cela a été comme un éclair, c'était effroyable. Cette sorte de hideur du tourment, de la dégradation — ce qui a été traduit dans les religions par le "tourment du péché" — cela vous donne une figure ! Même des traits qui sont beaux en eux-mêmes deviennent effroyables. Et c'étaient les mêmes traits, la même personne.

Alors j'ai vu comme le sens du péché est horrible, à quel point il appartient au monde du mensonge.

Gratitude

Cette espèce de sens de la gratitude, que le Divin existe ; ce sentiment de reconnaissance émerveillée qui vous remplit vraiment d'une joie sublime du fait que le Divin existe, qu'il y a quelque chose dans l'univers qui est le Divin, que ce n'est pas seulement cette monstruosité que nous voyons, qu'il y a le Divin, que le Divin existe. Et chaque fois que la moindre chose vous met en contact, ou directement ou indirectement, avec cette sublime réalité de l'existence divine, le cœur se remplit d'une joie si intense, si merveilleuse, d'une reconnaissance qui est "de toutes les choses celle qui a le goût le plus délectable.

Il n'y a rien qui vous donne une joie pareille à celle de la gratitude. On entend un oiseau chanter, on voit une jolie fleur, on regarde un petit enfant, on voit un

acte de générosité, on lit une belle phrase, on regarde un coucher de soleil, n'importe, tout à coup cela vient en vous, cette espèce d'émotion, mais si profonde et si intense, que le monde manifeste le Divin, qu'il y a quelque chose derrière le monde qui est le Divin.

L'art véritable

L'art, il est vrai, a pour mission d'exprimer la beauté, mais dans un rapport étroit avec le mouvement universel. Les plus grandes nations et les races les plus cultivées ont toujours considéré l'art comme faisant partie de la vie et l'ont toujours mis à son service. Tel fut l'art du Japon à ses meilleurs moments ; et il en fut de même partout, à tous les meilleurs moments de l'histoire de l'art. Mais la plupart des artistes sont comme des parasites vivant en marge de la vie ; ils semblent ne pas savoir que l'art doit être l'expression du Divin dans la vie et par la vie. En toute chose, partout, dans tous les rapports, la vérité doit être manifestée en son rythme innombrable, et chaque mouvement de la vie doit être une expression de beauté et d'harmonie. L'habileté n'est pas de l'art, le talent n'est pas de l'art. L'art est une harmonie et une beauté vivantes que tous les mouvements de l'existence doivent révéler. Cette manifestation de l'art véritable fait partie de la divine réalisation ; peut-être en est-elle la plus grande partie.

Art et yoga

Quand un artiste fait le yoga, est-ce que sa production y gagne ?

La discipline de l'art à son centre possède le même principe que la discipline du yoga. Dans les deux, le but est de devenir de plus en plus conscient ; dans les deux, on doit apprendre à voir et à sentir quelque chose qui est au-delà de la vision et de la sensation ordinaires, à se retirer au-dedans de soi pour faire surgir de là des choses plus profondes. Pour accroître la conscience de leurs yeux, les peintres ont à suivre une discipline qui, en elle-même, est presque un yoga. Les vrais artistes essayent de voir au-delà des apparences, afin d'utiliser leur art pour exprimer un monde interne ; et, par cette concentration, ils développent une conscience qui est semblable à la conscience donnée par le yoga. Pourquoi donc la conscience yogique ne serait-elle pas une aide pour la création artistique ?

J'ai connu des personnes qui avaient peu d'entraînement et d'habileté, et qui cependant, par le yoga, acquièrent une remarquable capacité pour écrire et pour peindre.

L'art vivant

Quand on fait un tableau, ou quand on fait de la musique, ou quand on écrit de

la poésie, chacun a sa manière de dire. Chaque peintre, chaque musicien, chaque poète, chaque sculpteur a un contact, ou devrait avoir un contact unique, personnel avec le Divin; et à travers le métier qui lui est propre, l'art qu'il a maîtrisé, il doit exprimer ce rapport à sa manière, avec ses propres mots, ses propres couleurs. Pour lui, au lieu de copier la forme extérieure de la Nature, il prend ces formes comme le revêtement de quelque chose d'autre, justement de sa relation avec les réalités qui sont derrière, plus profondes, et il essaye de leur faire exprimer cela. Au lieu de juste imiter ce qu'il voit, il essaye de leur faire dire ce qui est derrière elles, et c'est ce qui fait la différence entre un art vivant et puis juste une plate copie de la Nature.

Belles histoires

Les histoires imaginées ne mettent-elles pas en contact avec la vie, avec la vérité ?

Pas toujours ! Et qu'est-ce que cela veut dire "contact avec la vérité" ? Il y a une vérité dans un grain de sable. Cela ne veut rien dire.

Ne croyez-vous pas qu'il y ait assez de choses laides dans la vie sans en donner une image dans les livres ? C'est une chose qui m'a toujours étonnée, même quand j'étais enfant : la vie est si laide, si pleine de choses mesquines, misérables, même parfois répugnantes, à quoi sert-il d'imaginer encore pire que ce qui est ? Si l'on imaginait quelque chose de plus beau, une vie plus belle, voilà qui vaudrait la peine. Les gens qui se plaisent à écrire des choses laides font preuve d'une grande pauvreté d'esprit — c'est toujours le signe d'une pauvreté d'esprit. Il est infiniment plus difficile de raconter une histoire belle d'un bout à l'autre, que d'écrire une histoire qui finit par un drame ou une catastrophe. Beaucoup d'auteurs, s'ils devaient écrire une histoire qui finit bien, d'une belle façon, ne pourraient pas le faire — ils n'ont pas assez d'imagination pour cela. Très peu d'histoires se terminent par un soulèvement, presque toutes se terminent par une chute — pour une raison très simple, il est beaucoup plus facile de tomber que de s'élever. Il est beaucoup plus difficile de finir son histoire sur une note de grandeur, de splendeur, de faire de son héros un génie qui cherche à se dépasser lui-même, parce qu'il faut être un génie soi-même pour cela, et ce n'est pas donné à tout le monde.

LA VIE DE CHAQUE JOUR

Le matérialisme des temps modernes

En ce temps-là, le temps du Bouddha, vivre la vie spirituelle était la joie, la béatitude, la condition la plus heureuse, celle qui vous libérait de tous les ennuis du monde, de toutes les souffrances, tous les soucis, qui vous rendait heureux, satisfait, content.

C'est le matérialisme des temps modernes qui a fait de l'effort spirituel un effort douloureux et un sacrifice, un renoncement pénible à toutes les prétendues joies de la vie.

Cette insistance sur l'exclusive réalité du monde physique, des plaisirs physiques, des joies physiques, des possessions physiques est le résultat de toute la tendance matérialiste de la civilisation humaine. C'était impensable dans l'ancien temps. Au contraire, la retraite, la concentration, la libération de tous les soucis matériels, la consécration à la joie spirituelle, c'est cela qui était le bonheur.

À ce point de vue, il est de toute évidence que l'humanité est loin d'avoir progressé ; et ceux qui sont nés dans le monde dans ces centres de civilisation matérialiste ont dans leur subconscient cette chose affreuse que seules les "réalités matérielles" sont réelles et que s'occuper de choses qui ne sont pas matérielles représente un esprit de sacrifice merveilleux, un effort presque sublime. Ne pas être du matin au soir et du soir au matin préoccupé de toutes les petites satisfactions physiques, de tous les plaisirs physiques, de toutes les sensations physiques, les préoccupations physiques, c'est faire preuve d'un esprit remarquable.

Ésaü et Jacob

Je ne sais pas combien d'entre vous ont lu la Bible ; ce n'est pas très amusant à lire, et puis c'est très long ; mais enfin, dans la Bible il y a une histoire qui m'a toujours beaucoup plu. Il y avait deux frères, si je ne me trompe, Ésaü et Jacob. Eh bien, Ésaü avait très faim, c'est ça l'histoire, n'est-ce pas, je crois que c'était un chasseur, ou quelqu'un... enfin l'histoire est comme ça. Il est rentré chez lui très affamé. Alors il a dit à Jacob qu'il avait très faim, et il avait tellement faim qu'il lui a dit : "Écoute, si tu me donnes ton plat de lentilles (Jacob avait préparé des lentilles), si tu me donnes ton plat de lentilles, je te donne mon droit d'aînesse." N'est-ce pas, on peut comprendre l'histoire d'une façon tout à fait superficielle,

mais cela a un sens très profond : le droit d'aînesse, c'est le droit d'être le fils de Dieu. Et alors, il était tout à fait prêt à abandonner son droit divin pour manger, parce qu'il avait faim, pour la chose concrète, matérielle ! C'est une très vieille histoire, mais elle est éternellement vraie.

Le prix du succès

Il ne faut pas juger les choses d'après un succès extérieur, ou un semblant de défaite. On peut — et en général c'est toujours ce qui se passe —, on pourrait dire que le Divin donne ce que l'on désire, et que de toutes les leçons, c'est la meilleure. Parce que si votre désir est inconscient, obscur, égoïste, vous augmentez en vous l'inconscience, l'obscurité et l'égoïsme, c'est-à-dire que cela vous éloigne de plus en plus de la vérité, de la conscience et du bonheur. Cela vous éloigne du Divin. Et pour le Divin, naturellement, il n'y a qu'une chose qui soit vraie, c'est la Conscience divine, l'Union divine. Et chaque fois que vous mettez en avant les choses matérielles, vous devenez de plus en plus matériel et vous vous éloignez de plus en plus du plein succès.

Mais ce succès, pour la Vérité, est une terrible défaite... Vous avez échangé la Vérité pour le Mensonge.

Juger selon les apparences et le succès apparent, c'est justement un acte de complète ignorance. Même chez celui qui est le plus endurci, même celui pour qui tout a apparemment réussi, il y a toujours une contrepartie. Et cette espèce de durcissement de l'être qui se produit, ce voile qui se construit, de plus en plus épais, entre la conscience extérieure et la vérité intérieure, devient, un jour ou l'autre, tout à fait intolérable. Cela se paye très cher, généralement, le succès extérieur.

Il faut être *très* grand, *très* pur, avoir une conscience spirituelle *très* haute et *très* désintéressée pour pouvoir réussir sans en être affecté. Rien n'est plus difficile que d'avoir du succès. Ça, c'est la vraie épreuve de la vie !

Quand vous ne réussissez pas, tout naturellement, vous vous retournez sur vous-même et au-dedans de vous, et vous cherchez au-dedans de vous la consolation de votre échec extérieur. Et ceux qui ont une flamme au-dedans d'eux, si le Divin veut vraiment les aider, s'ils sont mûrs pour être aidés, s'ils sont prêts pour suivre le chemin, les coups viendront l'un après l'autre, parce que cela aide. C'est l'aide la plus puissante, la plus directe, la plus efficace. Si vous réussissez, méfiez-vous, dites-vous: "À quel prix, de quel prix ai-je payé le succès? J'espère que ce n'est pas un pas vers..."

Il y a ceux qui ont dépassé cela, ceux qui sont conscients de leur âme, ceux qui se sont donnés entièrement, ceux qui — comme je l'ai dit — sont absolument purs, désintéressés, et qui peuvent réussir sans que ça les atteigne et sans que ça les touche, alors, là, c'est différent. Mais il faut être très haut pour pouvoir

supporter le succès. Et après tout, c'est peut-être la dernière épreuve que le Divin donne à quelqu'un : "Maintenant tu es noble, tu es désintéressé, tu n'as plus d'égoïsme, tu n'appartiens plus qu'à moi, je vais te faire triompher. Nous allons voir si tu tiendras le coup."

La parfaite égalité d'âme

Les éléments que nous n'attendons pas, que nous n'espérons pas, que nous ne voulons pas, qui sont contraires à nos désirs, nous les appelons, dans notre ignorance, des infortunes, et nous nous lamentons. Mais si nous devenions un peu plus sages et que nous observions les conséquences profondes de ces mêmes événements, nous nous apercevions qu'ils nous mènent rapidement vers le Divin, le Bien-Aimé ; tandis que les circonstances faciles et agréables nous encouragent à traîner sur le chemin, à nous arrêter en route pour cueillir ces fleurs de plaisir qui s'offrent à nous et que nous sommes trop faibles ou pas assez sincères pour rejeter délibérément afin de ne pas retarder notre marche en avant.

Il faut être déjà bien fort et très loin sur la route pour pouvoir faire face sans fléchir au succès et aux petits agréments qu'il apporte. Et ceux-là, ceux qui sont forts, ne courent pas après le succès ; ils ne le recherchent pas et l'accueillent avec indifférence. Car ils connaissent et apprécient la valeur des coups de fouet que donnent le malheur et l'infortune.

Mais, en fin de compte, la vraie attitude, celle qui est le signe et la preuve que l'on est près du but, c'est une parfaite égalité d'âme qui nous fait accepter avec la même joie tranquille, le succès et l'insuccès, la fortune et l'infortune, le bonheur et le malheur ; car toutes ces choses sont devenues pour nous les dons merveilleux que le Seigneur déverse sur nous dans sa sollicitude infinie.

Le don total

Ce que vous êtes, donnez-le ; ce que vous avez, donnez-le — et votre don sera parfait ; au point de vue spirituel, il sera parfait. Cela ne dépend pas de la quantité de biens que vous avez ou du nombre de possibilités que votre caractère contient ; cela dépend de la perfection de votre don, c'est-à-dire de la totalité de votre don.

Je me souviens d'avoir lu, dans un livre qui racontait des légendes de l'Inde, une histoire comme ceci. Il y avait une très pauvre, très vieille femme qui ne possédait rien, qui était tout à fait misérable, qui vivait dans une petite hutte misérable et à qui l'on avait donné un fruit. C'était une mangue. Elle en avait mangé la moitié et elle avait gardé l'autre moitié pour le lendemain, parce que c'était une chose si merveilleuse qu'il ne lui arrivait pas souvent d'en avoir — une mangue. Et alors, quand la nuit est tombée, quelqu'un a frappé à la porte branlante et a demandé l'hospitalité. Et ce quelqu'un est entré et lui a dit qu'il voulait l'abri et qu'il avait

faim. Alors elle lui a dit : "Bon. Je n'ai pas de feu pour vous chauffer, je n'ai pas de couverture pour vous couvrir, et il me reste la moitié de cette mangue, c'est tout ce que j'ai, si vous la voulez; j'en ai mangé la moitié." Et il se trouve que ce quelqu'un était Shiva et qu'alors elle a été remplie d'une gloire intérieure, parce qu'elle avait fait un don parfait d'elle-même et de tout ce qu'elle avait.

J'avais lu cela, j'avais trouvé cela magnifique. Eh bien, oui, c'est très descriptif, c'est cela. C'est cela même.

L'homme riche, ou même les personnes qui sont dans le bien-être et qui ont toutes sortes de choses dans la vie et qui font don au Divin de ce qu'ils ont en surplus — parce que c'est généralement le geste : on a un peu plus d'argent qu'on n'en a besoin, on a un peu plus de choses qu'on n'en a besoin, et alors, généreusement, on donne cela au Divin. C'est mieux que de ne rien donner. Mais même si ce "un peu plus" que ce dont ils ont besoin représente des lakhs de roupies, le don est moins parfait que celui de la moitié de la mangue. Parce que ce n'est pas à la quantité ni à la qualité que cela se mesure : c'est à la sincérité du don et à l'absolu du don.

Le meilleur usage de l'argent

Il est infiniment plus difficile d'être bon, d'être sage, d'être intelligent et d'être généreux, d'être plus généreux, vous m'entendez, quand on est riche que quand on est pauvre. J'ai connu beaucoup de gens dans beaucoup de pays, et les gens les plus généreux que j'ai toujours rencontrés dans tous les pays, c'étaient les plus pauvres. Et dès que les poches sont pleines, on a une espèce de maladie qui vous prend, qui est un attachement sordide pour l'argent. Je vous assure, c'est une malédiction.

Alors la première chose à faire quand on a de l'argent c'est de le donner. Mais comme il est dit qu'il ne faut pas le donner sans discernement, n'allez pas le donner comme les gens qui font de la philanthropie, parce que ça les remplit du sens de leur bonté, de leur générosité et de leur importance. Il faut agir d'une façon sattvique, c'est-à-dire en faire le meilleur usage possible. Et alors, chacun doit trouver dans sa conscience la plus haute quel est le meilleur usage possible de l'argent que l'on a. Et l'argent, vraiment il n'a de valeur que s'il circule. Pour chacun et pour tout le monde, l'argent ne vaut que quand on l'a dépensé(...)

La richesse est une force — je vous l'ai déjà dit une fois —, est une force de la Nature ; et elle devrait être un moyen de circulation, un pouvoir en mouvement, comme l'eau qui coule est un pouvoir en mouvement. C'est quelque chose qui peut servir à produire, à organiser. C'est un moyen commode, parce qu'au fond ce n'est qu'un moyen de faire circuler les choses pleinement et librement.

Il faudrait que cette force soit entre les mains de ceux qui savent en faire le meilleur usage possible, c'est-à-dire, comme j'ai dit au commencement, des gens

qui ont aboli en eux, ou qui se sont débarrassés d'une façon quelconque de tout désir personnel et de tout attachement. Il faudrait y ajouter une vision assez vaste pour comprendre les besoins de la terre, une connaissance assez complète pour savoir organiser tous ces besoins et se servir de cette force par ces moyens-là. Si, en plus, ces êtres ont une connaissance supérieure spirituelle, alors ils peuvent utiliser cette force pour construire petit à petit sur la terre ce qui sera capable de manifester la Puissance, la Force et la Grâce divines.

L'argent n'appartient à personne

Le conflit autour de l'argent est un conflit entre ce que l'on pourrait appeler des "propriétaires opposés", et la vérité, c'est que cela n'appartient à personne. C'est cette idée de *possession* de l'argent qui a tout faussé. L'argent ne doit pas être une "possession" : au même titre qu'un pouvoir, c'est un moyen d'action qui vous est donné, mais il faut que vous l'utilisiez selon... on pourrait appeler cela la "volonté du Donateur", c'est-à-dire d'une façon impersonnelle et clairvoyante. Si l'on est un bon instrument de diffusion et d'utilisation, alors cela vient vers vous, et cela vient vers vous en proportion de votre capacité de l'utiliser comme il faut. C'est cela, le vrai fonctionnement.

La vraie attitude est celle-ci : l'argent est une force destinée à faire le travail sur terre, le travail nécessaire pour préparer la terre à recevoir les forces divines et à les manifester, et qui doit venir entre les mains (c'est-à-dire le pouvoir d'utilisation) de ceux qui ont la vision la plus claire, la plus générale et la plus vraie.

La valeur de la production

On dit que "l'on ne peut pas faire un tas sans faire un trou", que l'on ne peut pas s'enrichir sans appauvrir quelqu'un. Est-ce vrai ?

Ce n'est pas exact. Si l'on produit quelque chose, au lieu d'un appauvrissement, c'est un enrichissement ; simplement, on met en circulation dans le monde quelque chose d'autre qui a une valeur équivalente à celle de l'argent.

Mais dire que "l'on ne peut pas faire un tas sans faire un trou", c'est bon pour les gens qui spéculent, qui font des affaires à la Bourse ou de la finance, là c'est vrai. Il est impossible d'avoir un succès financier dans les affaires de pure spéculation sans que ce soit au détriment d'un autre. Cela se limite là. Autrement, un producteur ne fait pas un trou s'il entasse de l'argent en échange de ce qu'il produit. Bien sûr, il y a la question de la valeur de la production, mais si la production est vraiment un acquis pour la richesse humaine générale, il ne fait pas un trou, il augmente cette richesse. Et d'une autre manière, pas seulement dans le domaine matériel, c'est la même chose pour l'art, pour la littérature ou la science et pour

n'importe quelle production.

Le respect de l'objet

Comment faut-il se servir des choses ?

Ah, ça c'est... D'abord, se servir des choses avec la compréhension de leur vraie utilité, la connaissance de leur emploi réel, avec le maximum de soin pour que ça ne se détériore pas, et le minimum de confusion.

Je vais vous donner un exemple : vous avez une paire de ciseaux. Il y a des ciseaux de tous les genres, il y a des ciseaux pour couper le papier, et il y a des ciseaux pour couper le fil... alors si vous avez la paire de ciseaux dont vous avez besoin, utilisez-la pour la chose pour laquelle elle est faite. Mais je connais des gens, quand ils ont une paire de ciseaux, ils s'en servent sans aucun discernement pour couper n'importe quoi, pour couper des petits fils de soie, et ils essayent de couper du fil de fer aussi avec, ou bien ils s'en servent comme d'un outil pour ouvrir les boîtes de conserves, n'est-ce pas; dans n'importe quel cas où ils ont besoin d'un instrument, ils se saisissent de leurs ciseaux et ils s'en servent. Alors naturellement, au bout de très peu de temps ils reviennent me dire : "Oh, ma paire de ciseaux est abîmée, j'en voudrais une autre." Et ils sont très étonnés quand je leur dis : "Non, vous n'en aurez pas d'autre, parce que vous avez abîmé celle-là, parce que vous vous en êtes mal servi." C'est un exemple seulement. Je pourrais en donner beaucoup d'autres.

On se sert de quelque chose qui se salit, et qui s'abîme en étant sale, on oublie de le nettoyer ou on le néglige, parce que ça prend du temps.

Il y a une sorte de respect de l'objet que l'on a, qui doit faire qu'on le traite avec beaucoup de considération, et qu'on essaye de le conserver aussi longtemps que possible, non parce qu'on y est attaché et qu'on le désire, mais parce qu'un objet est quelque chose de respectable, qui a quelquefois coûté beaucoup d'effort et de travail pour être produit, et qu'en conséquence il faut le considérer avec le respect qui est dû au travail et à l'effort qui ont été mis...

Bien des fois, j'ai dit : "Non, utilisez ce que vous avez. Tâchez d'en faire le meilleur usage possible. Ne jetez pas inutilement, ne demandez pas inutilement. Tâchez de vous arranger avec ce que vous avez, en y mettant tout le soin, tout l'ordre, toute la méthode nécessaires^ et en évitant la confusion.

Nourritures

Si on veut passer de cette vie ordinaire à une vie supérieure, le problème [de la nourriture] commence à avoir de l'intérêt ; et si, après avoir passé à une vie supérieure on essaye de se préparer à la transformation, alors cela devient très important. Parce qu'il y a certainement des nourritures qui aident le corps à se

subtiliser, et d'autres qui le maintiennent dans un état de bestialité. Mais c'est seulement à ce moment-là que c'est très important, pas avant ; et avant d'être arrivé à ce moment-là, il y a beaucoup d'autres choses à faire. Il vaut certainement mieux purifier son mental, et purifier son vital, avant de songer à purifier son corps. Parce que, même si vous prenez toutes les précautions possibles et que vous vivez physiquement en ayant soin de n'absorber que ce qui aidera à subtiliser votre corps, si votre mental et votre vital restent dans des états de désir, d'inconscience, d'obscurité, de passion et de tout le reste, cela ne servira à rien du tout. Simplement votre corps deviendra faible, disloqué d'avec la vie intérieure et il tombera malade un beau matin.

Il faut commencer par le dedans, je vous ai dit ça déjà une fois. Il faut commencer par en haut, il faut d'abord purifier le haut et puis purifier le bas. Je ne dis pas qu'il faut se livrer à toutes sortes de choses dégradantes dans le corps. Ce n'est pas ça que je vous dis. Ne le prenez pas pour un conseil de manque de contrôle sur vos désirs ! Ce n'est pas du tout ça. Mais je veux dire : n'essayez pas d'être un ange dans le corps si vous n'avez pas déjà été un petit peu un ange dans votre mental et votre vital ; parce que ça vous disloquerait d'une façon opposée à la façon ordinaire, mais qui n'est pas meilleure. Nous avons dit l'autre jour que ce qui est tout à fait important, c'est de garder l'équilibre. Eh bien, pour garder l'équilibre, il faut que tout progresse en même temps. Il ne faut pas que vous laissiez une partie de votre être dans l'obscurité, et que vous essayiez d'amener l'autre à la lumière. Il faut prendre grand soin de ne laisser aucun coin obscur.

Manger juste

Le mieux c'est de ne pas penser [à la nourriture], c'est de régler sa vie d'une façon assez automatique pour ne pas avoir besoin de penser à manger. Vous mangez à heures fixes, vous mangez raisonnablement, vous n'avez même pas besoin de penser à la nourriture quand vous la prenez ; il faut manger calmement, c'est tout, tranquillement, avec concentration, et quand vous ne mangez pas il ne faut jamais y penser. Il ne faut pas manger trop, parce qu'alors il faudra que vous pensiez à votre digestion, et que ce sera très désagréable pour vous, et que ça vous fera perdre beaucoup de temps. Il faut manger juste... il faut cesser tout désir, toute attraction, tout mouvement du vital, parce que quand vous mangez simplement parce que le corps a besoin de manger, le corps vous dira d'une façon tout à fait précise et exacte quand il aura assez ; n'est-ce pas, quand on n'est pas mû par un désir vital ou des idées mentales, on le saisit avec certitude. "Maintenant ça suffit, dit le corps, je n'en veux plus." Alors on s'arrête.

Offrir ce que l'on mange au Divin

Tant que notre corps sera obligé d'absorber des matières étrangères pour

subsister, il absorbera en même temps une quantité considérable de forces inertes et inconscientes ou d'une conscience peu désirable, et ça, cette alchimie-là, il faut la faire au-dedans de son corps. Nous parlions des consciences que l'on absorbe avec de la nourriture, mais il y a aussi de l'inconscience qu'on absorbe avec de la nourriture, beaucoup. Et c'est pour cela que, dans beaucoup de yogas, on conseillait de faire une offrande au Divin de ce qu'on allait manger avant de le manger. (*Mère fait un geste d'offrande, les deux mains rapprochées et ouvertes vers le haut*) Cela consiste à appeler le Divin dans la nourriture avant de l'absorber. On Lui offre — c'est-à-dire qu'on la met en contact avec le Divin, afin qu'elle soit sous l'influence divine quand on l'absorbe. C'est très utile, c'est très bon. Si on sait le faire, c'est très utile, cela diminue de beaucoup le travail de transformation intérieure que Ton doit faire.

La vie sans drogues

Il y en a qui croient que de fumer, de boire, etc., fera partie de la vie de demain. C'est leur affaire. S'ils veulent faire l'expérience, qu'ils la fassent. Ils s'apercevront qu'ils s'emprisonnent dans leurs désirs. Mais enfin, je ne suis pas moraliste, du tout, du tout, du tout. C'est leur affaire. Seulement, l'Ashram n'est pas un endroit pour ça. Dieu merci, à l'Ashram, nous avons appris que la vie est autre chose. *La vraie vie*, ce n'est pas la satisfaction des désirs.

Je peux affirmer, par expérience, que tout ce que les drogues apportent comme expérience, tout ce contact avec le monde invisible, on peut l'avoir d'une façon bien meilleure, beaucoup plus consciente et contrôlée, sans drogues. Seulement, il faut se contrôler soi-même. C'est plus difficile que d'avaler du poison. Mais enfin, je ne prêche pas.

L'alcool et les drogues

Il y a des êtres humains aussi qui se livrent au vice — un vice ou un autre, comme les boissons alcooliques ou les piqûres anesthésiques — et qui savent très bien que cela les conduit à la destruction et à la mort. Mais ils choisissent de le faire, sciemment.

Ils n'ont pas le contrôle d'eux-mêmes.

Il y a toujours un moment où tout le monde a le contrôle. Et si l'on n'avait pas dit oui une fois, si l'on n'avait pas pris la décision, on ne le ferait pas.

Il n'y a pas un corps humain qui n'ait l'énergie et la capacité de résister à une chose qui lui est imposée — si on le laisse faire. Les gens qui vous disent : "Je ne peux pas faire autrement", c'est parce qu'au fond d'eux-mêmes, ils *ne veulent pas* faire autrement ; ils ont accepté d'être les esclaves de leur vice. Il y a un moment où l'on accepte.

Le tabac et l'alcool

Pourquoi le tabac et l'alcool abolissent-ils la mémoire et la volonté?

Pourquoi ! Parce qu'ils le font. Il n'y a pas de raison morale. C'est un fait. Il y a un poison dans l'alcool, il y a un poison dans le tabac ; et ce poison entre dans les cellules et détériore les cellules. L'alcool ne s'élimine pour ainsi dire jamais, il s'accumule dans une certaine partie du cerveau, et alors après l'accumulation, ces cellules ne fonctionnent plus du tout — il y a des gens, d'ailleurs, qui en deviennent fous, c'est ce que Ton appelle le *delirium tremens*, qui est le résultat d'avoir avalé trop d'alcool que l'on n'absorbe pas, qui reste comme ça, concentré dans le cerveau. Et même, c'est si radical qu'il y a des pays — en France, par exemple — qui produisent du vin... Le vin a un pourcentage d'alcool très petit: je crois que c'est de quatre ou cinq pour cent, un très petit pourcentage. Et ces gens-là, parce qu'ils le produisent, boivent du vin comme on boit de l'eau. Ils boivent leur vin pur, et au bout d'un certain temps ils sont malades. Ils ont des dérangements du cerveau. J'en ai connu comme ça, le cerveau était dérangé, ne fonctionnait plus. Et le tabac, la nicotine est un poison très sérieux. C'est un poison destructeur des cellules. J'ai dit que c'était un poison lent parce qu'on ne le sent pas immédiatement sauf quand on fume pour la première fois et que ça vous rend très malade — et ça devrait vous faire comprendre que ce n'est pas à faire. Seulement, les gens sont tellement bêtes qu'ils croient que c'est une faiblesse et ils continuent, jusqu'à ce qu'ils s'habituent au poison ; et le corps n'a plus de réaction, il se laisse détruire sans réagir: vous abolissez la réaction.

C'est la même chose physiquement que moralement. Quand vous faites quelque chose que vous ne devez pas faire et que votre psychique vous dit de sa petite voix très tranquille de ne pas le faire, et puis que vous le faites tout de même, au bout d'un certain temps il ne vous dit plus rien, et vous n'avez plus du tout de réactions intérieures à vos mauvaises actions, parce que vous avez refusé d'écouter la voix quand elle vous parlait. Et alors, naturellement, vous allez de mal en pis et vous dégringolez dans le trou. Eh bien, pour le tabac, c'est la même chose ; les premières fois, le corps réagit violemment, il vomit, il vous dit : "Je n'en veux pas ! à aucun prix !" Vous l'obligez avec votre stupidité mentale et vitale, vous le contraignez à le faire, il ne réagit plus, et alors il se laisse empoisonner petit à petit, jusqu'à ce qu'il se décompose — le fonctionnement se détériore, ce sont des nerfs qui sont affectés, ils ne transmettent plus la volonté parce qu'ils sont affectés, ils sont empoisonnés. Ils n'ont plus la force de transmettre la volonté. Et à la fin, les gens se mettent à trembler, ils ont des mouvements nerveux. Il y en a — il n'y a pas besoin d'aller très loin pour en trouver. Et ils sont comme ça exclusivement parce qu'ils ont fait des excès : ils ont bu et ils ont fumé. Et quand ils prennent un objet, ils tremblent (*geste*). Voilà ce que l'on gagne à faire ça.

Le yoga et les impulsions sexuelles

Il y a un autre danger ; il a rapport aux impulsions sexuelles.

Le yoga, dans son œuvre de purification, met à nu et fait monter à la surface les impulsions et les désirs cachés. Vous devez apprendre à ne rien celer ni laisser de côté. Vous devez faire face à ces mouvements d'ignorance, les conquérir, et leur donner une nouvelle forme. Cependant, le premier effet du yoga est la suppression du contrôle mental ; et les appétits qui étaient assoupis, soudainement libérés, se précipitent pour envahir tout l'être. Tant que ce contrôle mental n'est pas remplacé par le contrôle divin, il y a une période de transition pendant laquelle votre sincérité et votre soumission sont mises à l'épreuve.

La force des impulsions, et surtout des impulsions sexuelles, réside dans le fait que les gens y attachent beaucoup trop d'importance. Ils protestent contre elles violemment et essayent de les contrôler par coercition, en les gardant emprisonnées en eux-mêmes. Mais, plus l'on concentre son attention sur une chose en pensant: "Je n'en veux pas, je n'en veux pas", plus on y est lié. Ce que vous devez faire, est de garder la chose éloignée de vous, de vous en dissocier, d'y attacher aussi peu d'importance que possible, et même s'il vous arrive d'y penser, de rester indifférent et détaché.

C'est avec un esprit de détachement et de sérénité qu'il vous faut faire face aux impulsions et aux désirs mis en évidence par la pression du yoga, comme à des choses étrangères à vous-même et appartenant au monde extérieur. Faites-en l'offrande au Divin, afin que le Divin puisse les prendre et les transmuier en vous.

Une fois que vous êtes ouvert au Divin et que le pouvoir du Divin a commencé à descendre en vous, si vous vous obstinez à rester en rapport avec les vieilles forces, vous vous préparez des ennuis, des difficultés sans fin, et des périls de toute sorte. Vous devez être vigilant et ne pas vous servir du Divin comme d'un beau manteau pour couvrir la satisfaction de vos désirs.

L'activité sexuelle

L'humanité a l'impulsion sexuelle d'une façon tout à fait naturelle, spontanée, et je pourrais dire légitime. Cette impulsion, naturellement et spontanément disparaîtra avec l'animalité (bien d'autres choses disparaîtront, comme, par exemple, le besoin de manger, et peut-être aussi le besoin de dormir de la façon dont nous dormons), mais l'impulsion la plus consciente dans une humanité supérieure, et qui est restée comme une source de... béatitude est un grand mot, mais de joie, de délice, c'est certainement l'activité sexuelle, qui n'aura absolument plus de raison d'être dans les fonctions de la nature quand le besoin de créer de cette manière-là n'existera plus. Par conséquent, la capacité d'entrer en rapport avec la joie de la vie montera d'un échelon ou s'orientera différemment.

Mais ce que les anciens aspirants spirituels avaient essayé par principe — la négation sexuelle — est une chose absurde, parce que ce ne doit être que chez ceux qui ont dépassé ce stade et qui n'ont plus d'animalité en eux. Et elle doit tomber naturellement, sans effort et sans lutte, comme ça. En faire un centre de conflit, de lutte, est ridicule. C'est seulement quand la conscience cesse d'être humaine que cela tombe tout naturellement. Là, il y a une transition qui peut être un peu difficile, parce que les êtres de transition sont toujours en équilibre instable, mais il y a au-dedans de soi une espèce de flamme et de besoin qui fait que ce n'est pas douloureux — ce n'est pas un effort douloureux, c'est quelque chose que l'on peut faire en souriant. Mais vouloir imposer cela à ceux qui ne sont pas prêts à cette transition, c'est absurde.

C'est du bon sens. Ils sont humains, mais qu'ils ne prétendent pas ne pas l'être.

Ce n'est que quand, spontanément, l'impulsion vous devient impossible, quand vous sentez que c'est quelque chose de pénible et de contraire à votre besoin profond, alors cela devient facile ; à ce moment-là, eh bien, extérieurement vous coupez des liens, et puis c'est fini.

Apprendre à mieux aimer

On dit que "pour devenir conscient de l'Amour divin, tous les autres amours doivent être abandonnés". Quel est le meilleur moyen de rejeter l'autre amour qui s'obstine beaucoup (rires) et ne nous quitte pas facilement ?

Passer au travers, ah !

Passer au travers, voir ce qui est derrière lui, ne pas s'arrêter à l'apparence, ne pas se satisfaire de la forme extérieure, chercher le principe qui est derrière cet amour, et ne se satisfaire que quand on a trouvé *l'origine* du sentiment en soi. Alors, la forme extérieure tombera d'elle-même et vous serez en contact avec l'Amour divin qui est derrière tout.

C'est la meilleure façon.

Vouloir rejeter l'un pour trouver l'autre est très difficile. C'est presque impossible. Parce que la nature humaine est si limitée, si pleine de contradictions et si exclusive dans ses mouvements que si l'on veut rejeter l'amour sous sa forme inférieure, c'est-à-dire l'amour humain tel que les êtres humains l'éprouvent, si l'on fait des efforts intérieurs pour rejeter cela, généralement on rejette entièrement la capacité de sentir l'amour et on devient comme une pierre. Et alors, quelquefois il faut attendre des années, ou des siècles, pour que se réveille en soi la capacité de recevoir et de manifester l'amour.

Par conséquent, le meilleur moyen quand l'amour vient, sous quelque forme que ce soit, c'est de tâcher de percer à travers son apparence extérieure pour aller trouver le Principe divin qui est derrière et qui le fait exister. Naturellement, c'est

plein de pièges et de difficultés, mais c'est plus efficace. C'est-à-dire qu'au lieu de cesser d'aimer parce qu'on aime mal, il faut cesser d'aimer mal et vouloir aimer bien.

Par exemple, l'amour entre créatures humaines, sous toutes les formes, l'amour des parents pour les enfants, des enfants pour les parents, des frères et sœurs, des amis et des amants, est tout entaché d'ignorance, d'égoïsme et de tous les autres défauts qui sont les défauts ordinaires de l'homme. Alors au lieu de cesser d'aimer complètement — ce qui est d'ailleurs très difficile comme il le dit, ce qui simplement dessécherait le cœur et ne servirait à rien —, il faut apprendre à mieux aimer : aimer dans le dévouement, dans le don de soi, dans l'abnégation, et lutter, non contre l'amour lui-même, mais contre ses formes déformées. Contre toutes les formes d'accaparement, d'attachement, de possession, de jalousie, et tous les sentiments qui accompagnent ces choses principales. Ne pas vouloir posséder, dominer ; et ne pas vouloir imposer sa volonté, ses caprices, ses désirs ; ne pas vouloir prendre, recevoir, mais vouloir donner ; ne pas insister sur la réponse de l'autre, mais se satisfaire dans son propre amour ; ne pas chercher son intérêt et sa joie personnelle et l'accomplissement de son désir personnel, mais se satisfaire dans le don de son amour et de son affection ; et ne pas demander de réponse. Simplement être heureux d'aimer, rien de plus.

Si l'on fait cela, on a avancé d'un grand pas et on peut, à travers cette attitude, petit à petit, avancer plus loin dans le sentiment lui-même et s'apercevoir un jour que l'amour n'est pas une chose personnelle, que l'amour est un sentiment divin universel, qui se manifeste à travers vous plus ou moins bien, mais qui dans son essence est une chose divine.

Le premier pas, c'est de cesser d'être égoïste. Pour tout le monde c'est la même chose, non seulement pour ceux qui veulent faire un yoga, mais dans la vie ordinaire : si on veut savoir aimer, il ne faut pas s'aimer soi-même d'abord et surtout d'une façon égoïste ; il faut se donner à l'objet de l'amour, sans exiger rien en réponse. C'est cette discipline-là qui est élémentaire pour se surmonter soi-même et mener une vie qui ne soit pas une vie tout à fait grossière.

Pour le yoga, on peut y ajouter quelque chose d'autre ; c'est comme je l'ai dit en commençant, la volonté de percer à travers cette forme limitée et humaine de l'amour pour découvrir le principe d'Amour divin qui est derrière. Alors on est sûr d'arriver à un résultat. Cela vaut mieux que de se dessécher le cœur. C'est peut-être un peu plus difficile, mais c'est meilleur de toute façon, parce que comme cela, au lieu de faire souffrir les autres égoïstement, eh bien, on peut les laisser tranquilles dans leur mouvement propre, et ne faire effort que pour se transformer soi-même — sans imposer sa volonté aux autres, ce qui même dans la vie ordinaire est un pas vers quelque chose d'un peu supérieur et d'un peu plus harmonieux.

Savoir ce qu'est l'amour

Si l'on veut savoir ce qu'est l'amour, il faut aimer le Divin. Alors il y a une chance de savoir ce qu'est l'amour.

J'ai dit que l'on ressemble à ce que l'on aime. Alors si l'on aime le Divin, petit à petit, par cet effort d'amour, on ressemble de plus en plus au Divin, et alors on peut s'identifier à l'amour divin et savoir ce que c'est, autrement on ne peut pas.

Nécessairement un amour entre deux êtres humains, quel qu'il soit, est toujours fait d'ignorance, d'incompréhension, d'impuissance et de ce terrible sens de la séparation. C'est comme si l'on voulait entrer dans la présence d'une Splendeur unique et que, la première chose que l'on fasse, c'est de mettre un rideau, deux rideaux, trois rideaux, entre soi et cette Splendeur, et on est très étonné de n'avoir qu'une vague impression et pas du tout la chose elle-même. La première chose à faire, c'est de supprimer le rideau, de les enlever tous, de passer au travers, et de se trouver en présence de la Splendeur. Et alors vous saurez ce que c'est que la Splendeur. Mais si vous accumulez les voiles entre vous et elle, vous ne la verrez jamais. On pourra avoir une sorte de petite, de vague impression comme ça : "Oh ! il y a quelque chose", mais c'est tout.

L'Amour divin

L'Amour divin est là avec toute son intensité, une puissance formidable. Mais la plupart des gens — quatre-vingt-dix-neuf sur cent — ne sentent rien du tout ! Ce qu'ils sentent est exclusivement proportionné à ce qu'ils sont, à leur capacité de réception. Imagine, n'est-ce pas, que tu baignes dans une atmosphère entièrement vibrante d'Amour divin — tu ne t'en aperçois pas du tout. Quelquefois, rarement, pendant quelques secondes, il y a tout d'un coup l'impression de "quelque chose". Alors tu dis : "Oh ! l'Amour divin est venu vers moi !" C'est une plaisanterie. C'est tout simplement que tu as été, pour une raison quelconque, un tout petit peu ouverte, alors tu as perçu. Mais il est là, toujours. Comme la Conscience divine. C'est la même chose, elle est là, tout le temps, en pleine intensité ; mais on ne s'en aperçoit même pas ; ou bien comme ça, spasmodiquement — tout d'un coup on est dans un bon état, alors on sent quelque chose et on dit : "Oh ! la Conscience divine, l'Amour divin se sont tournés vers moi, se sont dirigés vers moi !" Ce n'est pas du tout ça. On a une toute petite ouverture, toute petite, quelquefois comme une tête d'épingle, naturellement ça se précipite dedans. Parce que c'est comme une atmosphère active ; dès qu'il y a une possibilité d'être reçu, il est reçu. Mais c'est la même chose pour toutes les choses divines. Elles sont là, seulement on ne les reçoit pas, parce qu'on est fermé, on est bloqué, on est occupé d'autres choses la plupart du temps. La plupart du temps on est plein de soi-même. Alors comme on est plein de soi-même, il n'y a pas de place pour autre chose. On est très activement (*riant*) occupé d'autres choses. On

est rempli de choses, il n'y a pas de place pour le Divin. Mais Il est là.

Avant de s'endormir

Une chose que l'on peut faire en toute sécurité, c'est, avant de s'endormir, de se concentrer, de relâcher toute tension dans l'être physique, de tâcher — c'est-à-dire dans le corps — de faire que le corps soit comme un chiffon sur le lit, que ce ne soit plus quelque chose qui soit avec des crispations et des crampes ; le relâcher complètement comme si c'était une espèce de chose comme un chiffon. Et puis le vital : le calmer, le calmer autant que vous pouvez, le rendre aussi tranquille, aussi paisible que possible. Et puis le mental aussi: le mental, tâcher de le garder comme ça, sans activité. Il faut mettre sur le cerveau une force de grande paix, de grande tranquillité, de silence si possible, et puis ne pas suivre activement des idées, ne pas faire d'efforts, rien, rien ; il faut relâcher le mouvement aussi là, mais le relâcher dans une sorte de silence et de tranquillité aussi grands que possible. Une fois que vous avez fait tout ça, vous pouvez ajouter soit une prière, soit une aspiration, suivant la nature de chacun, pour demander la conscience, la paix, et à être protégé contre toutes les forces adverses pendant tout le sommeil, être dans une concentration d'aspiration tranquille et dans une protection ; demander à la Grâce de veiller sur votre sommeil ; et puis vous vous endormez. Ça, c'est s'endormir dans les meilleures conditions possibles. Ce qui arrive après dépend de vos impulsions intérieures, mais si vous faites cela obstinément, nuit après nuit, nuit après nuit, après quelque temps ça a son effet.

Comment ne pas tomber malade

Douce Mère, quand on voit s'approcher une maladie, comment peut-on l'arrêter ?

Ah ! D'abord, il ne faut pas la vouloir, et il faut que rien dans le corps ne la veuille. Il faut avoir une très forte volonté de ne pas être malade. Ça, c'est la première condition.

La seconde condition, c'est d'appeler la lumière, une lumière d'équilibre, une lumière de paix, de tranquillité et d'équilibre, et de la pousser dans toutes les cellules du corps, leur enjoignant de ne pas avoir peur, parce que ça c'est la seconde condition.

D'abord ne pas vouloir être malade, et puis ne pas avoir peur de la maladie. Il ne faut ni attirer ni trembler. Il ne faut pas vouloir la maladie du tout. Mais il ne faut pas ne pas la vouloir parce qu'on en a peur ; il ne faut pas avoir peur ; il faut avoir une calme certitude et une confiance complète dans le pouvoir de la Grâce de vous mettre à l'abri de tout, et puis penser à autre chose, ne plus s'en occuper. Quand on a fait ces deux choses-là: refuser la maladie avec toute sa volonté et infuser une

confiance qui élimine complètement la peur dans les cellules du corps, et puis s'occuper de quelque chose d'autre, ne plus penser à la maladie, oublier que ça existe... voilà, si vous savez faire ça, vous pouvez même être en rapport avec des gens qui ont des maladies contagieuses, et vous ne les attrapez pas. Mais il faut savoir le faire.

Il y a beaucoup de gens qui disent : "Oh ! oui, ici, je n'ai pas peur." Ils n'ont pas peur dans leur mental, leur mental n'a pas peur ; il est fort, il n'a pas peur ; mais le corps tremble, et on ne le sait pas, parce que c'est dans les cellules du corps que ça tremble. Ça tremble avec une anxiété terrible, et c'est ça qui attire la maladie. C'est là qu'il faut mettre la Force, et la tranquillité d'une paix parfaite et d'une confiance absolue dans la Grâce.

Au moment de mourir

Une fois qu'on a quitté son corps, que l'on soit conscient ou que l'on soit inconscient, que l'on soit développé ou que l'on ne soit pas développé, on sort toujours dans le même domaine, pour commencer ; à moins que l'on ne soit un yogi qui peut faire de soi-même ce qu'il veut, mais ça, n'est-ce pas, c'est un cas tellement rare qu'on ne peut pas en tenir compte. Tous les gens, quand ils sortent de leur corps, ils sont précipités dans un domaine du vital inférieur qui n'a rien de particulièrement agréable. (...) La chose la plus importante, dans ce cas-là, c'est le dernier état de conscience que l'on a eu quand tous les deux étaient joints, que, n'est-ce pas, l'être vital et le corps étaient encore réunis. Alors, le dernier état de conscience, on peut dire le dernier désir, ou le dernier espoir, ou la dernière aspiration, ont une importance colossale pour le premier choc que l'on a avec le monde invisible. Et là, la responsabilité des gens qui entourent le mourant est beaucoup plus grande qu'ils ne le croient. S'ils peuvent l'aider à entrer dans sa conscience la plus haute, alors ils lui rendront le plus grand service qu'ils peuvent lui rendre. Mais généralement, ce qu'ils font, c'est de s'agripper à lui tant qu'ils peuvent, et de le tirer vers eux avec un égoïsme farouche ; ce qui fait que, n'est-ce pas, au lieu de pouvoir s'en aller dans une conscience un peu haute qui le protégera dans sa sortie, il est agrippé par les choses matérielles, et c'est une bataille intérieure terrible pour se libérer à la fois de son corps et de ses attachements.

Les cérémonies religieuses

Dans le monde invisible, il n'y a guère que les êtres du vital qui aiment à être adorés. Eux, comme je l'ai dit, ça leur plaît. Et puis alors, ça leur donne de l'importance. Ils se gonflent d'orgueil et ils sont très heureux ; et quand ils peuvent avoir une troupe de gens qui les adorent, ils sont tout à fait contents.

Mais si vous prenez un vrai être divin, ce n'est pas du tout une chose qu'il

apprécie. Ils n'aiment pas être adorés. Non, cela ne leur fait pas du tout un plaisir spécial. Il ne faut pas croire qu'ils soient contents; parce qu'ils n'ont pas d'orgueil. C'est l'orgueil qui fait que l'on aime à être adoré ; si l'on n'a pas d'orgueil, on n'aime pas être adoré ; et s'ils voient, par exemple, une bonne intention ou un bon sentiment, ou un mouvement de désintéressement, ou un enthousiasme, une joie, une joie spirituelle, pour eux, cela a une valeur infiniment plus grande que des prières et des actes d'adoration et des poûdjas...

Je vous assure, c'est très sérieux ce que je vous dis : si vous mettez un vrai dieu sur une chaise, et que vous l'obligiez à rester là pendant tout le temps que vous faites une poûdja, il peut peut-être s'amuser à vous regarder faire, mais cela ne lui donne certainement aucune satisfaction. Aucune. Il ne se sent ni flatté ni content ni glorifié par votre poûdja. Il faut s'enlever cela de la tête. (...)

Cérémonies religieuses ! Par exemple, il y a tant de ces entités que l'on appelle Kâlî — et à qui l'on donne d'ailleurs des apparences plus ou moins terribles —, il y en a tant qui sont même installées dans des maisons, qui sont la déesse de la famille : c'est plein d'une force vitale terrible ! J'ai connu des gens qui avaient tellement peur de la Kâlî qui était chez eux qu'ils tremblaient vraiment de faire la moindre faute, parce qu'il leur arrivait des catastrophes, et ils s'imaginaient que c'était Kâlî ! C'est une chose effrayante, la pensée. Je les connais, ces entités-là. Je les connais bien, mais ce sont des êtres du vital, des formes vitales qui sont pour ainsi dire mises en forme par la pensée humaine, et quelles formes ! Et penser que les hommes adorent des choses si terribles et si monstrueuses ; et puis encore, que ces pauvres dieux, ils leur donnent, ils leur font le compliment de croire que c'est...

À ce point de vue-là, c'est très bon que, pour un certain temps, l'humanité sorte de cette atmosphère religieuse pleine de frayeur, et de cette espèce de soumission superstitieuse aveugle dont les forces adverses ont profité d'une façon monstrueuse. La période de négation, de positivisme, est à ce point de vue-là tout à fait indispensable pour libérer les hommes de la superstition. C'est seulement si l'on sort de cela et de cette abjecte soumission à des forces monstrueuses du vital, que l'on peut s'élever à des hauteurs vraiment spirituelles, et là, devenir des collaborateurs et des vrais instruments pour les forces de Vérité, la Conscience réelle, les Puissances vraies.

Il faut laisser très loin tout cela avant de pouvoir monter plus haut.

Les exercices religieux

Douce Mère, est-ce que les exercices religieux sont très importants pour la conscience ordinaire ?

Des exercices religieux ? Je ne sais pas ! Qu'est-ce que tu entends par des exercices religieux ?

Le japa, etc.

Oh, ces choses-là ! Si cela vous aide, c'est bien. Si cela ne vous aide pas, c'est simplement... C'est une de ces choses tout à fait relatives. C'est une chose tout à fait relative.

Cela ne vaut que par l'effet que cela a pour vous, et la mesure dans laquelle vous y croyez. Si cela vous aide à vous concentrer, c'est bien. La conscience ordinaire le fait toujours simplement par superstition, avec l'idée que "si je fais ça, si je vais au temple, ou à l'église une fois par semaine, si je fais des prières, il m'arrivera quelque chose de très bien". Cela, c'est la superstition, répandue partout dans le monde, mais cela n'a aucune valeur au point de vue spirituel.

Vie spirituelle d'Orient et d'Occident

Quelle que soit la différence entre l'Ouest et l'Est en ce qui concerne la vie spirituelle, elle ne réside pas dans la nature ou l'être intérieur, qui est une chose constante et invariable, mais dans les habitudes mentales, les modes d'expression, qui sont le résultat de l'éducation, du milieu et autres conditions extérieures. Tous les gens, qu'ils soient occidentaux ou orientaux, sont les mêmes dans leurs sentiments profonds; ils diffèrent dans leur façon de penser et d'exprimer. La sincérité, par exemple, est une qualité qui est la même partout. Ceux qui sont sincères, quelle que soit la nation ou la race à laquelle ils appartiennent, le sont de la même manière ; les formes seules données à cette sincérité changent. L'esprit travaille de façon différente dans les différents peuples, mais les profondeurs du cœur sont les mêmes partout. Il y a beaucoup plus de vérité dans le cœur que dans les parties superficielles de l'être, auxquelles appartiennent toutes les divergences. Dès que vous plongez assez profondément, vous rencontrez quelque chose qui est un en tous. Tous se rencontrent dans le Divin.

PAROLES, OPINIONS, JUGEMENTS

Le pouvoir du mantra

Quand on joue et que l'on s'aperçoit tout d'un coup qu'il y a quelque chose qui échappe — on commet des maladresses, on est inattentif, quelquefois il y a des courants opposés qui viennent en travers de ce que l'on fait —, si l'on prend l'habitude, automatiquement, à ce moment, d'appeler comme par un *mantra*, de répéter un mot, cela a un effet extraordinaire. On choisit son mantra ; ou plutôt, un jour, il vous vient spontanément à un moment de difficulté. À un moment où les choses sont très difficiles, quand on a une sorte d'angoisse, d'inquiétude, que l'on ne sait pas ce qui va arriver, tout d'un coup, cela jaillit en vous, le mot jaillit en vous. Pour chacun, il peut être différent. Mais si on note cela et que chaque fois que l'on est en face d'une difficulté, on le répète, c'est irrésistible. Par exemple, si l'on sent que l'on va être malade, si l'on sent que l'on fait mal ce que l'on fait, si l'on sent que quelque chose de mauvais vient attaquer, alors... Mais il faut que ce soit une spontanéité de l'être, que cela jaillisse de vous sans que vous ayez besoin de penser : vous choisissez votre mantra parce qu'il est une expression spontanée de votre aspiration ; ce peut être un mot, deux ou trois mots, une phrase, cela dépend de chacun, mais il faut que ce soit un son qui éveille en vous une certaine condition. Alors, quand vous avez cela, je vous réponds que vous pouvez passer à travers tout sans difficulté. (...) Le mieux, c'est quand le mot vous vient spontanément : vous appelez, n'est-ce pas, dans un moment de grande difficulté (mentale, vitale, physique, émotive, n'importe) et tout d'un coup cela jaillit en vous, deux ou trois mots, comme des mots magiques. Il faut se souvenir de cela et il faut prendre l'habitude de les répéter au moment où les difficultés viennent. Si vous en prenez l'habitude, un jour cela vous viendra spontanément : quand la difficulté viendra, en même temps le mantra viendra. Alors vous verrez que les résultats sont merveilleux. Mais il ne faut pas que ce soit une chose artificielle ou que vous décidiez arbitrairement : "Je me servirai de ces mots-là", ou que quelqu'un d'autre vous dise : "Oh ! vous savez, ça, c'est très bon" — c'est peut-être bon pour lui, mais pas pour tout le monde.

Les mots indispensables

Je propose que chacun de vous essaye — oh ! pas pendant longtemps, pendant une heure par jour — de ne dire que les mots absolument indispensables. Pas un de plus, pas un de moins.

Vous prenez une heure dans votre vie, celle qui vous est la plus commode, et pendant ce temps-là, vous vous observez attentivement, et vous ne dites que les mots absolument indispensables.

D'abord, la première difficulté sera de savoir ce qui est absolument indispensable et ce qui ne l'est pas. Ce sera déjà une étude ; et tous les jours vous ferez mieux.

Ensuite, vous verrez que tant qu'on ne dit rien, ce n'est pas très difficile de rester absolument silencieux, mais dès que l'on commence à parler, toujours ou presque toujours, on dit deux ou trois, ou dix, ou vingt mots inutiles, qu'il n'était pas nécessaire de dire.

Les potins

Il existe un état où une simple conversation qui vous oblige à rester au niveau de la vie ordinaire, vous donne mal à la tête, vous tourne sur l'estomac et, si elle continue, peut vous donner de la fièvre. Je parle naturellement de conversations du genre "potins". Je crois qu'à part quelques exceptions, tout le monde se livre à cet exercice et parle de choses qu'il devrait taire ou bavarde sur les autres. Cela devient si naturel que vous n'en souffrez pas. Mais si vous continuez ainsi, vous empêchez complètement votre conscience de s'élever ; vous vous attachez avec des chaînes de fer à la conscience ordinaire et le travail du subconscient ne se fait pas ou n'est même pas commencé. Ceux qui veulent s'élever ont déjà bien assez de difficultés sans chercher des encouragements dehors.

Naturellement, l'effort pour maintenir la conscience à un niveau élevé fatigue au commencement, comme les exercices que vous faites pour développer vos muscles. Mais vous n'abandonnez pas la gymnastique pour autant. Alors, mentalement, il faut faire la même chose. Il ne faut pas permettre à votre mentalité de s'abaisser ; le "potinage" vous dégrade et, si vous voulez faire un yoga, il faut vous en abstenir, c'est tout.

Élargir sa pensée

Vous êtes avec quelqu'un. Cette personne vous dit une chose, vous lui dites le contraire (comme cela arrive d'habitude, simplement par esprit de contradiction) et vous commencez à discuter. Naturellement vous n'arriverez jamais à rien, qu'à une dispute si vous avez mauvais caractère. Mais si, au lieu de faire cela, au lieu de continuer à être dans votre tête ou dans vos mots, vous vous dites : "Tiens, je vais essayer de voir pourquoi elle m'a dit cela? Hein, pourquoi m'a-t-elle dit cela?" Et vous vous concentrez: "Pourquoi, pourquoi, pourquoi?" Vous êtes là, comme cela, à essayer. La personne continue de parler, n'est-ce pas, et très contente parce que vous ne la contredisez plus ! Elle parle avec abondance et sûre qu'elle vous a

convaincu. Alors vous vous concentrez de plus en plus sur ce qu'elle dit, et avec l'impression que, petit à petit, à travers ses mots, vous entrez dans sa tête. Quand vous entrez dans sa tête, tout d'un coup vous entrez dans sa manière de penser, et puis figurez-vous que vous comprenez pourquoi elle parle comme cela ! Et alors, si vous avez l'intelligence un peu prompte et que vous mettiez en présence de ce que vous venez de comprendre ce que vous compreniez avant, vous avez les deux manières ensemble, et puis vous pouvez trouver la vérité qui concilie les deux. Et là, vous avez fait vraiment un progrès. Et c'est la meilleure façon d'élargir sa pensée.

Si vous commencez une discussion, taisez-vous tout de suite, instantanément. Il faut se taire, ne plus rien dire, et puis essayer de voir la chose comme l'autre personne la voit — cela ne vous fera pas oublier votre manière de voir, à vous ! mais vous pouvez les mettre toutes les deux ensemble. Et vous aurez fait vraiment un progrès, un vrai progrès.

Les affaires d'autrui

Quelle est la meilleure attitude? Est-ce une attitude d'intervention ou une attitude de laisser-faire ? Quel est le meilleur ?

Ah ! justement, pour intervenir il faut être sûr que l'on a raison ; il faut être sûr que votre vision des choses est supérieure, préférable ou plus vraie que celle des autres ou de l'autre. Ça, il est toujours plus sage de ne pas intervenir — les gens interviennent sans rime ni raison, simplement parce qu'ils ont l'habitude de donner leur opinion aux autres.

Même lorsqu'on a la vision de la vraie chose, il est *rarement* sage d'intervenir. Cela ne devient indispensable que si quelqu'un veut faire quelque chose qui, nécessairement, se terminera par une catastrophe. Et même là, l'intervention (*souriant*) n'est pas toujours très efficace.

Au fond, il n'est légitime d'intervenir que lorsqu'on est absolument sûr d'avoir la vision de vérité. Non seulement cela, mais aussi la vision claire des conséquences. Pour intervenir dans les actions d'un autre, il faut être un prophète — un prophète. Et un prophète avec une bienveillance et une compassion totales. Il faut même avoir la vision de la conséquence qu'aura l'intervention dans la destinée de l'autre. Les gens sont tout le temps à se donner des conseils : "Fais ceci, ne fais pas cela" ; je vois, ils n'imaginent pas à quel point ils créent une confusion, ils augmentent la confusion, le désordre. Et quelquefois ils nuisent au développement normal de l'individu.

Je considère que les opinions sont des choses toujours dangereuses et, la plupart du temps, absolument sans valeur.

On ne devrait se mêler des affaires d'autrui que, d'abord, si l'on est infiniment

plus sage que l'autre — naturellement, on se croit toujours plus sage!... mais je veux dire d'une façon objective et non selon sa propre opinion —, si l'on voit plus, mieux, et si l'on est soi-même en dehors des passions, des désirs, des réactions aveugles. Il faut être soi-même au-dessus de toutes ces choses pour avoir le droit d'intervenir dans la vie d'un autre — même quand il vous le demande. Et quand il ne vous le demande pas, c'est simplement se mêler de ce qui ne vous regarde pas.

Le besoin de juger

À moins que votre vision ne soit *constamment* la vision du Divin en toutes choses, vous n'avez non seulement aucun droit, mais aucune capacité de pouvoir juger de la condition dans laquelle se trouvent les autres. Et prononcer un jugement sur quelqu'un sans avoir cette vision spontanément, sans effort, représente justement l'outrecuidance mentale dont Sri Aurobindo a toujours parlé... Et il se trouve ceci, que celui qui a la vision, celui qui a la conscience, qui est capable de voir la vérité en toutes choses, celui-là ne sent nullement le besoin de juger quoi que ce soit. Parce qu'il comprend tout et qu'il sait tout. Par conséquent, une fois pour toutes, il faut vous dire que de la minute où vous commencez à juger des choses, des gens, des circonstances, vous êtes dans l'ignorance humaine la plus totale.

On pourrait résumer ainsi : quand on comprend, on ne juge plus et quand on juge, c'est qu'on ne sait pas.

Reconnaître qu'on ne sait pas

La conclusion est toujours la même: la seule attitude vraie est une attitude d'humilité, de respect silencieux devant ce que l'on ne connaît pas et d'aspiration intérieure pour sortir de son ignorance. C'est l'une des choses qui ferait le plus progresser l'humanité : respecter ce qu'elle ne connaît pas, reconnaître de bon gré qu'on ne sait pas et que, par conséquent, on ne peut pas juger. On fait constamment le contraire. On prononce des jugements définitifs sur des choses que l'on ne sait pas du tout, on dit d'un air péremptoire : "Ça c'est possible, et ça c'est impossible", alors que l'on ne sait même pas de quoi il s'agit. Et on prend des airs supérieurs parce qu'on doute de choses que l'on n'a jamais vues.

On croit que le doute est un signe de supériorité, alors que c'est un signe d'infériorité.

Le scepticisme et le doute sont deux des plus grands obstacles au progrès. Cela ajoute l'outrecuidance à l'ignorance.

VERTU, PURETÉ, LIBERTÉ

Le soleil du rire divin

La vertu a toujours passé son temps à supprimer des choses dans la vie et, si l'on avait mis ensemble toutes les vertus des différents pays du monde, il resterait fort peu de choses dans l'existence.

La vertu prétend rechercher la perfection, mais la perfection est une totalité. Alors les deux mouvements se contredisent : une vertu qui élimine, qui réduit, qui fixe des limites, et une perfection qui admet tout, qui ne rejette rien mais qui met chaque chose à sa place, ne peuvent évidemment pas s'entendre.

Prendre la vie au sérieux consiste généralement en deux mouvements ; le premier est de donner de l'importance à des choses qui, probablement, n'en ont pas, et le second de vouloir que la vie soit réduite à un certain nombre de qualités qui sont considérées comme pures et dignes d'existence. Chez certains (ceux, par exemple, dont Sri Aurobindo parle ici, les "pudibonds" ou les puritains), cette vertu devient sèche, aride, grise, agressive, et elle trouve des fautes partout, dans tout ce qui est joyeux, libre et heureux.

Le seul moyen de rendre la vie parfaite (j'entends ici, la vie sur terre, bien entendu), c'est de la regarder d'assez haut pour la voir dans son ensemble ; non seulement dans sa totalité présente mais dans l'ensemble du passé, du présent et de l'avenir ; ce qu'elle a été, ce qu'elle est, ce qu'elle sera — il faut être capable de tout voir à la fois. Parce que c'est le seul moyen de tout mettre à sa place. Rien ne peut être supprimé, rien ne *doit* être supprimé, mais chaque chose doit être à sa place dans une harmonie totale avec le reste. Et là, toutes ces choses qui semblent si "mauvaises", si "répréhensibles", si "inacceptables" à l'esprit puritain, deviendraient les mouvements de joie et de liberté d'une vie totalement divine. Et alors, rien ne nous empêcherait de savoir, de comprendre, de sentir et de vivre ce rire merveilleux du Suprême, qui prend une joie infinie à se regarder vivre infiniment.

Cette joie, ce rire merveilleux qui dissout toutes les ombres, toutes les douleurs, toutes les souffrances ! Il suffit de rentrer en soi assez profondément pour trouver le Soleil intérieur, se laisser baigner par lui ; et alors, tout n'est plus qu'une cascade de rire harmonieux, lumineux, solaire, qui n'admet plus nulle part l'ombre et la douleur. (...)

Et ce Soleil, ce Soleil du rire divin, il est au centre de toute chose, la vérité de

toute chose — ce qu'il faut, c'est apprendre à le voir, à le sentir, à le vivre.

Et pour cela, évitons les gens qui prennent la vie au sérieux, ce sont des êtres bien ennuyeux.

Dès que l'atmosphère devient grave, on peut se dire que quelque chose ne va pas, une influence fâcheuse, une vieille habitude qui essaye de se réaffirmer et qui ne doit pas être acceptée. Tous ces regrets, tous ces remords ; le sens de l'indignité, le sens de la faute, et puis, un pas de plus, et c'est le sens du péché — oh! ça... il me semble que cela appartient à un autre âge, un âge d'obscurité.

Mais tout ce qui persiste, qui essaye de s'accrocher et de durer, toutes ces interdictions — et cette façon de trancher la vie en deux : les petites choses et les grandes, le sacré et le profane... "Comment! diront ces gens qui font profession de mener une vie spirituelle, pour de si petites choses qui ont si peu d'importance, comment peut-on en faire l'objet d'une expérience spirituelle !" Et pourtant, c'est une expérience qui devient de plus en plus concrète et réelle, même matériellement: il n'y a pas "des choses" où le Seigneur est là et des choses où Il n'est pas là. Le Seigneur est *toujours* là — Il ne prend rien au sérieux, Il s'amuse de tout et Il joue avec vous, si vous savez jouer. Mais comme Il sait jouer, Lui ! Comme Il joue bien ! à tout, à de toutes petites choses. Tu as des objets à mettre sur la table? Ne crois pas qu'il faille penser et arranger, non, on va jouer : on va mettre ça ici et puis ça là, et puis ça comme cela. Et puis une autre fois c'est encore autrement... Quel beau jeu, si amusant. Alors, c'est entendu, nous tâcherons de savoir rire avec le Seigneur.

N'essayez pas d'être parmi les purs

Au fond, c'est cette espèce de volonté de pureté, de Bien, dans les hommes (qui se traduit dans la mentalité ordinaire par le besoin d'être vertueux) qui est le *grand obstacle* au vrai don de soi. C'est à l'origine du Mensonge, et surtout à la source même de l'hypocrisie : le refus d'accepter de prendre sur soi sa part du fardeau des difficultés. (...)

N'essayez pas d'avoir l'air vertueux. Voyez à quel point vous êtes uni, un avec tout ce qui est antidivin, prenez votre part du fardeau, acceptez d'être, vous-même, impur et mensonger, et comme cela vous pourrez prendre l'Ombre et la donner. Et dans la mesure où vous êtes capable de la prendre et de la donner, alors les choses changeront.

N'essayez pas d'être parmi les purs. Acceptez d'être avec ceux qui sont dans l'obscurité ; et dans un amour total, donnez tout ça.

La pureté totale

Douce Mère, être pur veut dire ?

Être pur, qu'est-ce que ça veut dire ? On n'est vraiment parfaitement pur que lorsque tout l'être, dans tous ses éléments et tous les mouvements, adhère pleinement, exclusivement, à la Volonté divine. Ça, c'est la pureté totale. Cela ne dépend d'aucune loi morale ou sociale, d'aucune convention mentale d'aucun genre. Cela dépend exclusivement de ça : quand tous les éléments et tous les mouvements de l'être adhèrent exclusivement et totalement à la Volonté divine.

(...) Dès que l'on parle de ces choses-là, c'est la déformation produite dans la conscience par toutes les conventions sociales et morales. Dès que vous parlez de pureté, il y a un monument moral qui se présente devant vous et qui fausse complètement votre notion. Et notez qu'il est infiniment plus facile d'être moral au point de vue social que d'être moral au point de vue spirituel. Moral au point de vue social, il n'y a qu'à faire bien attention de ne faire rien de ce qui n'est pas approuvé par les autres ; cela peut être plus ou moins difficile, mais enfin, cela n'est pas impossible ; et on peut être, comme je dis, un monument d'insincérité et d'impureté en faisant cela. Tandis que d'être pur au point de vue spirituel, cela veut dire une vigilance, une conscience, une sincérité à toute épreuve.

Maintenant, je peux vous mettre en garde contre (...) les gens qui vivent dans leur conscience vitale et qui disent : "Moi, je suis au-dessus des lois morales, je suis une loi supérieure, je suis libre de toute loi morale." Et ça, c'est parce qu'ils veulent se livrer à tous les dérèglements. Ceux-là, alors, ils ont la double impureté : ils ont l'impureté spirituelle, et en plus ils ont l'impureté sociale. Et ceux-là, généralement, ils ont une très bonne opinion d'eux-mêmes, et ils affirment leur volonté de vivre leur vie avec une impudence sans égale. Mais ceux-là, nous n'en voulons pas.

Mais généralement, les gens avec qui j'ai rencontré le plus de difficultés pour qu'ils se convertissent, ce sont les gens très respectables. Je regrette, mais j'ai eu beaucoup plus de difficultés avec les gens respectables qu'avec les gens qui ne l'étaient pas, parce qu'ils avaient tellement bonne opinion d'eux-mêmes qu'il était impossible de les ouvrir. Mais la vraie chose, elle est difficile. C'est-à-dire qu'il faut être très vigilant et très maître de soi, très patient, et avec une bonne volonté à toute épreuve. Il ne faut pas négliger d'avoir une petite dose d'humilité, suffisante, et il ne faut jamais être satisfait de la sincérité que l'on a. Il faut toujours en vouloir davantage.

Le droit d'être libre

Bien des fois dans ce qu'il a écrit, particulièrement dans *La Synthèse des Yogas*, Sri Aurobindo nous met en garde contre les fantaisies de ceux qui croient pouvoir faire la sâdhanâ sans avoir un contrôle sévère sur eux-mêmes, et qui écoutent toutes sortes d'inspirations qui les mènent à un déséquilibre dangereux où tous leurs désirs refoulés, cachés, secrets, se donnent jour sous prétexte de se libérer des conventions ordinaires et de la raison ordinaire.

On ne peut être libre qu'en jaillissant vers le haut, très haut au-dessus des passions humaines. On n'a le droit d'être libre que lorsqu'on a une liberté supérieure, non égoïste, et que l'on en a fini avec tous les désirs et toutes les impulsions.

Mais il ne faudrait pas non plus que les gens très raisonnables, très moraux selon les lois sociales ordinaires, se croient sages, parce que leur sagesse est une illusion et qu'elle n'a en elle aucune vérité profonde.

Il faut être au-dessus des lois pour pouvoir les violer, il faut être au-dessus des conventions pour pouvoir les négliger, il faut être au-dessus de toutes les règles pour pouvoir les mépriser, et que le mobile de cette libération ne soit jamais un mobile égoïste, personnel, pour satisfaire une ambition ou agrandir sa personnalité, par supériorité, par mépris des autres, pour être au-dessus du troupeau et pouvoir le regarder avec condescendance. Méfiez-vous quand vous sentez en vous ce sens de la supériorité et que vous regardez les autres ironiquement, d'un petit air: "Moi, je ne suis plus de cette étoffe-là" — à ce moment-là vous déraillez, et vous risquez de tomber dans un abîme.

Liberté et morale

Si l'on s'imaginait pouvoir passer de l'autre côté sans avoir traversé cette étape-là, on risquerait fort de se tromper grossièrement... et de prendre la liberté parfaite pour une faiblesse parfaite vis-à-vis de sa nature inférieure.

Il est à peu près impossible de passer de l'être mental (même le plus parfait et le plus remarquable) à la vie spirituelle vraie sans avoir pour un temps, si court soit-il, réalisé cet idéal de perfection morale. Il y en a beaucoup qui essayent de raccourcir le chemin et qui veulent affirmer leur liberté intérieure avant d'avoir surmonté toutes les faiblesses de la nature extérieure — ils courent un grand danger: de se tromper eux-mêmes. La vie spirituelle vraie, la liberté totale, est quelque chose de très supérieur aux réalisations morales les plus hautes, mais il faut se méfier que cette soi-disant liberté ne soit pas une complaisance et un mépris de toutes les règles.

Il faut être plus, toujours plus, plus haut ; pas moins que ce que la plus haute humanité a accompli.

Il faut pouvoir être spontanément tout ce que l'humanité a conçu de plus haut, de plus beau, de plus parfait, de plus désintéressé, de plus compréhensif, de meilleur, avant d'ouvrir les ailes spirituelles et de regarder tout cela d'en haut comme des choses qui appartiennent encore au moi individuel, et pour entrer dans la vraie spiritualité, celle qui n'a plus de limites, qui vit d'une façon intégrale l'Infini et l'Eternité.

Liberté et ascétisme

Être libre de tout attachement, cela ne veut pas dire fuir les occasions d'attachement. Tous ces gens qui affirment leur ascétisme, non seulement fuient mais préviennent les autres qu'ils ne doivent pas essayer !

Cela me paraît tellement évident. Quand on a besoin de fuir une- chose pour ne pas l'éprouver, cela veut dire que l'on n'est pas au-dessus, on est encore à ce niveau-là.

Tout ce qui supprime et diminue, ou amoindrit, ne libère pas. La liberté doit être éprouvée dans la totalité de la vie et des sensations.

Justement, j'ai fait toute une série d'études à ce sujet, sur le plan purement physique... Pour être au-dessus de toute erreur possible, on a tendance à supprimer les occasions d'erreur. Par exemple, si l'on ne veut pas dire de paroles inutiles, on ne parle plus ; les gens qui se vouent au silence s'imaginent que c'est contrôler la parole — ce n'est pas vrai ! c'est seulement supprimer l'occasion de parler, et par conséquent de dire des choses inutiles. Pour la nourriture, c'est la même chose : ne manger que juste ce qu'il faut.(...) Mais la tendance naturelle, c'est le jeûne — c'est une erreur !

De crainte de nous tromper dans nos actions, nous ne faisons plus rien ; de crainte de nous tromper dans nos paroles, nous ne disons plus rien ; de crainte de manger pour le plaisir de manger, on ne mange plus rien — ce n'est pas la liberté, c'est tout simplement réduire la manifestation à son minimum. Et l'aboutissement naturel, c'est le Nirvana. Mais si le Seigneur voulait seulement le Nirvana, il n'y aurait que le Nirvana ! Il est évident qu'il conçoit la coexistence de tous les contraires, et que, pour Lui, ce doit être le commencement d'une totalité. Alors on peut, évidemment, si l'on se sent fait pour cela, choisir une seule de Ses manifestations, c'est-à-dire l'absence de manifestation. Mais c'est encore une limitation. Et ce n'est pas la seule manière de Le trouver, il s'en faut !

C'est une tendance très répandue, qui provient probablement d'une suggestion ancienne, ou peut-être d'une pauvreté, d'une incapacité — réduire, réduire, réduire ses besoins, réduire ses activités, réduire ses paroles, réduire sa nourriture, réduire sa vie active, et tout cela devient si étriqué. Dans l'aspiration de ne plus faire de fautes, on supprime l'occasion de les faire — ce n'est pas une guérison.

Mais l'autre chemin est beaucoup, beaucoup plus difficile.

(silence)

Non, la solution, c'est de n'agir que sous l'impulsion divine, de ne parler que sous l'impulsion divine, de ne manger que sous l'impulsion divine. C'est cela qui est difficile, parce que, naturellement, on confond immédiatement l'impulsion divine avec les impulsions personnelles.

C'était cela l'idée, je crois, de tous les apôtres du renoncement: supprimer tout ce qui vient du dehors ou d'en bas, de façon que si quelque chose d'en haut se manifeste, on soit en état de le recevoir. Mais au point de vue collectif, c'est un processus qui peut prendre des milliers d'années. Au point de vue individuel, c'est possible ; mais alors il faut garder intacte l'aspiration à recevoir la vraie impulsion — pas l'aspiration à la "libération" complète, mais l'aspiration à l'identification *active* avec le Suprême, c'est-à-dire ne vouloir que ce qu'il veut, ne faire que ce qu'il veut, n'exister que par Lui, en Lui. Alors on peut essayer la méthode du renoncement, mais c'est la méthode de celui qui veut se couper des autres. Et peut-il y avoir une intégralité dans ce cas-là?... Cela ne me paraît pas possible.

Afficher publiquement ce que l'on veut faire, cela aide considérablement. Cela peut susciter des objections, des mépris, des conflits, mais c'est largement compensé par l'"attente" publique, si l'on peut dire, par ce que les autres attendent de vous. C'était certainement la raison de ces robes : prévenir les gens. Évidemment, cela peut attirer sur vous le mépris de certaines personnes et des mauvaises volontés, mais il y a tous ceux qui sentent qu'il ne faut pas toucher cela, ne pas s'en occuper, que ça ne les regarde pas.

Je ne sais pour quelle raison, mais cela m'a toujours paru un cabotinage — ce peut ne pas l'être, et dans certains cas ce ne l'est pas, mais c'est tout de même une façon de dire aux gens : "Ah ! voilà ce que je suis." Et je dis que cela peut aider, mais il y a des inconvénients.

C'est encore un enfantillage.

Tout cela, ce sont des moyens, des étapes, des marches, mais... la vraie liberté, c'est d'être libre de tout — de tous les moyens aussi.

(silence)

C'est une restriction, un resserrement, tandis que la Vraie Chose, c'est l'épanouissement, l'élargissement, l'identification avec le tout.

Quand on se réduit, se réduit, se réduit, on n'a pas le sentiment de se perdre, cela vous enlève la crainte de vous perdre — on devient quelque chose de solide et de compact. Mais si l'on choisit la méthode de l'élargissement — l'élargissement maximum —, il ne faut pas avoir peur de se perdre.

C'est beaucoup plus difficile.

Liberté et service

Extérieurement, on ne conçoit pas que l'on puisse être à la fois dans la liberté et dans la servitude, mais il y a une attitude qui concilie les deux et en fait l'un des états les plus heureux de l'existence matérielle.

La liberté est une sorte de besoin instinctif, une nécessité pour le

développement intégral de l'être. Dans son essence, c'est une réalisation parfaite de la conscience la plus haute, c'est l'expression de l'Unité et de l'union avec le Divin, c'est le sens même de l'Origine et de l'accomplissement. Mais parce que cette Unité s'est manifestée dans la multitude (dans la multiplicité), quelque chose devait servir de lien entre l'Origine et la manifestation, et le lien le plus parfait que l'on puisse concevoir, c'est l'amour. Et quel est le premier geste de l'amour? Se donner, servir. Quel est le mouvement spontané, immédiat, inévitable ? Servir. Servir dans un don joyeux, complet, total.

Ainsi, dans leur pureté, dans leur vérité, ces deux choses — liberté et service —, loin d'être contradictoires, sont complémentaires. C'est dans l'union parfaite avec la suprême Réalité que se trouve la liberté parfaite, puisque toute ignorance, toute inconscience sont des esclavages, vous rendent impuissants, limités, incapables. Dès qu'on a la moindre ignorance en soi, c'est une limitation, on n'est plus libre. Tant qu'il y a un élément d'inconscience dans l'être, c'est une limitation, un esclavage. C'est seulement dans l'union parfaite avec la suprême Réalité que peut être la liberté parfaite. Et comment réaliser cette union si ce n'est par un don de soi spontané : le don de l'amour. Et comme je le disais, le premier geste, la première expression de l'amour, c'est le service.

(...) C'est justement l'amour qui conduit à l'Unité et c'est l'Unité qui est l'expression vraie de la liberté. Et ainsi, ceux qui, au nom de leur droit à la liberté, réclament l'indépendance, tournent le dos complètement à cette vraie liberté, parce qu'ils renient l'amour.

Liberté et soumission

C'est ça qui est remarquable : c'est que lorsqu'on est parfaitement soumis au Divin on est parfaitement libre, et c'est ça, la condition absolue de la liberté : c'est de n'appartenir qu'au Divin — vous êtes libre du monde tout entier parce que vous n'appartenez qu'à Lui. Et cette soumission-là c'est la suprême libération ; vous êtes libre aussi de votre petit ego personnel, et ça c'est de toutes les choses la plus difficile — et la plus heureuse aussi, la seule qui puisse vous donner une paix constante, une joie ininterrompue, et le sentiment d'une in-fi-nie liberté de tout ce qui vous afflige, vous rapetisse, vous amoindrit, vous appauvrit, et de tout ce qui peut créer en vous la moindre anxiété, la moindre frayeur. Vous n'avez plus peur de rien, vous ne craignez plus rien, vous êtes le maître suprême de votre destinée, parce que c'est le Divin qui veut en vous et qui guide tout. Mais ça ne se fait pas du jour au lendemain : un peu de temps et *beaucoup* d'ardeur dans la volonté, ne pas avoir peur de l'effort et ne pas se décourager quand on ne réussit pas, savoir que la victoire est certaine et qu'il faut durer jusqu'à ce qu'elle vienne. Voilà.

EFFORT, PATIENCE, PROGRÈS

Allez plus loin

Toujours, on se charge les épaules d'un fardeau interminable. On ne veut rien laisser tomber du passé et on est de plus en plus courbé sous le poids d'une accumulation inutile.

Vous avez un guide sur un morceau de chemin, mais quand vous avez passé ce morceau de chemin, laissez le chemin, et le guide, et allez plus loin ! C'est une chose que l'humanité fait avec difficulté. Quand les hommes attrapent quelque chose qui les aide, ils s'accrochent, et puis ils ne veulent plus bouger. Ceux qui ont fait un progrès avec le christianisme ne veulent pas le laisser et ils le portent sur leurs épaules ; ceux qui ont fait un progrès avec le bouddhisme ne veulent pas le laisser et le portent sur leurs épaules ; et alors, cela alourdit la marche et cela vous retarde indéfiniment.

Une fois que vous avez passé l'étape, laissez-la tomber, qu'elle s'en aille ! Allez plus loin.

Se débarrasser de tous les liens

Si votre but est d'être libre de la liberté de l'esprit, vous devez vous débarrasser de tous les liens qui ne sont pas la vérité intérieure de votre être, mais proviennent d'habitudes subconscientes. Si vous voulez vous consacrer entièrement, absolument et exclusivement au Divin, faites-le d'une façon complète et sincère ; ne laissez pas des fragments de vous-même enchaînés ici ou là. (...)

Quand vous venez au yoga, il faut vous attendre à voir mis en pièces toutes vos constructions mentales et tous les échafaudages de votre vital. Vous devez être prêt à être suspendu en l'air sans rien pour vous supporter, excepté votre foi. Vous aurez à oublier complètement votre moi passé et tous ses attachements, à l'arracher de votre conscience pour renaître à nouveau, libre de tout esclavage. Ne pensez plus à celui que vous étiez, mais à celui que vous aspirez à être ; soyez tout entier dans ce que vous voulez réaliser. Détournez-vous de votre passé mort et regardez droit devant vous vers l'avenir. Vous n'aurez plus qu'une religion, qu'un pays, qu'une famille : le Divin.

Le progrès sans limites

Je ne crois pas du tout à la limite que l'on ne peut pas franchir.

Mais je vois très bien les formations mentales des gens, et puis une sorte de paresse devant l'effort nécessaire. Et cette paresse et ces limites sont comme des maladies. Mais ce sont des maladies guérissables... Si vous êtes un être normal, eh bien, en prenant la peine et en sachant la méthode, votre capacité de croissance est presque illimitée.

Il y a cette idée que chacun appartient à un type, que par exemple le sapin ne deviendra jamais le chêne et que le palmier ne sera jamais le blé. C'est évident. Mais cela, c'est autre chose ; cela veut dire que la vérité de votre être n'est pas la vérité de l'être voisin. Mais dans la vérité de votre être, selon votre construction propre, votre progrès est à peu près illimité. Il n'est limité que par votre conviction qu'il est limité et par l'ignorance du procédé véritable, autrement...

Il n'est rien que l'on ne puisse faire, si l'on sait le moyen de le faire.

Le progrès sans parti pris

Ce que l'on peut faire de mieux, c'est de ne pas avoir de parti pris, ni d'idées préconçues, ni de principes — oh ! les principes moraux, les partis pris de conduite, ce qu'il faut faire et ce qu'il ne faut pas faire, et les idées préconçues au point de vue moral, au point de vue progrès, et toutes les conventions sociales et mentales... il n'y a pas de pire obstacle. Il y a des gens, je connais des gens qui ont perdu des dizaines d'années pour surmonter *une* de ces constructions mentales!... Si l'on peut être comme cela, ouvert — ouvert vraiment dans une simplicité, n'est-ce pas, la simplicité qui sait qu'elle est ignorante — comme cela (*geste vers le haut, d'abandon*), prêt à recevoir tout ce qui vient, alors quelque chose peut se produire.

Et naturellement, la soif de progrès, la soif de savoir, la soif de se transformer, et, par-dessus tout, la soif de l'Amour et de la Vérité — si l'on garde cela, on va plus vite. Une soif, vraiment, un besoin, un besoin.

Tout le reste n'a pas d'importance, c'est de *ça* qu'on a besoin.

La joie du progrès

C'est surtout la volonté de progresser et de se purifier qui allume le feu [psychique]. La volonté de progresser. Les gens qui ont une forte volonté, s'ils la tournent vers le progrès spirituel et la purification, ils allument automatiquement le feu au-dedans d'eux.

Et chaque défaut que l'on veut guérir, ou chaque progrès que l'on veut faire, si

l'on jette tout cela dans le feu, il brûle avec une intensité nouvelle. Et ce n'est pas une image, c'est un fait dans le physique subtil. On peut sentir la chaleur de la flamme, on peut voir, dans le physique subtil, la lumière de la flamme. Et quand il y a quelque chose dans la nature qui empêche d'avancer et qu'on le jette dans ce feu, cela se met à brûler et la flamme devient plus intense. (...)

Comment sentir la douceur et la joie quand on se trouve dans une difficulté?

Justement, si la difficulté est d'ordre égoïste ou personnel, si l'on en fait l'offrande et qu'on la précipite dans le feu de purification, immédiatement on sent la joie du progrès. Si on le fait sincèrement, tout de suite il y a un élan de joie.

C'est évidemment ce qu'il faut faire au lieu de se désespérer ou de se lamenter. Si on en fait l'offrande, et sincèrement que l'on aspire à la transformation et à la purification, alors on sent tout de suite la joie naître au fond du cœur. Même quand la difficulté est un gros chagrin, on peut faire cela avec beaucoup de succès. On s'aperçoit que derrière le chagrin, si intense qu'il soit, il y a une joie divine.

Intensité et impatience

Aspire intensément, mais sans impatience... La différence entre l'intensité et l'impatience est très subtile — tout est une différence de vibration ; c'est subtil, mais cela fait toute la différence.

Intensément, mais sans impatience. C'est cela, il faut être dans cet état-là.

Et pendant très longtemps, très longtemps, se contenter des résultats intérieurs, c'est-à-dire des résultats de réactions personnelles et individuelles, de contacts intérieurs avec le reste du monde — ne pas espérer, ou vouloir trop tôt, que les choses se matérialisent. Parce que l'on a une hâte qui généralement retarde les choses.

Si c'est comme cela, c'est comme cela.

Nous vivons — les hommes, je veux dire, vivent harcelés. C'est une espèce de sentiment semi-conscient de la durée si courte de leur vie ; ils n'y pensent pas, mais ils le sentent d'une façon semi-consciente ; et alors ils sont tout le temps à vouloir — vite, vite, vite — se précipiter d'une chose à l'autre, faire une chose vite pour passer à la suivante, au lieu que chaque chose vive dans son éternité propre. On est toujours à vouloir : en avant, en avant, en avant... Et on gâte le travail.

Vivre dans une éternité

Dans la conscience humaine, toutes les choses sont très lentes. Quand on mesure le temps qu'il faut pour réaliser quelque chose au temps moyen d'une existence humaine, c'est interminable. Mais heureusement qu'il y a un moment où l'on échappe à cette notion-là, où l'on commence à ne plus sentir selon la

proportion humaine. Dès que l'on est vraiment en rapport avec le psychique, on perd cette espèce d'étroitesse et d'angoisse aussi, et qui est *tellement* mauvaise, cette angoisse : "Il faut faire vite, il faut faire vite, on n'a pas beaucoup de temps, il faut se dépêcher, on n'a pas beaucoup de temps." On fait les choses très mal, ou on ne les fait pas du tout. Mais dès que l'on a un contact avec le psychique, ça, ça s'en va ; on commence à être un peu vaste, et calme, et paisible, à vivre dans une éternité.

Le temps : ami ou ennemi ?

Comment le temps est-il un ami ?

Cela dépend comment on le regarde. Tout dépend de la relation que tu as avec lui. Si tu le prends comme un ami, il devient un ami. Si tu le considères comme un ennemi, il devient ton ennemi.

Mais ce n'est pas cela que tu demandes. Ce que tu demandes, c'est comment on sent quand il est un ennemi et comment on sent quand il est un ami. Eh bien, quand tu t'impatientes et que tu te dis : "Oh, il faut que j'arrive à faire ça et pourquoi je n'arrive pas à le faire?" et quand tu n'arrives pas à le faire tout de suite et que tu te désespères, alors c'est ton ennemi. Mais quand tu te dis : "C'est bon, je n'ai pas réussi cette fois-ci, je réussirai la prochaine fois, et je suis sûr qu'un jour ou l'autre je le ferai", alors il devient ton ami.

L'effort de progrès

Douce Mère, quand il y a en nous un effort pour faire mieux, mais que Von ne voit aucun progrès, on se sent découragé. Quelle est la meilleure chose à faire ?

De ne pas se décourager!... Le découragement ne mène nulle part.

D'abord, la première chose à se dire, c'est que l'on est à peu près totalement incapable de savoir si l'on fait un progrès ou si l'on n'en fait pas, parce que, très souvent, ce qui nous paraît être un état de stagnation est une longue — quelquefois longue, mais en tout cas pas interminable — préparation pour un bond en avant. Il nous semble parfois piétiner pendant des semaines ou des mois, et puis tout d'un coup quelque chose qui se préparait fait son apparition, et nous voyons que c'est un changement assez considérable et *sur plusieurs points* à la fois.

Il faut, comme pour toute chose dans le yoga, que l'effort de progrès soit fait pour l'amour de l'effort de progrès. Il faut que la joie de l'effort, l'aspiration vers le progrès se suffisent à elles-mêmes, tout à fait indépendamment du résultat. Tout ce que l'on fait dans le yoga, il faut le faire pour la joie de le faire et non pas en vue du résultat que l'on veut obtenir... Au fond, dans la vie, toujours, en toute chose, le résultat ne nous appartient pas. Et si nous voulons être dans la vraie attitude, il faut

agir, sentir, penser, faire effort, spontanément, parce que *c'est cela* que l'on doit faire et non en vue du résultat à obtenir.

Dès que nous pensons au résultat, nous commençons à faire un marchandage et cela enlève toute la sincérité de l'effort. Vous faites effort pour progresser parce que vous sentez en vous le besoin, le besoin *impérieux*, de faire effort et de progresser ; et cet effort est le don que vous faites à la Conscience divine en vous, à la Conscience divine dans l'Univers, c'est votre façon d'exprimer votre gratitude, d'offrir votre personne ; et que cela ait pour résultat un progrès ou non, cela n'a pas d'importance. Vous progresserez quand il sera décidé que le temps est venu de progresser, et non parce que vous le désirez.

Progrès horizontal et vertical

Il y a une marche horizontale entre des ascensions brusques. C'est le moment des ascensions brusques qui vous donne une impression de quelque chose comme une révélation, une grande joie intérieure. Mais une fois que vous avez franchi le pas, si vous voulez le franchir, encore, il faudrait redescendre. Il faut que vous alliez en vous préparant à ce niveau-là, pour franchir un autre pas supérieur. Ces choses-là qui vous donnent tout d'un coup une grande joie, ce sont toujours des ascensions. Mais ces ascensions-là se préparent par un lent travail de progrès horizontal, c'est-à-dire qu'il faut devenir de plus en plus conscient, établir de plus en plus parfaitement ce que l'on est, en tirer toutes les conséquences intérieures, psychologiques, et dans l'action aussi. C'est une longue utilisation du saut brusque, et, comme je dis, il y a deux genres de progrès. Mais le progrès horizontal est indispensable.

Il ne faut pas s'arrêter, il ne faut pas s'accrocher comme ça à son progrès vertical, et ne plus vouloir bouger, parce qu'il vous a donné une révélation. Il faut savoir le quitter, pour se préparer à un autre.

Le vrai progrès

Nous sommes sur terre ; la période que l'on passe sur terre, c'est la période où on peut faire des progrès. On ne fait pas de progrès en dehors de la vie terrestre. La vie terrestre et matérielle, c'est essentiellement la vie du progrès, c'est ici qu'on fait des progrès. En dehors de la vie terrestre on se repose, ou on est inconscient, ou on peut avoir des périodes d'assimilation, des périodes de repos, des périodes d'inconscience. Mais pour les périodes de progrès, c'est sur la terre et dans le corps. Alors, quand vous prenez un corps, c'est pour faire des progrès ; et quand vous le quittez, la période des progrès est terminée.

Et le vrai progrès, c'est la sâdhanâ. C'est-à-dire c'est le progrès le plus conscient et le plus rapide. Autrement on fait un progrès avec le rythme de la Nature, ce qui

fait que ça peut prendre des siècles et des siècles et des siècles et des millénaires pour faire le moindre petit progrès. Mais le vrai progrès, c'est celui qui est fait par la sâdhanâ. Dans le yoga, on peut, dans un temps très court, faire ce qui prend autrement un temps interminable. Mais c'est toujours dans le corps et toujours sur la terre que ça se fait, pas ailleurs. C'est pour ça, quand on est dans un corps, il faut en profiter, et ne pas perdre son temps, ne pas dire: "Un peu plus tard, un peu plus tard." Il vaut mieux faire tout de suite. Toutes les années que vous passez sans faire des progrès, sont des années gaspillées, que vous regretterez nécessairement après.

Il faut choisir

Il faut choisir; il n'y a pas une sorte de "force comme ça" qui choisit pour vous, ou une chance, ou un hasard ou une fatalité — ce n'est pas vrai. Votre volonté est libre, elle est volontairement laissée libre et vous devez choisir. C'est vous qui décidez si vous chercherez la Lumière ou non, si vous serez le serviteur de la Vérité ou non — c'est vous. Ou si vous avez une aspiration ou non, c'est vous qui choisissiez. Et même quand on dit : "Faites votre soumission totale et le travail sera fait pour vous", c'est tout à fait très bien, mais pour faire votre soumission totale, il faut que tous les jours et à chaque instant vous choisissiez de faire votre soumission totale, autrement vous ne la ferez pas, elle ne se fera pas toute seule. C'est vous qui devez vouloir la faire. Quand elle est faite, tout va bien, quand vous avez la Connaissance aussi, tout va bien, et quand vous vous êtes identifié au Divin, tout va encore mieux, mais jusque-là, il faut vouloir, choisir et décider. Pas s'endormir paresseusement en disant: "Oh ! le travail sera fait pour moi, je n'ai rien à faire qu'à me laisser couler au fil de l'eau." D'ailleurs, ce n'est pas vrai, le travail ne se fait pas, parce que si la moindre petite chose vient contrecarrer votre petite volonté, elle dit: "Non, pas ça!"... Alors?

Rien n'est fait à moins que tout ne soit fait

Dans la vieille tradition chaldéenne, il y avait une image que l'on donnait très souvent aux jeunes novices quand on les revêtait de la robe blanche ; on leur disait : "N'essayez pas d'enlever les taches une à une, il faut que la robe tout entière soit purifiée." N'essayez pas de guérir vos défauts un par un, de surmonter vos faiblesses une par une, cela ne mène pas très loin. C'est la conscience tout entière qui doit changer, c'est un renversement de la conscience qu'il faut obtenir, c'est surgir de l'état dans lequel on est vers un état supérieur d'où l'on domine toutes les faiblesses que l'on veut guérir, et d'où l'on a une vision d'ensemble de l'œuvre à accomplir.

Je crois que Sri Aurobindo l'a dit : les choses sont telles qu'on peut dire que rien n'est fait à moins que tout ne soit fait. Un pas en avant ne suffit pas, il faut une

conversion totale.

Que de fois ai-je entendu ceux qui faisaient effort me dire: "J'essaye, mais à quoi cela sert que j'essaye? Chaque fois que je crois avoir gagné quelque chose, je m'aperçois qu'il faut encore que je recommence." C'est parce qu'ils essayent d'avancer en restant sur place, ils essaient de progresser sans changer de conscience. Il faut que le point de vue tout entier soit déplacé, il faut que la conscience tout entière sorte de l'ornière dans laquelle elle se trouve, pour monter au-dessus et voir les choses d'en haut. C'est seulement comme cela que les victoires ne seront pas changées en défaites.

Parce que les autres ne le font pas ?

Ce qui m'empêche de m'ouvrir à l'influence, c'est la suggestion : "Pourquoi se hâter, pourquoi si tôt, puisque les autres ne le font pas ?"

Ça, c'est d'une platitude effroyable !

C'est une des excuses les plus sottes qu'on puisse imaginer. Non, il y en a qui sont beaucoup plus subtiles et beaucoup plus dangereuses que celle-là.

Mais même si vous deviez être le seul et unique être de toute la création qui se donne intégralement en toute pureté au Divin, et étant le seul, étant naturellement absolument incompris de tout le monde, bafoué, ridiculisé, haï, même si on était cela, il n'y a aucune raison pour ne pas le faire. Il faut être ou un cabot ou bien un sot. Parce que les autres ne le font pas? Mais qu'est-ce que ça peut faire qu'ils le fassent ou qu'ils ne le fassent pas ? "Mais le monde tout entier peut aller de travers, ça ne me concerne pas. Il n'y a qu'une chose qui me concerne, c'est d'aller droit. Ce que les autres font, en quoi est-ce que cela me concerne? C'est leur affaire, ce n'est pas la mienne." C'est le pire de tous les esclavages !

L'ami des bons et des mauvais jours

Votre ami n'est pas celui qui vous encourage à descendre au niveau le plus bas de vous-même, qui vous encourage à faire des bêtises avec lui ou à devenir vicieux avec lui, ou qui vous approuve dans tout ce que vous avez de vilain, c'est entendu. (...)

On n'aime pas, on évite soigneusement la compagnie de celui qui a une maladie contagieuse ; généralement on l'enferme pour que cela ne se répande pas. Mais la contagion du vice et de la mauvaise conduite, la contagion de l'avilissement, du mensonge et de ce qui est bas est infiniment plus dangereuse que la contagion d'une maladie quelconque, et c'est cela qu'il faut éviter très soigneusement. Il faut considérer comme son meilleur ami celui qui vous fait savoir qu'il ne veut pas participer à une action mauvaise ou laide, celui qui vous encourage à résister aux tentations inférieures, celui-là est l'ami. C'est avec celui-là qu'il faut s'associer, et

non avec celui qui rigole avec vous et fortifie vos mauvais penchants. Voilà.

Maintenant, nous n'insisterons pas et j'espère que ceux à qui je pense comprendront ce que j'ai dit.

Au fond, on ne devrait prendre pour amis que des gens plus sages que soi-même, quelqu'un dont la compagnie vous ennoblit et vous aide à vous surmonter, à progresser, à agir mieux et à voir plus clair. Et au fond, le meilleur ami que l'on puisse avoir, n'est-ce point le Divin, à qui l'on peut tout dire, tout révéler? Parce que c'est là qu'est la source de toute miséricorde, de tout pouvoir d'effacer l'erreur quand elle ne se reproduit plus, d'ouvrir la route vers la réalisation véritable ; celui qui peut tout comprendre, tout guérir, et aider toujours sur le chemin à ne pas faillir, à ne pas broncher, à ne pas tomber, à marcher tout droit vers le but. C'est Lui, l'ami vrai, l'ami des bons et des mauvais jours, celui qui sait comprendre, qui sait guérir et qui est toujours là quand on a besoin de Lui. Quand on L'appelle sincèrement, Il est toujours là pour vous guider, pour vous soutenir — et pour vous aimer de la façon vraie.

LE DIVIN, LE MONDE ET L'HOMME

Lui seul

Il y a une chose que l'on doit apprendre, c'est de ne jamais s'appuyer sur qui que ce soit ou quoi que ce soit, sauf sur le Divin. Parce que si vous prenez un point d'appui sur quelqu'un, ce point d'appui cassera, vous pouvez en être sûr. De la minute où vous faites un yoga (je parle toujours de ceux qui font un yoga, je ne parle pas de la vie ordinaire), pour ceux qui font un yoga, s'appuyer sur quelqu'un, c'est comme si l'on voulait transformer ce quelqu'un en représentant de la Force divine, or vous pouvez être sûr qu'il n'y en a pas un sur cent millions qui puisse supporter le poids : ça cassera immédiatement. Alors, ne prenez jamais l'attitude d'espérer support, aide, réconfort de personne, sauf du Divin. Ça, c'est absolu ; je n'ai jamais rencontré, dans aucun cas, quelqu'un qui essaye de s'accrocher à quelque chose pour y trouver un point d'appui (quelqu'un qui fasse un yoga ou qui soit mis en rapport avec un yoga) et qui ne soit pas déçu — ça casse, ça cesse, on perd son soutien. Alors on dit : "La vie est difficile" — elle n'est pas difficile, mais il faut savoir ce que l'on fait. Ne cherchez jamais un point d'appui ailleurs que dans le Divin. Ne cherchez jamais une satisfaction ailleurs que dans le Divin. Ne cherchez jamais la satisfaction de vos besoins dans quelqu'un d'autre que dans le Divin — jamais, pour quoi que ce soit. Tous vos besoins ne peuvent être satisfaits que par le Divin. Toutes vos faiblesses ne peuvent être supportées et guéries que par le Divin. Lui seul est capable de vous donner ce dont vous avez besoin dans tous les cas, et si vous essayez de trouver une satisfaction quelconque ou un point d'appui ou un support ou une joie ou... Dieu sait quoi, dans quelqu'un d'autre, vous tomberez toujours sur votre nez un jour, et ça fait toujours mal, ça fait même quelquefois très mal.

Demander au Divin

Si, par exemple, on veut savoir quelque chose, ou on a besoin d'être guidé, ou quelque chose, comment est-ce qu'on peut l'avoir de la Divinité, selon notre besoin ?

En le demandant à la Divinité. Si tu ne Lui demandes pas, comment peux-tu l'avoir?

Si tu te tournes vers la Divinité et que tu aies pleine confiance, et que tu Lui demandes, tu auras ce dont tu as besoin — pas nécessairement ce que tu

t'imagines avoir besoin ; mais la vraie chose dont tu as besoin, tu l'auras. Mais il faut le Lui demander.

Il faut faire l'expérience sincèrement ; il ne faut pas chercher à l'avoir par toutes sortes de moyens extérieurs, puis s'attendre à ce que ce soit le Divin qui vous le donne, sans même le Lui avoir demandé. Au fond, quand tu veux que quelqu'un te donne quelque chose, tu le lui demandes, n'est-ce pas. Et pourquoi t'attends-tu à ce que le Divin te le donne sans le Lui avoir demandé ?

Vouloir le Divin

Douce Mère, comment trouver le Divin qui s'est caché en nous ?

Ça, on l'a expliqué beaucoup, beaucoup de fois ; mais la première chose, c'est de le vouloir et, justement, que cela passe en premier, avant toute autre chose, que ce soit la chose importante. Ça, c'est la première condition : que tout le reste passe après, c'est la condition *essentielle*. Si, n'est-ce pas, une fois de temps en temps, quand on n'a rien à faire, et que tout va bien, et qu'on est inoccupé, tout d'un coup on se dit : "Tiens, je voudrais bien trouver le Divin", ça, on peut mettre cent mille ans pour ça, comme ça.

Mais si c'est la chose importante, la seule chose qui importe, et que tout le reste passe après, et qu'on ne veuille *que ça*, alors ça, c'est la première condition. Il faut d'abord établir ça, après on parle de ce qui suit. D'abord ça, que tout le reste ne compte pas, que seulement ça, ça compte, qu'on est prêt à renoncer à tout pour avoir ça, que c'est la seule chose qui soit importante dans la vie. Alors on se met dans la condition de pouvoir faire un pas en avant.

Connaître le Divin

Vous savez, la seule façon de connaître le Divin, c'est de s'identifier à Lui. Il n'y en a pas d'autre, il n'y en a qu'une, une seule manière. Par conséquent, une fois que vous êtes maître de ce procédé d'identification, vous pouvez vous identifier. Alors vous choisissez votre objet d'identification, vous vous identifiez au Divin. Mais tant que vous ne savez pas vous identifier, il y aura toujours cent et une choses qui viendront en travers vous tirer par ici, vous tirer par là, vous éparpiller, et vous ne vous identifierez pas à Lui. Mais si vous avez appris à vous identifier, alors vous n'avez qu'à orienter l'identification, la placer à l'endroit où vous voulez, et puis vous en tenir là jusqu'à ce que vous ayez un résultat. Il viendra très vite si vous êtes maître de votre pouvoir d'identification. Ça viendra très vite. Râmakrishna disait que cela pouvait varier entre trois jours, trois heures ou trois minutes. Trois jours pour les gens qui étaient très lents, trois heures pour ceux qui étaient un peu plus prompts, trois minutes pour ceux qui avaient l'habitude.

Le Suprême a le sens de l'humour

Quelqu'un m'a demandé : "Comment se peut-il que Dieu se manifeste à quelqu'un qui est incroyant?" Ça, c'est comique, parce que s'il plaît à Dieu de se manifester à un incroyant, je ne vois pas ce qui L'empêcherait de se manifester !

Au contraire, Il a le sens de l'humour (Sri Aurobindo nous a répété déjà plusieurs fois que le Suprême a le sens de l'humour, que c'est *nous* qui voulons en faire un personnage grave et toujours sérieux) et Il peut trouver très amusant de venir embrasser un incroyant. Celui qui la veille aura dit : "Dieu n'existe pas, je n'y crois pas, c'est une sottise et une ignorance", alors Il le prend dans ses bras, Il le serre sur son cœur et Il lui rit au nez.

Tout est possible, même les choses qui, à notre petite intelligence limitée, paraissent absurdes.

L'athée et le croyant

"L'athée est Dieu qui joue à cache-cache avec Lui-même ; mais le croyant est-il autre chose ? Peut-être, car il a vu l'ombre de Dieu et il s'y est cramponné."

(Sri Aurobindo, *Pensées et Aphorismes*.)

Que veut dire : "Dieu qui joue à cache-cache avec Lui-même ?

Dans le jeu de cache-cache, l'un se cache et l'autre cherche. Ainsi Dieu se cache de l'athée et celui-ci dit: "Dieu ? je ne le vois pas, je ne sais où il est ; par conséquent, il n'existe pas." Mais l'athée ne sait pas que Dieu est en lui aussi ; et ainsi c'est Dieu qui nie sa propre existence. N'est-ce point un jeu? Pourtant, un jour viendra où il sera mis en présence de lui-même, ce qui l'obligera à reconnaître qu'il existe.

Le croyant se croit très supérieur à l'athée, mais tout ce qu'il a pu attraper de Dieu, c'est Son ombre, et il s'accroche à cette ombre, s'imaginant que c'est Dieu Lui-même. Car s'il connaissait vraiment Dieu, il saurait que Dieu est en toute chose et en tout ; alors il cesserait de se croire supérieur à qui que ce soit.

Le monde matériel

Notre monde matériel n'est-il pas très bas dans l'échelle des mondes qui constituent la création ?

Notre monde est le plus matériel, mais ce n'est pas une raison pour qu'il soit "très bas". S'il est bas, c'est parce qu'il est obscur et ignorant, non parce qu'il est matériel. C'est une erreur de taire du mot "matière" le synonyme d'obscurité et d'ignorance. De plus, le monde matériel n'est pas le seul dans lequel nous vivons ; c'est plutôt l'un des nombreux mondes où nous existons simultanément, et, d'une

certaine manière, le plus important de tous. C'est le champ de concrétisation de tous les mondes ; c'est le lieu où tous auront à se manifester. Il est vrai que pour le moment, il est désharmonieux et obscur ; mais c'est seulement un accident, un faux départ. Un jour, il deviendra beau, rythmique, plein de lumière ; car c'est là l'accomplissement pour lequel il a été fait.

Le Divin n'est pas un étranger

Mais pourquoi est-ce que le Divin veut se manifester sur la Terre dans le chaos ?

Parce que c'est pour cela qu'il a créé la Terre, pas pour un autre mobile — la Terre c'est Lui-même dans une déformation —, et qu'il veut la rétablir dans sa vérité. La Terre n'est pas quelque chose qui est séparé de Lui et qui Lui est étranger. C'est une déformation de Lui-même qui doit redevenir ce qu'elle était dans son essence, c'est-à-dire le Divin.

Alors pourquoi nous est-Il étranger ?

Mais Il n'est pas étranger, mon enfant. Tu t'imagines qu'il est étranger, mais Il ne l'est pas le moins du monde. C'est l'essence de ton être — pas du tout étranger. Tu peux l'ignorer, mais Il n'est pas étranger ; Il est l'essence même de ton être. Sans le Divin tu n'existerais pas. Sans le Divin tu ne pourrais pas exister même la millionième partie d'une seconde.

Il n'y a pas autre chose que Lui

Les gens sont tellement imprégnés de l'idée chrétienne d'un "Dieu créateur" — la création d'un côté et Dieu de l'autre ! Quand on réfléchit, on rejette cela, mais c'est entré dans la sensation, dans le sentiment ; et alors, spontanément, instinctivement, presque subconsciemment, on prête à Dieu tout ce que l'on considère comme ce qu'il y a de meilleur, de plus beau ; et surtout, tout ce que l'on veut atteindre, réaliser. Naturellement, chacun suivant sa propre conscience change le contenu de son Dieu, mais c'est toujours ce qu'il considère comme ce qu'il y a de mieux. Et c'est pourquoi aussi, instinctivement et spontanément, subconsciemment, on est choqué par l'idée que Dieu puisse être les choses que l'on n'aime pas ou que l'on n'approuve pas ou qui ne nous paraissent pas les meilleures.

Je dis cela d'une façon un peu enfantine, exprès, pour que l'on comprenne bien. Mais c'est cela — j'en suis sûre, parce que je l'ai observé en moi-même pendant très longtemps, à cause de la formation subconsciente de l'enfance, du milieu, de l'éducation, etc. Il faut arriver à pousser au-dedans de ce corps la conscience de l'Unité, de l'absolue exclusive unité du Divin — exclusive en ce sens que rien n'existe que dans cette Unité, même les choses qui nous paraissent les plus

repoussantes. (...)

Mais c'est Lui. Il n'y a pas autre chose que Lui ! C'est cela qu'il faudrait se répéter du matin au soir, du soir au matin, parce qu'on l'oublie toutes les minutes.

Il n'y a que Lui, il n'y a pas autre chose que Lui — rien n'existe que Lui, il n'y a pas d'existence sans Lui, il n'y a que Lui !

Dieu et l'univers

Il y a une seule, unique solution au problème, c'est de ne pas faire de distinction d'origine entre Dieu et l'univers. L'univers *est* le Divin projeté dans l'espace, et Dieu *est* l'univers dans son origine. C'est la même chose, sous un aspect ou sous un autre. Et vous ne pouvez pas les diviser. C'est la conception opposée à celle du "créateur" et de son "œuvre". Seulement, parler du créateur et de l'œuvre, c'est très commode, ça rend les explications très faciles et l'enseignement très élémentaire. Mais ce n'est pas vrai. Et alors, vous dites : "Comment se fait-il que Dieu, qui est tout-puissant, ait permis que le monde soit comme cela ?" Mais c'est votre propre conception ! C'est parce qu'il se trouve que, vous, vous êtes dans un certain ensemble de circonstances qui vous paraît désagréable, alors vous projetez cela sur le Divin et vous Lui dites : "Pourquoi as-Tu fait un monde comme ça ?" — "Je ne l'ai pas fait. C'est toi-même. Et si vous redevenez Moi-même, vous ne sentirez plus comme vous sentez. Ce qui vous fait sentir comme vous sentez, c'est que vous n'êtes plus Moi-même." C'est cela qu'il pourrait vous répondre. Et le fait est que, quand on arrive à unir sa conscience à la Conscience divine, il n'y a plus de problème. Tout paraît tout à fait naturel et simple, et très bien, et exactement ce que cela devait être.

Une comédie qu'il se joue à Lui-même

Si l'on regarde attentivement, on est obligé de penser que le Seigneur se joue une formidable comédie à Lui-même ! que la Manifestation, c'est une comédie qu'il se joue à Lui-même avec Lui-même.

Il a pris la position du spectateur et puis Il se regarde, et alors, pour se regarder, il faut qu'il accepte la notion de temps et d'espace, autrement Il ne peut pas se regarder ! Et immédiatement, toute la comédie commence. Mais c'est une comédie, ce n'est rien de plus !

Nous, nous prenons cela sérieusement, parce que nous sommes des marionnettes, hein ? Mais dès que nous cessons d'être des marionnettes, nous voyons bien que c'est une comédie.

C'est aussi une tragédie réelle, pour certains.

Oui, c'est nous qui la rendons tragique. Ça, c'est *nous* qui la rendons tragique.

(...)

Tu vois, il n'y a que celui qui regarde la pièce qui ne se tourmente pas, parce qu'il sait tout ce qui va arriver et qu'il a la connaissance absolue de tout — de tout ce qui arrive et de tout ce qui est arrivé et de tout ce qui va arriver — et c'est tout là, *une* présence pour lui. Et alors, ce sont les autres, les pauvres acteurs, qui ne savent même pas — ils ne savent même pas leur rôle ! Et ils se tourmentent beaucoup, parce qu'on leur fait jouer quelque chose et ils ne savent pas ce que c'est. C'est une impression que je viens d'avoir, très forte: nous sommes tous à jouer la comédie, mais nous ne savons pas ce qu'est la comédie, ni où elle va ni d'où elle vient, ni son ensemble ; nous savons juste à peine — et mal — ce qu'il faut que nous fassions sur le moment. Et nous le savons mal. Et alors on se tourmente! Mais quand on sait tout, on ne peut plus se tourmenter, on sourit — Il doit s'amuser beaucoup, mais nous... Seulement, il nous est donné le *plein pouvoir* de nous amuser comme Lui.

C'est simplement parce que nous n'en prenons pas la peine.

Le jeu du Suprême

Quand on a l'expérience positive de l'unique exclusive existence du Suprême et que tout n'est que le jeu du Suprême à Lui-même, au lieu d'être une chose inquiétante ou déplaisante, ou gênante, c'est au contraire une sorte de sécurité totale.

L'unique réalité, c'est le Suprême. Et tout cela, c'est un jeu qu'il se joue à Lui-même. Je trouve cela beaucoup plus consolant que le contraire.

Et d'abord, c'est la seule certitude que cela peut devenir quelque chose de merveilleux. (...)

Tu verras, il y a un moment où l'on ne peut se tolérer soi-même et la vie que si l'on prend l'attitude où c'est le Seigneur qui est tout. Tu vois, ce Seigneur, combien de choses Il possède ! Il joue avec tout ça — Il joue, Il joue à changer les positions. Et alors, quand on voit ça, ce tout, on a le sentiment de la merveille illimitée, et que tout ce qui est l'objet de l'aspiration la plus merveilleuse, tout cela, c'est tout à fait possible, et ce sera même dépassé. Alors, on est consolé. Autrement l'existence... c'est inconsolable. (...)

La manière d'être actuelle, c'est un passé qui vraiment ne devrait plus exister. Tandis que l'autre : ah ! enfin ! enfin ! c'est pour ça qu'il y a un monde.

Et tout reste tout aussi concret et tout aussi réel — ça ne devient pas fumeux ! c'est tout aussi réel, mais... mais ça devient divin, parce que... parce que *c'est* le Divin. C'est le Divin qui joue.

Laisser faire le Seigneur

N'est-ce pas, quand je commence à regarder comme ça (*Mère ferme les yeux*), il y a en même temps deux choses : justement, ce sourire, cette joie, ce rire est là, et puis... et puis une paix ! n'est-ce pas, une paix ! une paix si *pleine*, si lumineuse, si totale, où plus rien ne se bat, il n'y a plus de contradictions. Rien ne se bat plus. C'est une *seule* lumineuse harmonie — et pourtant, tout ce que nous appelons erreur, souffrance, misère, tout est là. *Ça ne supprime rien*. C'est une autre façon de voir.

(long silence)

Il n'y a pas à dire, si sincèrement on veut en sortir, au fond ce n'est pas si difficile : on n'a rien à faire, on n'a qu'à laisser le Seigneur faire tout. Et Il fait tout. Il fait tout, Il est... c'est si merveilleux ! c'est si merveilleux.

Il prend n'importe quoi, même ce que nous appelons une intelligence tout à fait ordinaire, et puis simplement, Il vous apprend à mettre cette intelligence de côté, en repos : "Là, tiens-toi tranquille, ne bouge plus, ne m'embête pas, je n'ai pas besoin de toi", alors une porte s'ouvre — on n'a même pas l'impression d'avoir à l'ouvrir : elle est toute ouverte, on vous fait passer de l'autre côté (tout cela, c'est Quelqu'un d'autre qui le fait, ce n'est pas vous). Et puis l'autre façon devient impossible.

Tout ce... oh ! ce labeur effroyable du mental qui s'efforce de comprendre, ouf ! qui peine, qui se donne mal à la tête... absolument inutile, absolument inutile, ça ne sert à rien du tout, qu'à brouiller les cartes.

Vous êtes en face d'un soi-disant problème : qu'est-ce qu'il faut dire, ou qu'est-ce qu'il faut faire, ou comment agir, ou... ? Il n'y a rien à faire ! Rien, il n'y a qu'à dire au Seigneur : "Voilà, Tu vois, c'est comme ça", et puis c'est tout. Et puis on reste bien tranquille. Et puis, tout spontanément, sans y penser, sans réfléchir, sans calculer, rien, rien, pas le moindre travail — on fait ce qu'il faut faire. C'est-à-dire que le Seigneur le fait, ce n'est plus vous. Il le fait, Il arrange les circonstances, Il arrange les gens, Il met les mots dans votre bouche ou sur votre plume — Il fait tout, tout, tout, tout, on n'a plus rien à faire qu'à se laisser vivre béatiquement.

J'en viens à être convaincue que les gens ne veulent vraiment pas.

Mais c'est déblayer qui est difficile, le travail de dé-blavage avant.

Mais on n'a même pas besoin de le faire ! Il le fait pour vous.

Mais cela envahit constamment: la vieille conscience, les vieilles pensées...

Oui, ça essaye de recommencer par habitude — il n'y a qu'à dire : "Seigneur, Tu vois. Tu vois, Tu vois, c'est comme ça", c'est tout. "Seigneur, Tu vois, Tu vois ça, Tu vois ça, Tu vois ça, Tu vois cet imbécile-là" — c'est fini. Ça, immédiatement...

Mais ça change automatiquement, mon petit ! Pas le moindre effort. Simplement, être sincère, c'est-à-dire *vraiment* vouloir que ce soit bien. On est parfaitement conscient qu'on n'y peut rien, qu'on n'a aucune capacité. (...) Mais il y a toujours quelque chose qui a envie de faire soi-même, c'est ça l'ennui, autrement...

Non, on peut être plein d'une excellente bonne volonté, et puis *on veut* le faire. C'est ça qui complique tout. Ou alors on n'a pas la foi, on croit que le Seigneur ne pourra pas faire et qu'il faut faire soi-même, parce que Lui ne sait pas ! (*Mère rit*) Ça, n'est-ce pas, ce genre de sottise est très répandu : "Comment est-ce qu'il peut voir les choses? Nous vivons dans un monde de Mensonge, comment est-ce qu'il peut voir le Mensonge et voir..." Il voit la chose comme elle est, justement !

Et je ne parle pas de gens sans intelligence, je parle de gens qui sont intelligents, et qui essayent — il y a une sorte de conviction, comme ça, quelque part, même chez ceux qui savent que nous vivons dans un monde d'Ignorance et de Mensonge et qu'il y a un Seigneur qui est Toute-Vérité, eh bien ils disent: "Justement, parce qu'il est Toute-Vérité, Il ne comprend pas (*Mère rit*). Il ne comprend pas notre mensonge, il faut que je m'en occupe." Ça, c'est très fort, très répandu.

Ah ! nous compliquons pour rien.

La seule solution

Je suis tout à fait convaincue que la confusion, c'est pour nous apprendre à vivre au jour le jour, c'est-à-dire à ne pas nous préoccuper de ce qui peut arriver, ou de ce qui arrivera, et à juste s'occuper au jour le jour de faire ce que l'on doit faire. Toutes les pensées et les prévisions et les combinaisons et tout cela, favorisent beaucoup le désordre.

Vivre presque à la minute la minute, être comme cela (*geste tourné vers le haut*), seulement attentif à la chose qu'il faut faire au moment, et puis laisser la Conscience du Tout décider... Nous ne savons jamais les choses, même avec la vision la plus générale ; on ne sait jamais les choses que *très* partiellement — très partiellement. Alors l'attention est attirée par ceci, attirée par cela, mais telle autre chose existe aussi. Et donner beaucoup d'importance aux choses dangereuses ou nuisibles, c'est leur donner de la force.

(*Mère entre en contemplation*)

Quand on est assailli par la vision de ce désordre et de cette confusion, il n'y a qu'une chose à faire, c'est d'entrer dans la conscience où l'on voit qu'il n'y a *qu'un* Être, une Conscience, un Pouvoir — il n'y a qu'une Unité — et que tout cela, ça se passe à l'intérieur de cette Unité. Et que toutes nos petites visions, nos petites connaissances, nos petits jugements, nos petits... tout cela, ce n'est rien, c'est microscopique en comparaison de la Conscience qui préside au Tout. Et alors, si

on a le moins du monde le sens de pourquoi les individualités séparées existent, c'est peut-être seulement pour permettre l'aspiration, l'existence de l'aspiration, de ce mouvement, ce mouvement de don de soi et d'abandon, de confiance et de *foi*; que c'est cela la raison d'être de la construction des individus ; et alors, que l'on devienne ça dans toute son intensité et toute sa sincérité... c'est tout ce qu'il faut.

C'est tout ce qu'il faut, c'est la *seule* chose, c'est la seule chose qui subsiste ; tout le reste... fantasmagorie.

Et c'est la seule chose valable dans tous les cas : quand on veut faire quelque chose, quand on ne peut pas faire quelque chose, quand on a agi, quand le corps ne peut plus agir... Dans *tous*, tous, tous les cas, seulement ça — seulement ça : entrer en contact conscient avec la Conscience suprême, s'unir à elle et... attendre. Voilà.

Alors on reçoit l'indication exacte de ce que l'on doit faire à chaque minute — faire ou ne pas faire, agir ou être immobile. C'est tout. Et même être ou ne pas être. Et c'est la seule solution. De plus en plus, de plus en plus la certitude est là : c'est la *seule* solution. Tout le reste, ce sont des enfantillages.

Ce que Tu veux

Il suffit de se laisser imprégner par Ça, il n'y a pas autre chose à faire ?

Je pense. Je pense que c'est la seule chose. Moi, je répète tout le temps : "Ce que Tu veux, ce que Tu veux, ce que Tu veux... Que ce soit ce que Tu veux, que je fasse ce que Tu veux, que je sois consciente de ce que Tu veux."

Et aussi : "Sans Toi, c'est la mort ; avec Toi, c'est la vie." Et "mort", je n'entends pas la mort physique — c'est possible que ce soit ; c'est possible que, maintenant, si je perdais le contact, ce serait fini, mais c'est impossible ! J'ai l'impression que c'est... que je *suis* ça — avec les obstructions que la présente conscience peut encore avoir, voilà tout. Et alors, quand je vois quelqu'un (*Mère ouvre les mains comme pour offrir la personne à la Lumière*), qui que ce soit : comme cela (*même geste*).

(*silence*)

J'ai tout le temps (c'est amusant), tout le temps l'impression d'un petit bébé qui se blottit — blottit dans... comment l'appeler... une divine Conscience... qui embrasse

La pression de la conscience

Moi, tu sais, je ne crois pas aux décisions extérieures. Simplement, je ne crois qu'à une chose : la force de la Conscience qui fait une **PRESSION** comme ça (*geste écrasant*). Et la Pression va en augmentant... Ce qui fait qu'elle va décanter les gens. (...)

Mais tu sais, je ne crois qu'à ça: la pression de la Conscience. Tout le reste, ce sont les choses que les hommes font ; ils les font plus ou moins bien, et puis ça vit, et puis ça meurt, et puis ça change et puis ça se déforme et puis... — tout ce qu'ils ont fait. Ce n'est pas la peine. Il faut que la puissance d'exécution soit d'en haut, comme cela, impérative (*geste de descente*). Et alors, pour cela, il faut que ça (*Mère désigne le front*), ça reste tranquille. Pas dire : "Oh ! il ne faut pas ceci, oh ! il faut cela, oh ! nous devons faire..." Paix-paix-paix, Il sait mieux que vous ce qu'il faut.

Note biographique

La Mère est née à Paris le 21 février 1878. Prénommée Mirra, elle était la fille de Maurice Alfassa, banquier, né à Andrinople (Turquie) en 1843, et de Mathilde Ismaloun, son épouse, née à Alexandrie (Egypte) en 1857. En 1877 — un an avant la naissance de Mirra — Maurice et Mathilde, accompagnés de leur fils Mateo, né à Alexandrie en 1876, avaient quitté l'Egypte pour s'établir en France. Mirra reçut sa première éducation chez ses parents, puis fut envoyée dans un cours privé, et ensuite étudia le dessin et la peinture dans un studio. Peintre de talent (certains de ses tableaux ont été exposés dans un Salon parisien), elle était aussi excellente musicienne, notamment pianiste, et commençait déjà à écrire.

Parlant de ses premiers pas dans la vie spirituelle, la Mère a écrit :

"Entre 11 et 13 ans, une série d'expériences psychiques et spirituelles me révéla non seulement l'existence de Dieu, mais la possibilité de s'unir à Lui, de le réaliser intégralement en conscience et en action, de Le manifester sur terre dans une vie divine."

À deux reprises — en 1906, puis en 1907 — la Mère se rendit à Tlemcen (Algérie) pour y étudier l'occultisme auprès de deux initiés : un Polonais, Max Théon, et sa femme irlandaise Aima. De retour à Paris elle fondait une association de chercheurs spirituels. Entre 1911 et 1913, elle donna de nombreuses causeries devant diverses associations parisiennes.

À l'âge de 36 ans, la Mère vint à Pondichéry (Inde) pour y rencontrer Sri Aurobindo. Elle le vit la première fois le 29 mars 1914 et reconnut aussitôt en lui le maître qui, depuis de longues années, la guidait intérieurement dans son évolution spirituelle. Elle dut quitter Pondichéry onze mois plus tard pour rentrer en France ; elle y demeura une année avant de se rendre au Japon où elle résida près de quatre ans.

Le 24 avril 1920, la Mère s'installa définitivement à Pondichéry. Après son arrivée, le nombre des disciples qui s'étaient groupés autour de Sri Aurobindo augmenta peu à peu ; c'est ce groupe qui devait plus tard devenir l'Ashram. Dès sa fondation en novembre 1926, Sri Aurobindo en confia la direction matérielle et spirituelle à la Mère. Sous sa conduite, durant près de cinquante ans, l'Ashram devint une vaste communauté aux multiples aspects ; il compte aujourd'hui environ 1200 personnes, auxquelles s'ajoutent plusieurs centaines de disciples et sympathisants qui, sans émarger au budget de la communauté, vivent dans le même quartier de Pondichéry et prennent part à ses activités. En 1943, la Mère fonda une petite école qui prit de l'extension et devint le Centre international

d'éducation Sri Aurobindo ; inauguré le 6 janvier 1952, le Centre compte actuellement environ 450 étudiants. La Mère a aussi présidé à la fondation d'une cité internationale, Auroville, "Cité de l'Aurore", située à huit kilomètres de Pondichéry. La première pierre a été posée le 28 février 1968. Auroville compte aujourd'hui quelque 800 habitants originaires de l'Inde et de l'étranger.

La Mère a participé aux activités quotidiennes de l'Ashram jusqu'à l'âge de 84 ans. En mars 1962, elle s'est retirée dans sa chambre, mais n'en a pas moins continué à guider l'Ashram et à recevoir des visites. Elle a quitté son corps le 17 novembre 1973, à l'âge de 95 ans.

Au sujet de la Mère, Sri Aurobindo a écrit : "La conscience de la Mère et la mienne sont une seule et même conscience..." et aussi : "Il n'y a pas de différence entre le chemin de la Mère et le mien ; nous avons et avons toujours eu le même chemin, celui qui mène à la transformation supramentale et à la réalisation divine..."

Le jour de son quatre-vingtième anniversaire, la Mère a résumé sa vie et son œuvre en ces termes :

"Les réminiscences seront courtes.

"Je suis venue dans l'Inde pour rencontrer Sri Aurobindo ; je suis restée dans l'Inde pour vivre avec Sri Aurobindo. Quand il a quitté son corps, j'ai continué à vivre ici pour faire son œuvre : servir la vérité et éclairer l'humanité, afin de hâter le règne sur la terre de l'Amour Divin."

La Voie Ensoleillée

L'appel

La grande aventure (*10 juillet 1957*)

La plus sublime des aventures (*12 octobre 1955*)

Un tournant décisif (*27 mars 1957*)

La valeur de l'éducation

On rêve de miracles (*31 juillet 1957*)

L'art de vivre (*2 juin 1954*)

Il faut se former (*28 juillet 1954*)

Maîtriser ses impulsions (*15 septembre 1954*)

Obéir à la raison (*8 mai 1957*)

La raison se développe comme les muscles (*25 mai 1955*)

La culture de l'être (*23 février 1955*)

Les désirs d'un enfant (*24 novembre 1954*)

Désir et besoin (*25 janvier 1951*)

Abandonner son désir (*9 février 1955*)

Petites victoires (*8 avril 1953*)

Commencer par soi (*7 octobre 1953*)

Morale, religion, yoga

Spiritualité et moralité (*4 août 1929*)

La morale est-elle une aide ? (*16 mai 1956*)

Servir l'humanité (*8 avril 1953*)

La religion (*9 juin 1929*)

Yoga et religion (*23 mai 1956*)

L'enseignement de Sri Aurobindo (*P.A., 26 avril 1961*)

Pour faire le yoga (*8 juin 1955*)

Pourquoi désirez-vous le yoga ? (*7 avril 1929*)

Soumission, don de soi, humilité

Les deux chemins du yoga (*14 avril 1929*)

Fais de moi ce que Tu veux (*Ent. 1930-31, p. 182*)

La joie du don intégral (*4 août 1929*)

La soumission la plus importante (*28 avril 1951*)

Le yoga est fondé sur l'offrande (*28 avril 1929*)

La flamme dans le cœur (*13 mai 1953*)

Ascétisme et bon sens (*15 décembre 1954*)

La discipline extérieure (*25 août 1954*)

La vraie humilité (*13 mai 1953*)

Plasticité (*30 septembre 1953*)

Ouvrir les portes de son être (*Ent. 1930-31, p. 191*)

Sincérité, vigilance, volonté

Être sincère (*1^{er} août 1956*)

La sincérité parfaite (*12 mai 1954*)

Le baromètre de la sincérité (*7 juillet 1954*)

Le miroir psychique (*1^{er} avril 1953*)

Que faire des mauvaises pensées ? (*26 septembre 1956*)

Offrir au lieu de repousser (*N.C., 13 décembre 1969*)

Les deux côtés du travail (*18 janvier 1956*)

Vigilance (*C.D., 17 janvier 1958*)

Le rejet des mouvements inférieurs (*22 septembre 1954*)

Commencer par le dehors (*5 août 1953*)

La propreté intérieure (*26 avril 1951*)

Construire plutôt que détruire (*6 octobre 1954*)

Se garder du désespoir (*P.A., 4 mai 1960*)

Le choix (*29 septembre 1954*)

Pourquoi retomber dans l'erreur ? (*5 septembre 1956*)

Fortifier sa volonté (*3 novembre 1954*)

Apprendre à vouloir (*29 septembre 1954*)

Influences extérieures et forces adverses

Les autres sont un miroir (*P.A., 7 novembre 1958*)

Ne pas répondre aux injures (*28 avril 1951*)

Être bon pour être bon (*C.D., 13 juin 1958*)

Le seul remède (*11 mai 1967**)

Les influences des autres (*20 juillet 1955*)

S'ouvrir au Divin seul (*7 juillet 1954*)

Prendre du recul (*Ent. 1930-31, pp. 223-24*)

Ceci n'est pas moi (*5 mai 1929*)

Le renvoi des forces adverses (*10 juin 1953*)

Le petit trou fait par la vantardise (*19 janvier 1955*)

Courage, endurance, effort

La peur est une impureté (*15 août 1956*)

La peur est un manque de confiance (*14 mars 1951*)

Vaincre la peur (*10 mars 1954*)

Le vrai courage (*26 janvier 1955*)

Plaisir et douleur (*13 février 1957*)

Les coups du Seigneur (*P.A., 18 mai 1960*)

La légitimation des malheurs (*15 septembre 1954*)

Ne jamais se décourager (*5 mars 1951*)

Recommencer aussi longtemps qu'il le faut (*25 janvier 1956*)

Savoir payer le prix (*22 mars 1957*)

C'est l'effort qui donne la joie (*13 janvier 1951*)

Réceptivité et aspiration

La force vitale universelle (*4 mai 1955*)

Recevoir les forces (*4 mai 1955*)

Les trois sources d'énergie (*31 mars 1954*)

Activité et passivité (*21 avril 1954*)

La flamme et le vase (*21 avril 1954*)

Aspiration et réceptivité (*28 avril 1954*)

Ouvrir la porte scellée (*13 août 1958*)

L'aspiration est comme une flèche (*13 juillet 1955*)

Concentration, méditation, travail

Concentrer l'attention *(23 juillet 1958)*

L'attention parfaite *(23 décembre 1950)*

Le centre de l'aspiration *(5 juin 1957)*

La méditation dynamique *(14 mars 1956)*

Méditation et progrès *(21 avril 1929)*

Méditer en toutes circonstances *(17 février 1951)*

Être maître chez soi *(10 avril 1957)*

Le corps a besoin d'activité *(10 mars 1970*)*

Se souvenir et offrir *(28 avril 1929)*

L'Œuvre divine

Les trois victoires *(14 décembre 1955)*

Consécration à l'Œuvre divine *(21 décembre 1955)*

L'Œuvre à accomplir *(8 juin 1955)*

La vraie honnêteté *(2 juin 1954)*

L'esprit de l'Œuvre divine *(4 août 1954)*

Paix et tranquillité

L'illusion de l'action *(26 mai 1929)*

Apprendre à être tranquille *(5 novembre 1958)*

Paix, paix, paix *(8 septembre 1954)*

Asseyez-vous donc tranquillement *(CD., 16 mai 1958)*

Élargir sa conscience *(29 septembre 1954)*

S'ouvrir aux régions supérieures *(22 septembre 1954)*

L'expérience spirituelle et psychique

L'expérience spirituelle *(15 décembre 1954)*

Sortir des mots *(3 février 1951)*

Vivre ça *(17 février 1954)*

Naître à l'esprit *(26 novembre 1958)*

Le renversement de conscience *(8 juin 1955)*

Prendre conscience de son être psychique *(17 août 1955)*

L'être psychique *(26 mai 1929)*

L'habitacle du Divin (*14 avril 1929*)
 Le pourquoi de la vie physique (*6 juin 1956*)
 La fonction de l'être psychique (*9 juin 1954*)
 L'être psychique et les circonstances de la vie (*19 janvier 1955*)
 L'être psychique et la vérité (*18 janvier 1951**)
 La perception du psychique (*Ent. 1930-31, p. 214*)
 Peut-on faire le yoga avec sa tête ? (*19 mai 1954*)
 Les ailes du cœur (*7 décembre 1955*)

Ego et don de soi

Sortir de l'ego (*19 mai 1954*)
 Taper contre la coquille (*22 septembre 1954*)
 Couper le nœud de l'ego (*3 novembre 1954*)
 Ceux qui tirent (*19 mai 1954*)
 Offrir au lieu de tirer (*18 décembre 1957*)
 Plus on donne, plus on grandit (*19 août 1953*)
 Le don sans réserve (*20 juillet 1955*)
 Le don de chaque minute (*17 février 1951*)
 L'offrande de la volonté (*21 avril 1929*)
 La petite voix tranquille (*14 avril 1929*)
 Connaître la Volonté divine (*14 mars 1951*)
 L'attitude vraie (*30 janvier 1957*)

La foi et la Grâce

Garder la foi (*6 octobre 1954*)
 La foi par l'aspiration (*10 novembre 1954*)
 La confiance candide d'un enfant (*17 novembre 1954*)
 Veiller sur sa foi (*9 juillet 1958*)
 L'action de la Grâce (*1^{er} août 1956*)
 Sentir le besoin de la Grâce (*15 septembre 1954*)
 Le pécheur et la Grâce (*7 juillet 1954*)
 S'identifier à la Grâce (*7 mars 1956*)

La maîtrise de ses pensées

Les pensées mauvaises (*19 décembre 1956*)

Maîtriser ses pensées (*10 février 1954*)

Se concentrer sur ce que l'on veut être (*CD., 7 mars 1958*)

L'imagination (*Ent. 30-31, pp. 219-20*)

L'imagination ouvre le chemin (*6 juillet 1955*)

L'atmosphère que l'on crée (*C.D., 27 décembre 1957*)

Créer sa vraie atmosphère spirituelle (*6 octobre 1954*)

La culture des facultés mentales et artistiques

Faire beaucoup de choses différentes (*10 février 1954*)

Éducation et liberté (*75 décembre 1954*)

L'éducation intellectuelle (*17 septembre 1958*)

Organiser ses idées (*3 février 1954*)

Former sa propre manière de penser (*28 juillet 1954*)

Cristalliser sa pensée (*24 juin 1953*)

Retenir ce qu'on apprend (*23 mars 1955*)

La connaissance au-dedans (*19 mai 1929*)

Les lectures qui éveillent (*22 juin 1955*)

Comment lire Sri Aurobindo (*P.A., 19 septembre 1958*)

Comment écouter la musique (*20 octobre 1954*)

Le sens de la beauté (*Juillet 1958**)

Gratitude (*25 janvier 1956*)

L'art véritable (*28 juillet 1929*)

Art et yoga (*28 juillet 1929*)

L'art vivant (*30 mai 1956*)

Belles histoires (*26 février 1951*)

La vie de chaque jour

Le matérialisme des temps modernes (*C.D., 24 janvier 1958*)

Ésaù et Jacob (*9 juin 1954*)

Le prix du succès (*21 juillet 1954*)

La parfaite égalité d'âme (*P.A., 25 mai 1960*)

Le don total (*11 janvier 1956*)

Le meilleur usage de l'argent (16 février 1955)
 L'argent n'appartient à personne (10 avril 1968*)
 La valeur de la production (3 mai 1951)
 Le respect de l'objet (16 février 1955)
 Nourritures (23 juin 1954)
 Manger juste (23 février 1955)
 Offrir ce que l'on mange au Divin (7 juillet 1954)
 La vie sans drogues (28 juillet 1970*)
 L'alcool et les drogues (4 janvier 1956)
 Le tabac et l'alcool (24 mars 1954)
 Le yoga et les impulsions sexuelles (14 avril 1929)
 L'activité sexuelle (N.C., 27 novembre 1965)
 Apprendre à mieux aimer (19 septembre 1956)
 Savoir ce qu'est l'amour (14 avril 1954)
 L'Amour divin (19 mai 1954)
 Avant de s'endormir (2 mars 1955)
 Comment ne pas tomber malade (11 mai 1955)
 Au moment de mourir (29 décembre 1954)
 Les cérémonies religieuses (30 juin 1954)
 Les exercices religieux (30 juin 1954)
 Vie spirituelle d'Orient et d'Occident (14 avril 1929)

Paroles, opinions, jugements

Le pouvoir du mantra (5 mai 1951)
 Les mots indispensables (C.D., 6 juin 1958)
 Les potins (26 février 1951)
 Élargir sa pensée (12 août 1953)
 Les affaires d'autrui (P.A., 14 septembre 1956)
 Le besoin de juger (26 juin 1957)
 Reconnaître qu'on ne sait pas (P.A., 21 novembre 1958)

Vertu, pureté, liberté

Le soleil du rire divin (P.A., 14 janvier 1953)

N'essayez pas d'être parmi les purs (P.A., 21 janvier 1962)

La pureté totale (22 décembre 1954)

Le droit d'être libre (P.A., 17 octobre 1958)

Liberté et morale (1^{er} octobre 1958)

Liberté et ascétisme (P.A., 16 septembre 1964)

Liberté et service (6 mars 1957)

Liberté et soumission (20 juillet 1955)

Effort, patience, progrès

Allez plus loin (2 octobre 1957)

Se débarrasser de tous les liens (9 juin 1929)

Le progrès sans limites (12 décembre 1956)

Le progrès sans parti pris (N.C., 7 octobre 1954)

La joie du progrès (8 août 1956)

Intensité et impatience (P.A., 16 septembre 1964)

Vivre dans une éternité (22 septembre 1954)

Le temps : ami ou ennemi? (30 novembre 1955)

L'effort de progrès (23 avril 1958)

Progrès horizontal et vertical (2 février 1955)

Le vrai progrès (2 février 1955)

Il faut choisir (21 avril 1951)

Rien n'est fait à moins que tout ne soit fait (26 décembre 1956)

Parce que les autres ne le font pas ? (8 juin 1955)

L'ami des bons et des mauvais jours (13 mars 1957)

Le Divin, le monde et l'homme

Lui seul (5 mai 1951)

Demander au Divin (25 avril 1956)

Vouloir le Divin (29 septembre 1954)

Connaître le Divin (12 août 1953)

Le Suprême a le sens de l'humour (P.A., 5 décembre 1958)

L'athée et le croyant (P.A., 11 mai 1960)

Le monde matériel (30 juin 1929)

Le Divin n'est pas un étranger (*8 juin 1955*)

Il n'y a pas autre chose que Lui (*P.A., 7 juillet 1961*)

Dieu et l'univers (*14 octobre 1953*)

Une comédie qu'il se joue à Lui-même (*P.A., 12 octobre 1962*)

Le jeu du Suprême (*N.C., 18 mai 1966*)

Laisser faire le Seigneur (*P.A., 12 octobre 1962*)

La seule solution (*N.C., 16 août 1969*)

Ce que Tu veux CMC, *10 mars 1973*)

La pression de la conscience (*17 janvier 1970**)