

# ENTRETIEN AVEC NANIMA

Rishikesh 21 octobre 2015

*La Compassion - Oublier l'ego  
Aider l'autre - L'hospice  
Ganga*



Anglaise d'origine, Nanima vit depuis une cinquantaine d'années en Inde. Elle a d'abord vécu en méditation près de son maître puis en ermite. Elle a beaucoup médité et étudié les Ecritures.

Les inondations de 2013 ont tout emporté de son ashram en montagne près d'Uttarkashi. Malgré tout, sa dévotion à Ganga reste intacte.

Vivant aujourd'hui dans un nouvel ashram à proximité de Rishikesh, Nanima est engagée dans l'accompagnement des cancéreux en phase terminale pour les aider au grand passage.

C'est là que nous la rencontrons. Elle partagera avec nous sa longue expérience de la méditation, de la maîtrise du mental et sa réalisation spirituelle. .

**Nanima** nous demande :

- Pourquoi êtes-vous venus en Inde ? Etes-vous tous venus avec une démarche spirituelle ?
- Oui. Pour les rencontres aussi.
- Vous pouvez poser des questions sur tous les sujets car tout est spirituel. Vous pouvez demander ce que vous voulez sur la *sādhana* (la pratique spirituelle) et les choses se développeront d'elles-mêmes.

## **Q : Qu'est-ce que la compassion ?**

La compassion est une qualité très *sattvique*<sup>1</sup>. Au début d'un cheminement spirituel la compassion est une belle qualité qui nous permet de comprendre la fraternité, la similarité entre chacun de nous. Mais en progressant nous donnons un autre sens à la compassion et nous comprenons notre unité.

Au début, la pratique de la compassion nous permet de nous transformer. Dans les Ecritures, il est dit que le meilleur moyen de faire un travail sur nos limites habituelles est de cultiver leurs opposés. La compassion est utilisée par ceux qui ont une tendance habituelle à

---

1 Selon la philosophie indienne, l'univers est composé de trois qualités, les *Guṇa*, qui émanent de l'énergie primordiale :

- *Sattva* est une qualité d'harmonie, d'équilibre, de pureté.
- *Rajas* est une qualité de désir, d'action, de création.
- *Tamas* est une qualité d'inertie, de lourdeur, d'obscurité.

Une **qualité sattvique** génère donc harmonie, paix, lumière, clarté...

être en colère ou qui mettent de la distance entre eux et les autres. Pratiquer la compassion permet alors de se rapprocher des autres.

Le deuxième degré de la compassion nous permet de découvrir que nous pouvons comprendre et voir en l'autre ce que nous sommes. En fin de compte nous comprenons qu'il n'y a aucune différence entre l'autre et nous-mêmes.

Enfin, le degré le plus élevé de la compassion nous permet d'appréhender les autres comme une partie de nous-mêmes de la même façon qu'une partie de notre corps peut éprouver de la compassion pour une autre partie de notre corps. Par exemple, si je me fais mal au pied, immédiatement, sans y penser, mes mains vont saisir mon pied pour s'en occuper car c'est une partie de moi qui a été blessée.

D'une certaine manière tout est soi-même et quand la compassion se développe à un niveau élevé il n'y a plus aucune pensée. Nous sommes naturellement là pour les autres et l'étape finale est la réalisation de l'unité.

### **Q : Y-a-t-il une technique pour développer la compassion ? Comment s'y prendre ?**

Nous développons la compassion en traitant les autres comme nous aimerions être traités nous-mêmes, comme nous pourrions nous traiter nous-mêmes ou comme nous aimerions que les autres nous traitent.

Consciemment et à tout moment.

Quand nous sommes en colère ou quand nous ne sommes pas bons avec les autres, nous aimerions que les autres puissent comprendre que nous ne sommes pas vraiment en colère, mais que nous avons juste un problème. Nous avons besoin de quelqu'un de sympathique près de nous qui nous permette de découvrir quel est vraiment notre problème. C'est de cette manière que nous pouvons agir envers les autres, parce que nous sommes tous identiques et avons des comportements similaires.

Tout doit être mis en pratique. Parfois dans un *satsang*<sup>2</sup> les choses paraissent simples, mais quand nous commençons à les pratiquer ce n'est pas aussi simple que ça en avait l'air. Malgré tout nous devons pratiquer.

### **Q : Quand on a l'impulsion spontanée d'aider, de faire comme on ferait pour soi-même, on reçoit parfois le refus, le rejet des personnes qui ne veulent pas de l'aide proposée. C'est douloureux. Que faire alors ?**

Oui, c'est douloureux bien sûr, mais il s'agit d'abord de comprendre ce que veut dire aider. Aider quelqu'un n'est pas imposer ses pensées à quelqu'un d'autre. C'est plutôt trouver ce dont l'autre personne peut avoir besoin. La première chose est d'éviter de considérer que "je sais". Pour aider quelqu'un, il est nécessaire de se vider entièrement de soi-même pour être entièrement là avec l'autre. Et, dans ce cas, nous ne sommes jamais blessés parce que nous n'avons pas non plus d'attente. Si nous voulons aider quelqu'un pour avoir un certain retour, nous allons être blessés.

Si nous savons qu'une personne a besoin d'aide, nous pouvons simplement dire à cette personne que nous sommes présents pour elle. Parfois la personne sait clairement ce dont elle a besoin et l'exprime directement, mais parfois ce n'est pas très clair. Dans ce cas-là, il faut simplement rester patient et permettre à la personne de comprendre que nous sommes là pour elle. Parfois nous pouvons être violemment rejetés, mais, si nous sommes vraiment là pour cette personne, cela n'a pas d'importance. Par contre, si nous sommes là pour nous-mêmes, nous allons être déçus. Il nous est donc nécessaire de bien regarder en nous-mêmes afin de comprendre nos raisons d'être là.

---

<sup>2</sup> *Satsang* : *Sat* : ce qui est, ce qui est réel. *Saṅgha* : assemblée, communauté. *Satsang* désigne une assemblée où les échanges se font en présence d'un maître.

## Q : Comment faire pour rendre l'ego moins fort ?

La seule manière réelle c'est de l'oublier !!!

On peut le faire de plusieurs manières. Ces voies nous ont été décrites par les saints et par les Ecritures : ce sont les voies spirituelles.

- Il y a le chemin du *Karma-Yoga*. On s'immerge dans une action d'aide aux autres. On ne pense qu'aux autres et tout notre temps est dévolu à cela.

- Il y a la voie de la dévotion, *Bhakti-Yoga*, dans laquelle on tombe amoureux de Dieu.

On dit en Inde qu'il y a deux types de relations dans lesquelles on s'oublie soi-même :

La première c'est la mère avec son petit enfant. Elle n'a pas le temps de penser à elle-même car elle est en permanence attentive à ce qui peut se passer pour son enfant.

La deuxième manière c'est quand on tombe amoureux... au début !!! A ce moment-là on n'a pas le temps de penser à quoi que ce soit d'autre. On ne parle que de cela, on ne pense qu'à cela, on ne rêve que de cela. Si on tombe amoureux de Dieu de cette manière, on s'oublie aussi soi-même.

- Un autre chemin, celui de la connaissance, *Jñāna-Yoga*, peut inclure au début la méditation. C'est un chemin vraiment similaire à la voie de la dévotion qui porte un autre nom. Ce chemin est celui de ceux qui tombent complètement amoureux de la Conscience Pure, du Soi, du Divin.

Tous ces moyens aident à lâcher prise avec l'ego car le mental s'investit dans quelque chose d'autre : il ne peut pas rester tranquille s'il ne s'accroche pas à quelque chose. Le mental n'existe que lorsqu'il a un objet. Quand il n'y a plus d'objet il n'y a plus de mental, il n'y a plus de problème !

En Inde nous comparons le mental avec la trompe de l'éléphant qui veut toujours attraper quelque chose. Elle est comme le mental qui a toujours besoin de saisir quelque chose. Quand on doit amener un éléphant au marché on lui donne un bâton à tenir avec sa trompe. Sinon il attrape tout ce qui est à sa portée !!! De la même façon, on donne au mental quelque chose à tenir, sinon l'ego présent dans le mental a besoin d'objet à saisir. La façon qu'a l'ego de se manifester dans le monde c'est de s'attacher à quelque chose, de désirer quelque chose, de haïr quelque chose. Il crée alors un univers dont il est le centre et, dans cette position, il pense que tout est pour lui. Il faut donc lui donner quelque chose d'autre, quelque chose de bon pour lui. Certes, on a planifié de tuer l'ego, mais on ne le lui dit pas au début ! Toutes ces voies spirituelles sont des voies dans lesquelles l'ego va s'investir et finalement cela va permettre de réduire son importance.

Nous sommes entraînés depuis l'enfance à ce que ce monde soit là pour nous. Nous devons étudier pour avoir une bonne situation qui va nous permettre d'obtenir beaucoup d'argent. Nous allons mettre du maquillage pour attirer les petits copains. Nous pouvons croire que tout est à prendre. L'ego peut voir le monde comme un magasin dans lequel tout est là pour lui.

Quand nous voulons tuer l'ego il est nécessaire de lui enseigner autre chose. Graduellement, lui apprendre à ne pas agir uniquement pour lui-même. Cela peut être un chemin vers Dieu, que nous le considérons avec ou sans forme.

Nous pouvons aussi prendre un chemin de *seva*<sup>3</sup> dans lequel les autres ont la part la plus importante. Une petite clé : comprendre que nous ne sommes pas ici pour prendre, mais pour donner. Nous sommes une petite partie d'un vaste univers et d'une vaste présence au-delà de nous-mêmes. Dans cet univers nous avons une fonction. Il s'agit de déterminer quelle est cette fonction et de bien l'exécuter.

La question suivante pourrait être : comment savoir quelle est ma fonction ? Nous sommes là pour aider les autres et ce n'est pas juste une fonction pour une journée. Par

---

3 *Seva* : service désintéressé.

exemple, vous êtes en groupe. Restez conscients des besoins des autres personnes du groupe. Quand vous êtes chez vous, soyez conscients des besoins des membres de votre famille. Soyez aussi attentifs aux personnes avec lesquelles vous travaillez ainsi qu'aux personnes qui arrivent dans votre vie pour une raison ou pour une autre. Au lieu de penser à ce dont nous avons besoin, pensons à ce dont ils ont besoin. Soyez attentifs à ce qui est nécessaire.

C'est beaucoup plus dur à faire quand on n'est pas sur un chemin spirituel. Mais là aussi c'est difficile. Nous devons travailler sur tout, toutes les choses, même dans les tâches très quotidiennes comme faire un petit déjeuner ou une tasse de thé.

Mais il s'agit de trouver un bonheur continu. Alors il y a un petit peu de travail à faire ! Le jeu en vaut la chandelle !

### **Q : Pourriez-vous nous parler de votre propre chemin, des moments-clé de votre parcours ?**

Pour arriver à mon âge, c'est tellement long !!!

Voici ce que je considère comme des points culminants :

- Apprendre à ne pas avoir peur.
- Apprendre que tout est beau.
- Apprendre que si on va un petit peu sur le chemin du divin, le chemin du divin s'ouvre.
- Et, comme dans la *Bhagavad-Gītā*, réaliser que le divin est tout autour de nous et en nous.

Ce sont les points culminants de ma vie spirituelle.

Que voulons-nous ? Nous voulons être heureux. Je ne crois pas que qui que ce soit veuille quelque chose d'autre. Ce bonheur-là émerge quand on perd la peur des autres. Alors nous pouvons vraiment aimer, nous aimer nous-mêmes et aimer les autres et Dieu.

Si je me souviens bien, la vie peut être pleine de peurs : Que va penser de moi cette personne ? Vais-je réussir ? Vais-je obtenir cette chose que j'aimerais ? Cette personne va-t-elle me quitter ? Vais-je échouer ? Suis-je ridicule ? C'est comme si nous étions entourés d'une meute de chiens qui aboient ! (*Rires : les nuits précédentes ont justement été entrecoupées par des chiens qui aboyaient...*)

Le point culminant de ma vie a été de sortir de tout cela. Après, c'est vraiment bien. Les autres choses vont et viennent : parfois la nourriture est bonne, parfois mauvaise. Parfois quelqu'un vous aime, parfois quelqu'un ne vous aime pas. Parfois vous réussissez, parfois vous échouez. Certaines personnes pensent que vous êtes merveilleux, d'autres pensent que vous êtes nuls.

C'est toujours dans l'alternance et cela n'a rien d'important. Ce ne sont que des hauts et des bas. S'il y avait là un point culminant, il y aurait aussi un point de chute !

Le point culminant est de sortir de tout ça. Car, finalement, tout se révèle identique. La nourriture, les vêtements, tous les plaisirs de la vie sont identiques. Il n'y a plus du tout de point culminant à ce niveau-là.

### **Dans la Bible il est dit : "Aime ton prochain comme toi-même". Pour moi c'est plus facile d'aimer mon prochain que de m'aimer moi-même. J'ai beaucoup de peurs et je ne m'aime pas beaucoup.**

Je ne pense pas qu'on puisse vraiment aimer les autres sans s'aimer soi-même, mais si vous aimez les autres, observez que vous les aimez malgré leurs erreurs. Vous connaissez leurs erreurs et vous les aimez malgré tout. Faites la même chose pour vous-même.

Une personne avait l'habitude de se lever à trois heures du matin pour faire des pratiques. Si elle était en retard elle commençait à s'auto-flageller. Elle réalisait cependant que, parfois, elle était en retard et que, parfois, d'autres l'étaient à leur tour. De la même façon que vous pourriez le dire aux autres, elle disait : "Ce n'est pas grave ne t'en fais pas !" Elle a dû apprendre à se le dire à elle aussi !

Le divin n'est pas inerte. Il sait quelles sont nos faiblesses. Il est très compréhensif et nous connaît mieux que nous nous connaissons nous-mêmes. Il a beaucoup plus de compassion que nous n'en pourrions jamais donner.

Que le Divin devienne votre compagnon. Un compagnon aimant. Dites-lui que vous faites de votre mieux. Il ne va jamais en demander plus. Et même si vous ne faites pas de votre mieux, en réalité, vous avez tenté. Et c'est tout ce qui est nécessaire ; continuer juste à tenter le mieux. Il n'y a aucune raison d'avoir peur. Le divin n'est rien d'autre que notre soi le plus proche. Il n'en est pas séparé. Il connaît chaque partie de nous-mêmes. Vous n'avez besoin ni d'avoir peur ni de vous sentir coupables. Vous faites juste de votre mieux et, si vous n'y arrivez pas, excusez-vous simplement. Dites je tenterai encore : ça suffit ; s'auto-flageller empire les choses.

Nous sommes tous aussi bons les uns que les autres. Tout le monde est merveilleux vraiment ! Mais nous faisons tous des erreurs ! Il faut alors aider les autres et s'aider soi-même à être ce que l'on est. Nous désirons tous être heureux et vivre confortablement. C'est comme lorsqu'il y a beaucoup de personnes dans un petit bateau, il est nécessaire que chacun se place bien de façon à ce que tous soient installés confortablement.

Ce n'est pas toujours facile, mais il faut s'en rappeler. Vous êtes ici en Inde et vous écoutez différents *satsang*. Si vous entendez quelque chose de particulièrement utile pour vous, prenez-en note et quand, rentrés chez vous, vous serez face à ce problème, cela vous aidera à vous en rappeler. C'est la même chose dans la lecture des Ecritures, cela semble évident, mais, quand vous faites face au problème, souvenez-vous de ce que vous avez pu étudier et mettez-le en pratique encore et encore.

Si vous êtes malades, il ne vous suffit pas de lire la notice d'un médicament pour guérir. Il vous faut le prendre jusqu'à complète guérison !

**Q : Dans votre travail à l'hospice avec les personnes cancéreuses en fin de vie, qu'avez-vous appris sur la vie après la mort ?**

J'ai d'abord appris que rien n'a d'importance dans cette vie. Quand on travaille à l'hospice et qu'on voit quelqu'un mourir, on se rend compte que progressivement tout se referme. Il ne peut plus entendre, ne peut plus parler, ne peut plus voir. Quel était le sens de sa vie ?

Une vie aura eu un sens si la personne a pu conduire les autres vers du bonheur. Alors, elle pourra lâcher prise avec ce corps et aller dans d'autres formes. Les gens ont une peur extraordinaire de la mort. Pourtant cela nous a été généreusement donné par Dieu pour nous protéger car, si nous n'avions pas peur, nous ferions toutes sortes de choses stupides. Mais on ne doit pas redouter la mort. Le seul moyen de ne pas avoir peur, c'est de savoir que nous sommes autre chose que le corps. C'est le but du chemin spirituel : se reconnaître, soi-même comme quelque chose d'autre. J'ai appris à reconnaître ceux qui ont cette connaissance-là et ceux qui ne l'ont pas. Ceux qui ne l'ont pas sont comme un homme en train de se noyer. Sinon la mort peut-être une transition, c'est rare, mais ça peut être un but.

Travailler avec la mort a stimulé mon détachement.

**Q : Que leur transmettez-vous ?**

Rien, je les aime. C'est tout. C'est juste de mon cœur à leur cœur.

**Q : Vous arrive-t-il parfois de leur dire qu'ils peuvent partir ?**

Jusqu'à présent, je ne pouvais pas être là juste au moment où une personne mourait. J'ai pu rendre visite à des mourants et leur ai dit qu'il pouvaient s'abandonner. Mais ici, juste à côté, l'hospice va ouvrir bientôt et j'aurai davantage l'occasion d'y être. S'il m'arrive alors d'être présente au moment où quelqu'un mourra, je dirai cela avec d'autres mots.

**Q : Que faites-vous le matin, qui vous donne tant de courage et vous aide dans votre journée ?**

La méditation. J'entre aussi proche que possible de moi-même et du divin, quel que soit le nom que vous donniez à cela, Vérité ou Conscience. Je ne fais pas cela toute la journée, mais vraiment le matin. Le matin, je fais aussi l'*āratī*, la *pūjā*.

Quand je me lève le matin, je tente de m'asseoir sans réveiller les chats. Sinon ils viendraient tous sur moi ! J'aime méditer un moment avant de me lever. Ensuite, après avoir pris mon bain, je médite encore. Puis je donne du lait aux chats. Je fais la *pūjā* et je chante. Et la journée commence.

**Q : Quand vous parlez d'aider les autres, que voulez-vous dire ?**

Je peux leur permettre d'entrer dans la pratique.

Au début d'un chemin spirituel ce que nous lisons semble extérieur à nous. Puis, graduellement, cela nous imprègne et fait peu à peu partie de nous-mêmes. Ce qui me paraît important c'est la nécessité de pratiquer quelques soient les propos que nous entendons, les livres que nous lisons ou ce que nous comprenons.

C'est comme si nous prenions une lampe de poche quand il fait nuit. En dirigeant la lampe devant nous, nous pouvons voir le chemin sur une petite distance. Nous devons alors avancer de quelques pas pour que la lumière puisse éclairer un peu plus loin.

Notre chemin spirituel est ainsi. L'enseignement nous sert de lampe de poche et la mise en pratique des enseignements est comme les pas qu'il nous faut faire pour avancer. Alors, en poursuivant, nous commençons à comprendre peu à peu la nature de ce que nous sommes, la nature de notre esprit, la nature du cosmos et la nature du divin.

Ensuite, nous commençons à ressentir toutes ces choses. Ça ne vient pas aussitôt, mais c'est un peu comme si vous appreniez à cuisiner (*rires : la plus jeune voyageuse de notre groupe est précisément en formation de cuisinière*) : au début vous prenez le livre de cuisine, vous suivez la recette, tant de ceci, tant de cela... Le résultat n'est pas forcément très bon. Mais plus tard vous savez de mieux en mieux ce dont vous avez besoin et comment vous y prendre et... c'est délicieux !

C'est la même chose sur le chemin spirituel. En pratiquant et en entrant à l'intérieur de soi, on comprend.

**Parfois c'est comme si j'étais là pour les personnes de mon entourage qui sont malades. Je n'ai rien voulu. Ce sont elles qui viennent vers moi.**

- *Nanima* : Vous voulez dire que vous êtes automatiquement là ?

- Oui.

- Tout est comme cela réellement. Parfois nous pensons que nous sommes le chef d'orchestre de notre vie. Mais en fait, ce n'est pas cela. En nous investissant dans un chemin spirituel nous apprenons progressivement à suivre et observer la vie. Nous apprenons à ne plus courir en avant et ne pensons plus que nous sommes en train de tout organiser.

Cela se développe en nous, dans le silence et nous le remarquons de plus en plus. Nous apprenons aussi la patience. Nous apprenons à attendre de mieux voir ce que l'on peut faire vraiment. L'étape suivante est d'attendre de voir ce qui va se passer. C'est une étape habituelle du chemin spirituel.

**Q : Pouvez-vous résumer les étapes dont vous venez de parler ?**

- Dans la première étape, la pensée que nous devons tout contrôler domine.
- Dans la deuxième étape, il s'agit d'attendre et de voir ce qu'il est juste de faire.
- Dans la troisième étape, nous pouvons observer ce qui est en train de se passer

Ce que nous pensons que nous sommes, notre individualité, est un des acteurs de la scène.

**Q : Parfois l'un des rôles peut-il être celui de chef d'orchestre ?**

Non jamais. On n'a jamais besoin de l'être, mais, parfois installé dans cette position, il nous est possible de l'observer. En réalité, nous n'avons aucune position.

**Q : Pourquoi est-il si difficile de savoir si ce que nous projetons de faire vient de l'ego ou d'autre chose ? Pourquoi n'est-ce pas clair ?**

Ne vous en faites pas. Si, après une action, vous vous surprenez à la commenter : je n'aurais peut-être pas dû faire cela, c'était peut-être très égoïste... Tentez juste d'éviter de le faire la fois suivante. Mais il est inutile de trop s'en faire. Quand nous agissons, nous devrions naturellement agir depuis notre cœur sans trop d'activité mentale. Parfois, il nous faut réfléchir et nous poser des questions, mais pas au moment où nous sommes vraiment dans la situation. Quand nous sommes dans la situation, il faut agir à partir de notre cœur et si nous nous trompons, évitons de nous faire du souci.

D'ailleurs nous ne nous trompons jamais. Ce qui était écrit est en train de se dérouler, il ne faut donc pas s'en faire pour ce que l'on a fait sinon cela devient très compliqué. Et si nous avons conscience d'avoir fait une erreur, tentons juste d'éviter de la reproduire une prochaine fois.

**Q : Des décisions sont parfois difficiles à prendre. Que faut-il faire pour éviter d'être dans l'ego ?**

D'un point de vue élevé, aucune de nos décisions n'a d'impact sur ce qui va se passer. Mais d'un point de vue empirique, quand il faut prendre une décision, faites de votre mieux.

Jusqu'où comprenez-vous les choses? Quand vous réfléchissez à une décision que vous devez prendre, pensez à ce qui vous semble le mieux pour tout le monde et offrez cette décision au divin : "Ce sera comme Tu le veux". Et si c'était la mauvaise décision ou si l'action ne s'est pas bien déroulée, cela n'a pas d'importance. Ne vous blâmez pas car soyez certains que, dans les limites de votre compréhension, vous avez choisi ce qui vous semblait le mieux.

*Deux jeunes femmes, dont Dominique qui traduit Nanima, sont présentes lors de cette rencontre avec Nanima. La question suivante leur est adressée.*

**Q : Quelles sont vos places près de Nanima ?**

**Dominique :** Je suis ici pour six mois. Je suis psychiatre spécialisée en soins palliatifs. Je viens régulièrement en Inde pour des pratiques spirituelles et depuis l'an dernier je viens aussi aider Nanima à l'hospice.

Avant je venais avec Déborah (l'autre jeune femme) dans l'ashram que Nanima avait dans les montagnes et qui a été emporté par le Gange lors de la grande crue de 2013. Cette

fois-ci Déborah est venue pour faire un mois de retraite, mais, aujourd'hui, Nanima l'a extirpée de la méditation !!!

*De nouveau les questions s'adressent à Nanima.*

**Q : Proposez-vous des retraites ici ?**

Oui, c'est comme ce que je proposais dans les montagnes. Un peu différent malgré tout. Les personnes qui viennent font leur propre retraite. Je ne donne pas d'enseignement, mais, si ces personnes ont des questions, je peux passer du temps avec elles. Si quelqu'un veut un enseignement sur la Gītā, je le fais, comme dans le passé. Mais la plupart des personnes qui venaient à l'ashram dans la montagne et qui viennent maintenant ici font des retraites individuelles. Je tente de les protéger pour qu'elles puissent vraiment se concentrer sur leur pratique. Je propose un cadre.

L'ashram de la montagne et l'ashram d'ici sont très différents. Je ne peux pas offrir le même espace extérieur, mais le même type d'environnement. Si une personne désire un temps de pratique très intense en étant totalement isolée, afin de plonger à l'intérieur d'elle-même, c'est un endroit parfait. Mais il faut avoir envie de cela.

\*\*\*\*\*

**Q : Pouvez-vous nous parler de cet hospice ?**

Oui. Il existe depuis sept ans et de manière pratique depuis cinq ans. Actuellement, nous faisons des visites à domicile. Une fois par mois des oncologues viennent de Delhi dans une clinique proche d'ici. Les patients vont aux consultations et nous dépistons ceux qui ont un cancer et à quel stade il en est. Nous déterminons si ces personnes peuvent être soignées et si oui, de quelle façon, ou bien s'ils ont simplement besoin de soins palliatifs.

S'ils ont besoin d'un traitement, nous voyons s'ils peuvent le payer ou non et s'ils n'ont pas les moyens de le payer nous cherchons des aides.

Nous notons aussi s'ils ont besoin de soins à domicile. Dans ce cas, les médecins et les infirmières vont chez eux et tous les soins sont gratuits.

Très souvent les patients sont très pauvres et n'ont pas du tout d'argent car, souvent, c'est la personne atteinte du cancer qui travaillait et ramenait l'argent. Dans ce cas-là, nous les aidons à se procurer de la nourriture, nous mettons les enfants à l'école, trouvons du travail pour d'autres membres de la famille, dans l'immédiat ou pour plus tard. Parfois il faut que nous achetions le bois pour la crémation, parce qu'ils n'ont même pas l'argent pour cela...

Actuellement, à côté d'ici, il y a un bâtiment en cours de construction pour les nombreux patients ayant besoin d'être hospitalisés. Parfois, chez eux, ils vivent tous ensemble dans une seule pièce. Les phases terminales d'un cancer peuvent être très difficiles à supporter pour les autres personnes de la famille, surtout pour les enfants. C'est pour cela qu'il y a vraiment besoin d'un bâtiment pour accueillir les personnes malades.

Certains patients vivent loin dans la montagne. Ces personnes sont difficiles à joindre. Nous leur envoyons des médicaments et nous enseignons aux membres de la famille à faire les pansements. Lorsque l'hospice sera construit, toutes ces personnes-là pourront, elles aussi, être accueillies.

C'est un travail énorme. Aujourd'hui, en Inde, 80% des patients qui ont un cancer rencontrent un oncologue quand ils sont déjà en phase terminale. Ils ont donc besoin d'un suivi palliatif, besoin d'être aidés pour moins souffrir, besoin d'un contrôle des symptômes. Mais actuellement, il n'y a aucun soutien concernant les soins palliatifs et très peu d'actions



mises en place pour le traitement du cancer. Il n'est pas rare de rencontrer des patients qui hurlent de douleur, mais n'ont pas les moyens de se payer des traitements.

C'est un soin très complet que nous devons pouvoir donner. Il ne s'agit pas seulement de donner des médicaments. Nous devons aussi engager une relation avec la famille et la préparer à la mort d'un de leur membre quand nous savons que cette personne n'a plus beaucoup de temps à vivre. C'est un énorme travail.

Dans l'association, il y a dix à douze personnes employées. Certains s'occupent du travail administratif, de la comptabilité. Il y a deux infirmières, une infirmière-assistante, un médecin à temps partiel et des volontaires. Sans les volontaires bénévoles, ce ne serait pas possible ! Notre organisation est non-gouvernementale et les personnes du conseil d'administration font un énorme travail. Il y a un Président, ministre de la santé à la retraite, qui, au courant des lois, sait de quelle façon procéder pour que nous n'ayons pas de difficultés car nous nous développons. Nous avons également un comptable. Le directeur médical est un oncologue qui, lui aussi, travaille gratuitement. Nous pouvons l'appeler à n'importe quel moment. Six ou sept autres oncologues nous aident aussi. Dans une situation compliquée, si nous ne pouvons pas en joindre un, nous pouvons en joindre un autre.

Des volontaires locaux participent aussi à notre action. Une femme vient traduire quand Dominique est là. D'autres travaillent à la cuisine, aux achats et, si certains volontaires ont des qualifications médicales, ils peuvent travailler avec les patients. Pour l'instant, je ne fais pas travailler les volontaires occidentaux qui n'ont pas d'expérience médicale. Lorsque l'hospice s'ouvrira nous aurons besoin de beaucoup plus de volontaires pour des tâches générales, même s'ils ne savent pas parler hindi. Vous voyez, il y a une très grande force de volontariat.

S'ajoute à cela une recherche constante de fonds. Par exemple, une des personnes qui travaille ici avait constaté que les sommes dépensées pour l'achat de médicaments étaient très importantes. Elle a donc pris contact avec des laboratoires pharmaceutiques. Elle a expliqué aux directeurs de ces laboratoires quelle était notre action et, maintenant, ils nous envoient des médicaments. Des pharmacies nous en donnent aussi. Grâce à ces aides, nous disposons de pratiquement tous les médicaments nécessaires. Nous devons juste en acheter certains très spécifiques.

Les laboratoires pharmaceutiques démarchent les oncologues. Les représentants vont les voir dans leurs propres hôpitaux et leur donnent des échantillons de médicaments gratuits. Les médecins peuvent ainsi nous fournir des médicaments très chers que nous donnons à des patients très pauvres qui n'auraient jamais pu espérer avoir de tels traitements.

Et encore, grâce aux sites internet, une compagnie qui vend de la morphine a contacté les médecins de l'hôpital. La morphine est un produit très difficile à obtenir. Pour une large part, la morphine préparée en Inde va à l'étranger. A Delhi, il n'y a que deux endroits où on peut en obtenir avec des ordonnances et l'attente est très longue, deux ou trois jours. Mais maintenant cette compagnie nous en fait don et nous n'avons plus besoin de faire la queue pendant de longues heures.

On dit qu'en Inde, seulement 3% des personnes ayant un cancer sont suffisamment traitées contre la douleur. C'est une situation difficile !

### **Q : Comment les patients viennent-ils vers vous ?**

Nous sommes de plus en plus connus et de plus en plus respectés aussi.

Par exemple, dimanche a lieu la prochaine consultation clinique. Tous les patients qui ont eu un contact avec nous vont recevoir un SMS de rappel. Il y en a des centaines.

Dans ces trois villes, Dehradun, Rishikesh et Haridwar le vendredi et samedi les gens vont recevoir dans leur magazine un feuillet d'information décrivant les symptômes des

cancers, donnant des renseignements sur l'hospice et la clinique et préconisant quelques mesures de prévention contre le cancer. Ce prospectus est offert par un imprimeur.

Parfois, un article est publié dans les journaux. Les gens y font davantage attention, car ils pensent que ce qu'ils lisent dans le journal est forcément bien ; c'est encore mieux que de rajouter un petit feuillet dans le magazine.

Dans ces trois villes il y a des centres de diagnostic. Si des personnes y vont avec une ordonnance portant le tampon de notre clinique, ils ont une réduction.

Il existe aussi de grands panneaux qui décrivent la clinique. Et le bouche à oreille fonctionne de plus en plus.

Le jour des consultations de la clinique, quand les oncologues viennent de Delhi, des ambulanciers vont chercher et ramènent chez eux les personnes trop faibles pour se déplacer seules.

Nous tentons donc de lier toutes ces actions pour un soutien optimal.

Tout est gratuit à la clinique. Ailleurs, les gens doivent payer, même pour voir le médecin.

A côté de la clinique, il y a des hôtels. Les deux premières années, les personnes travaillant dans ces hôtels regardaient simplement ce qui se passait à la clinique. Au bout de deux ans, elles ont commencé à donner des boissons gratuites, des thés en hiver et des snacks pour ceux qui travaillent. Ils font cela de leur propre initiative. Le voisinage commence aussi à nous aider. Des gérants de magasin donnent de la nourriture pour les gens très pauvres. Un jour, des femmes du Rotary Club, voyant des patients grelotter en hiver, sont arrivées avec une pile de couvertures.

### **Q : Quelle est la fréquence des consultations et combien de personnes viennent à la clinique ?**

A Rishikesh, les consultations ont lieu une fois par mois. Il y a entre cent et cent vingt patients qui viennent avec leur famille. Nous sommes bien organisés et sommes attentifs à leur donner ce dont ils ont besoin.

Le gouvernement de cette province a demandé qu'un dépistage soit fait. Du coup, nous avons aussi demandé si nous pouvions enseigner aux médecins et infirmières des autres structures médicales ce que nous savions des soins palliatifs. C'est un travail qui commence parce que les gens ignorent ce qu'il faut faire. Donc, nous mettons en place un enseignement pour que, dans chaque région, il puisse y avoir au moins un médecin et une infirmière formés aux soins palliatifs. Ce n'était pas du tout prévu au départ, mais, plus nous avançons et plus nous voyons ce qui est nécessaire.

### **Q : Comment cette vocation vous est-elle venue ?**

Tout est écrit ! Si quelqu'un m'avait dit il y a dix ans ce que je ferais, je ne l'aurais jamais cru. Je méditais alors toute la journée et ce, depuis de nombreuses années. Mais, en 1999, j'étais très malade : suspicion de cancer. J'ai été opérée à Delhi. C'est le directeur actuel de l'hôpital qui m'a opérée. Après cela, je suis restée en contact avec ce médecin, car il avait une recherche spirituelle personnelle. Il était aussi très intéressé par mon intestin !

Quelques années plus tard, une amie séjournant à l'ashram a eu un cancer. Ce médecin l'a aussi opérée et elle a guéri. Quelques temps après, résidant de nouveau en Suisse, elle a voulu faire quelque chose pour les Indiens atteints par le cancer. Elle avait vu tant de larmes de détresse à l'hôpital, non seulement les larmes qui viennent naturellement avec un cancer, mais aussi les larmes de ceux qui ne pouvaient pas payer leur opération ou leur traitement. Les larmes aussi de ceux, qui, pour pouvoir payer, étaient obligés de vendre leurs biens, leurs maisons...

Elle a demandé au médecin de quelle façon elle pouvait apporter son aide. Il lui a suggéré de créer un hospice et elle a fait une donation pour cela. Elle a demandé où était cet hospice et il lui a répondu qu'il n'existait pas encore ! Mais elle voulait vraiment aider car le médecin lui avait expliqué que, sur cent patients qui venaient, il y en avait quatre-vingts pour lesquels il ne pouvait rien faire. C'est ainsi que l'hospice a été créé. Pour ma part, je n'avais aucune intention d'en faire partie. Mais la destinée...

Progressivement, j'ai commencé à aider de plus en plus. Le médecin m'a demandé de faire partie de l'organisation. J'ai d'abord refusé. Deux ans plus tard, j'ai accepté. Avant la destruction de l'ashram de la montagne, je travaillais de là-bas, près d'Uttarkashi avec mon téléphone et mon ordinateur ; j'avais appris à l'utiliser. Mais la déesse Ganga a pris mon ashram et maintenant j'ai atterri au Centre, ici, où, du coup, je peux être davantage utile à l'hospice qui serait très content de me prendre tout mon temps. Mais je me garde un petit espace.

En Inde, existe cette croyance que notre histoire est déjà écrite. Il faut juste que nous nous en dissociions, que nous ne nous identifions pas à cette histoire. Alors nous pouvons mieux fonctionner et aider beaucoup plus de personnes, car nous n'avons aucun intérêt personnel à défendre. Je suis très surprise que ma vie ait pris le chemin d'un hospice !

#### **Q : Près de moi, il y a des formulaires de soutien. Comment pouvons-nous participer ?**

Il y a différentes façons de contribuer. Quand on veut gérer les choses sur une base de charité, il y a beaucoup de pistes à considérer. L'une d'elles est de devenir un ami en faisant une donation annuelle. Vous devenez alors membre de l'hospice.

Pour les gros investissements, nous nous adressons aux grosses entreprises, là où il y a beaucoup d'argent. En Inde il y a une loi merveilleuse qui oblige les grandes entreprises à donner un certain pourcentage de leurs bénéfices à des œuvres. Cela fait partie de leurs responsabilités et la plus grande partie des finances de l'hospice qui se construit à côté vient justement de ce pourcentage. Personne d'autre ne pourrait donner ces énormes sommes d'argent. Des concerts sont aussi organisés pour récolter de l'argent et Krishna Das<sup>4</sup> a donné huit concerts pour cela !

Des personnes ou des magasins nous ont également donné des objets que nous vendons. Déborah et Dominique sont mes vendeuses quand elles sont là ! Elles vont parfois en vendre dans les ashrams. Les personnes qui veulent ramener des souvenirs en achètent. Nous mettons aussi des boîtes pour des dons. D'autres font des dons par internet...

Quand on voit les réalisations, on se doute bien que, sans les dons, ce serait impossible. En réalité deux choses sont indispensables : la force de travail et l'argent. Nous cherchons constamment et, si d'une main nous prenons, de l'autre nous donnons.

Nous avons eu une grande surprise aujourd'hui : une patiente avec un cancer du col de l'utérus avait été rejetée par son mari et renvoyée au Népal dans sa famille d'origine. Elle venait de se marier. Quelques mois après le mariage, on lui a découvert ce cancer. Sa belle famille n'était pas prête à payer le traitement. Ils ne sont pourtant pas si pauvres que ça, mais ils pensaient, qu'au lieu de donner quelque chose à la famille, cette femme n'avait fait que prendre. Alors, ils ont décidé de la renvoyer. C'est une très belle femme et nous avons été très touchés quand son mari l'a renvoyée au Népal.

Pendant la retraite de méditation nous avons tenté de lui envoyer de l'énergie et le cœur de ce mari s'est ouvert. Elle va revenir chez lui. Ce cancer est très douloureux. Dans son village, au Népal, elle n'aurait pu recevoir aucun soin, aucune aide. Nous avons tenté de

---

<sup>4</sup> Krishna Das est un chanteur américain de *kīrtan*, chants dévotionnels indiens très populaires.

contacter certaines organisations népalaises pour savoir s'il était possible de trouver quelqu'un pour l'aider. Mais, au même moment, quelque chose a cheminé dans le cœur de son mari. Elle va revenir. Nous allons pouvoir revoir la situation d'ici quelques jours et déterminer ce dont elle a besoin, chimio, médicaments... Nous allons l'accompagner car elle est déjà à un stade bien avancé.

Il faut accueillir ce qui vient vers nous. Peu importe ce que c'est. Beaucoup d'aide est nécessaire. Là où nous pouvons aider, il faut le faire. C'est pour cela que nous sommes là.

**Q : Pensez-vous que l'épisode de la disparition de l'ashram fait aussi partie de ce plan-là ?**

Bien sûr tout fait partie du plan. Mais j'ignore ce qu'il est !

\*\*\*\*\*

**Q : Vous vous êtes à plusieurs reprises référée aux Ecritures. Avez-vous d'abord évolué dans une tradition chrétienne puis, plus tard vous êtes-vous dirigée sur une autre voie ?**

Je pense qu'on peut rester toute sa vie dans une même tradition et évoluer jusqu'au bout. Ce n'est pas nécessaire d'aller d'une tradition à l'autre. Pour ma part, j'ai été élevée dans la tradition chrétienne. Autour de mes seize ans, j'ai éprouvé certaines difficultés avec cette religion. Je n'arrivais pas à adhérer à certains aspects. Je n'avais pas de problème avec la Bible, mais plutôt avec ceux qui l'enseignaient. Maintenant, je réalise que ces aspects avec lesquels j'étais en désaccord pouvaient être compris différemment.

Je me suis retirée de la religion chrétienne parce que les réponses données aux questions que je posais n'étaient pas satisfaisantes. Je ne trouvais personne pour y répondre vraiment. A 22 ans, je suis venue en Inde et j'ai commencé à étudier la tradition hindoue.

Aussi, quand je me réfère aux Ecritures, je parle de textes hindous car c'est ce que j'ai lu durant ces dernières années. Il y a environ dix ans, j'ai relu le nouveau testament et l'ai redécouvert car, au départ, ce texte ne m'avait pas été présenté de la façon dont je peux le comprendre aujourd'hui.

Dans le *Śrīmad Bhāgavatam*, il y a l'histoire des vingt quatre gurus. C'est l'histoire d'un jeune homme pour lequel chaque situation rencontrée fut source d'enseignement. Ainsi a-t-il rencontré la terre, l'eau, le feu, un papillon, une abeille, un éléphant, une prostituée, l'océan, un bébé qui pleure... A travers vingt quatre situations il a acquis maturité, sagesse et joie rayonnante (*Voir l'histoire en annexe*).

Nous pouvons être comme une abeille et prendre du pollen en butinant de nombreuses fleurs, pour ensuite faire notre propre miel.

Dieu, quel que soit le nom qu'on lui donne, a proposé différents chemins. Ça a donné différentes religions. Parce que nous sommes tous différents. Même dans chaque religion, en particulier dans la religion hindoue, il peut y avoir des chemins différents. Chacun peut prendre ce qui lui convient et peut évoluer dans son propre chemin car chaque chemin est individuel.

**Pour nous, en Occident, il n'est pas facile de rencontrer un guru.**

Ce n'est pas facile non plus en Orient. En fait, c'est le guru qui vous trouve. Et si aucun guru n'apparaît en personne, nous avons d'autres formes de guru possibles.

- D'abord, sachez que notre propre soi est un guru. Chacun de nous a reçu ce que l'on appelle "la conscience". Donc, à chaque fois qu'on doit choisir entre une chose et une autre, il y a deux options : soit ce qui plaît à mes sens et qui va me donner du plaisir, soit ce que je sais être bon pour moi.

A la base, nous avons tous cette connaissance en nous-mêmes. A chaque fois que nous

sommes face à un choix, nous pouvons habituellement savoir ce qui est bien et ce qui est bon pour nous. Si nous prenons l'habitude de choisir ce qui est bien pour notre développement spirituel, notre possibilité de reconnaître et de choisir ce qui est bon pour nous va se renforcer. C'est le travail du guru intérieur.

- Deuxièmement, nous avons aussi les Ecritures. Quelles que soient leurs origines, les Ecritures viennent, soit directement d'une révélation divine, soit d'une personne qui, ayant une très large ouverture spirituelle, les a écrites. Quand ces Ecritures résonnent très fort en nous, nous pouvons les considérer aussi comme un guru.

Aussi, peu importe s'il s'agit d'un guru qui n'est plus dans son corps ou bien d'une Ecriture ancienne. Simplement, à chaque fois que nous faisons un pas sur la voie de cette connaissance, quelque chose s'ouvre en nous. C'est notre propre guru, le Soi réel, le Soi profond, la Pure Conscience qui peut enseigner à notre soi plus superficiel d'individu séparé.

- Troisièmement : on peut apprendre beaucoup en restant attentif. Parfois, nous entendons ou lisons quelque chose qui nous enthousiasme, nous inspire. Parfois, nous lisons aussi des récits horribles et nous ne pouvons pas comprendre comment un être humain peut accomplir de tels actes. Et là, c'est la Vie qui nous guide, comme si elle nous disait : "Ne va pas par là, prends plutôt cette autre direction".

Même sans avoir ce qu'on appelle un guru incarné, le guru est partout pour celui qui sait entendre, pour celui qui veut savoir. Comme dans l'histoire de *Dattatreya* (cf. annexe), nous pouvons apprendre de tout ce qui nous entoure. Si le guru vient, c'est bien.

Ne vous dites jamais que vous êtes sans guru. Le guru est une essence qui se diffuse en tout. Vous pouvez être directement connectés à cela. Le guru est simplement un intermédiaire. Donc, si vous n'en avez pas rencontré auquel vous pouvez vraiment faire confiance, peu importe, car vous avez ces autres portes que je vous ai mentionnées. Oui, c'est vrai qu'un guru est nécessaire ; mais le guru est ici, il est partout. Alors, dire qu'un guru se présente uniquement sous une forme humaine n'est pas juste.

Un proverbe dit qu'il y a beaucoup de gurus, mais peu de disciples !



### **Q : Pouvez-vous nous parler du Gange ?**

Ce que l'on ressent face à Ganga, c'est qu'elle est Śakti. Bien sûr, la Conscience est Une et ne peut être divisée. Cependant, nous pouvons la saisir sous une forme non-manifestée ou sous une forme manifestée. C'est Śiva et Śakti : l'essence et la puissance, l'énergie. Et Gangaji est une des formes de Śakti. Elle est l'aspect féminin de la Conscience manifestée. De la même manière que nous avons une Conscience intérieure et un Soi interne, nous avons aussi notre individualité et notre corps physique.

Ganga, dans sa forme la plus haute, est une émanation de la Conscience. Sous son aspect individuel, elle est déesse et, dans sa forme physique manifestée, elle a pris la forme de cette magnifique rivière.

### **Q : Quelle est la meilleure attitude à avoir lorsque l'on fait ce pèlerinage à la source ?**

Gangamā est celle qui donne la Connaissance. Si vous vous asseyez devant elle, sans attente particulière, vous allez le percevoir. Ganga vous remplit de paix et rend votre esprit silencieux. Si vous y allez avec de l'amour dans votre cœur, en vous approchant du divin, elle vous donnera encore plus.

Vous allez à Gaumukh. C'est un lieu très puissant. De Gangotri à Gaumukh, c'est une marche merveilleuse. Naturellement, sur le chemin, vous voudrez discuter ensemble et admirer la beauté du paysage. Mais prenez des moments pour marcher seuls.

Déjà, en quittant Rishikesh, vous allez constater que plus vous allez prendre de l'altitude, plus les paysages vont changer. En voiture, ça fait un peu peur, car la route longe de grands ravins. Mais quand vous arriverez et que vous sortirez de la voiture, vous vous retrouverez dans un autre monde. La spiritualité est là, le divin est là, tangible.

Gangotri est un centre de pèlerinage. Il peut y avoir du monde. Mais même là, trouvez un temps pour être assis en silence, pour être en contact avec Ganga qui coule en bas.

Quand vous quitterez Gangotri pour monter vers Gaumukh, marchez seuls et ouvrez votre cœur à la grâce. Parce que Ganga est là, elle vous aidera dans votre pratique, votre évolution, votre croissance spirituelle.

Ganga nous bénit quand nous la regardons, quand nous buvons de son eau, quand nous nous y baignons. Vous allez la voir bien sûr et vous aurez peut-être certaine appréhension à en boire. Mais, arrivés à Gangotri, n'ayez plus peur : l'eau de Ganga sort du glacier, elle est pure. Pour ceux d'entre vous qui sont braves, vous pouvez vous baigner à Gaumukh ou à Gangotri. Oui, c'est froid, mais c'est merveilleux ! J'aimerais bien venir !...

J'ai vécu à Gangotri pendant huit ans et je suis allée à Gaumukh plusieurs fois.

### **Ganga est en vous !**

Oui, le Gange circule dans mes veines.

### **Quand vous avez parlé de Ganga j'ai senti qu'elle coulait à côté de moi !... Et je vois tout l'amour de Ganga dans votre regard !**

Ne me faites pas pleurer, parce que je l'aime beaucoup. C'est à peu près la seule chose qui puisse me faire pleurer.

Vous avez beaucoup de chance d'y aller. Ne la sous-estimez pas. Même si vous pensez que c'est seulement une rivière, même là, elle vous aidera. Acceptez totalement ce qu'elle a à vous donner. Mon guru parlait une fois des êtres réalisés, et on peut dire la même chose de Gangaji : mon guru disait que les êtres réalisés désirent tout donner, mais les gens apportent un si petit pot... Pour votre rencontre avec Ganga, apportez un énorme pot ouvert pour qu'elle puisse y déverser ses bénédictions.

Ganga est très belle là-haut...

Allez-vous tous à Gaumukh ? Non ? (*Deux personnes du groupe ont choisi de rester à Uttarkashi*). Alors considérez sérieusement la possibilité d'aller au moins jusqu'à Gangotri. De toutes façons, vous y allez en voiture.

Pour aller à Gaumukh, oui il y a de la marche, mais ce n'est pas une marche très difficile même si elle est très très lente, c'est une montée progressive. Si vous ne voulez pas y aller, n'y allez pas, mais ne renoncez pas à Gangotri. C'est vraiment un endroit divin (*grands rires car nous avions eu, juste avant, de grandes discussions en groupe à ce sujet*). Si vous pouvez y aller, considérez que c'est vraiment une chance unique dans votre vie. Et Gangotri est un lieu très beau où l'on peut rester quelques jours. J'insiste car c'est tellement beau !

**Je n'ai jamais entendu parler du Gange comme vous venez d'en parler. Pour moi c'était juste une rivière. Aussi, peu importe si je ne vais pas au bout. Au moins je vous aurai entendu en parler..**

Vous allez ressentir tout cela si vous restez assise près de Ganga. Là-haut, elle n'a pas été polluée par les hommes. Et puis, vous dormirez bien dans les montagnes parce que l'air y est très pur...

Quand il ne reste rien de nous,  
il ne reste que le divin.

<p><i>Traduction simultanée : Claire Dagnaux</i> <i>Transcription : Marie-Paule Girard</i> <i>Notes et annexe : Jacqueline Danigo</i></p>
---

## *Annexe - Les 24 gurus de Śrī Dattatreya*

Lorsque guru Dattatreya était enfant, un roi a visité l'ashram où il vivait. Comme ses parents étaient absents, c'est Dattatreya qui l'a accueilli. Le roi, voyant rayonner en lui une joie intérieure, a tout de suite réalisé que le garçon était doué d'une grande sagesse et il s'est mis à lui parler.

- As-tu étudié auprès de tes parents ? Lui a demandé le roi.

- Il y a beaucoup à apprendre de tout le monde et de tout, pas seulement de mes parents, a répondu Dattatreya.

- Tu as donc un maître, qui est-il ?

- J'ai 24 gurus.

- 24 gurus ? Si jeune ? Qui sont-ils ?

- **La Terre-Mère** est mon premier guru. Elle m'a appris à accepter avec tendresse ceux qui me foulent aux pieds, ceux qui m'irritent et me blessent, tout comme elle-même le fait. Elle m'a enseigné à leur donner le meilleur de moi-même, et à me souvenir que leurs actes sont, de leur point de vue, normaux et naturels.

- Qui est ton deuxième guru ?

- **L'eau**. C'est une force qui contient la vie et la pureté. Elle nettoie tout ce qu'elle touche et donne la vie à celui qui la boit. L'eau coule sans cesse. Si elle arrête, elle devient stagnante. Rester

mobile est la leçon que je tire de l'eau.

- Ton troisième guru ?

- C'est **le feu**. Il brûle et transforme tout en flammes. En consommant du bois mort, il produit de la chaleur et de la lumière. Ainsi, j'ai appris à absorber tout ce que la vie apporte et à le transformer en lumière qui éclaire ma vie. Dans cette lumière, les autres peuvent avancer en toute sécurité.

- Qui est ton quatrième guru ?

- C'est **le vent**. Il se déplace sans cesse, frôle pareillement fleurs et épines, mais ne s'attache jamais aux choses qu'il effleure. Comme le vent, j'ai appris à ne pas préférer les fleurs aux épines, les amis aux ennemis. Comme le vent, mon objectif est de rafraîchir chacun sans m'y attacher.

- Ton cinquième guru, gentilhomme ?

- **Cet espace** qui imprègne tout et embrasse tout, voilà mon cinquième guru. L'espace peut contenir le Soleil, la Lune et les étoiles, et cependant, il reste intact et illimité. Moi aussi, je dois pouvoir contenir toutes les diversités, tout en restant toujours non affecté par ce que je contiens. Tous les objets visibles et invisibles peuvent bien recevoir leur place légitime en moi, mais ils n'ont pas le pouvoir de limiter ma conscience.

- Qui est ton sixième guru, gentilhomme ?

- C'est **la Lune** qui croît et décroît, mais qui ne perd jamais son essence, son intégrité ou sa forme. En regardant la Lune, j'ai appris que croître et décroître, s'élever ou s'abaisser, le plaisir et la douleur, la perte et le gain ne sont que des phases de la vie. En passant par ces phases, je ne perds jamais la conscience de mon vrai Soi.

- Qui est ton septième guru ?

- **Le Soleil**, car avec ses rayons lumineux, il extrait l'eau de toutes choses et la transforme en nuages, puis les distribue sous forme de pluie sur les forêts, les montagnes, les vallées, les déserts, les océans, et les villes, sans distinction ni préférence. Comme le Soleil, j'ai appris à recueillir la connaissance de toutes les sources, à transformer cette connaissance en sagesse et à la mettre en pratique pour la partager avec tous, sans préférer certains destinataires ni en exclure d'autres.

- Et ton huitième guru ?

- Mon huitième guru est **une colonie de pigeons**. Un pigeon qui tombe dans le filet du chasseur, piaille de désespoir et les autres pigeons essayent de le sauver, mais se font prendre aussi. De ces pigeons, j'ai appris que même une réaction positive, si elle vient de l'attachement et de l'émotion, peut vous engager et vous enliser.

- Ton neuvième guru, gentilhomme ?

- Mon neuvième guru, c'est **le python** qui attrape et mange sa proie, puis ne chasse plus pendant longtemps. Il m'a appris qu'une fois mon besoin assouvi, je dois m'en satisfaire et ne pas courir après les objets de mon désir, ce qui ferait de moi un malheureux.

- Qui est ton dixième guru ?

- C'est **l'océan**, demeure des eaux. Il reçoit et assimile l'eau de toutes les rivières du monde et ne déborde jamais de ses limites. Il m'a appris que peu importe ce par quoi je passe dans la vie, peu importe le nombre de coups de pieds, de coups durs que je reçois, je dois garder mes limites, mon code de conduite.

- Qui est ton onzième guru, ô sage ?

- **Le papillon**. Attiré par la lumière, il quitte sa demeure pour se sacrifier dans la flamme. Il m'a appris qu'à la vue de l'aube, je dois surmonter ma peur, m'élever à pleine vitesse, et plonger dans la flamme de la connaissance pour être consommé et transformé.

- Le douzième ?

- Mon douzième guru, c'est **le bourdon** qui ne prend que les gouttes les plus infimes du nectar des fleurs. Et avant d'accepter cela, il fredonne et plane et danse au dessus de la fleur, créant une atmosphère de joie autour d'elle. Il chante non seulement la chanson de gaité, mais il donne plus encore à la fleur que ce qu'il lui prend. Il pollinise les plantes et les aide à prospérer en volant d'une fleur à l'autre.

J'ai appris du bourdon que je devrai prendre peu de la nature et que je devrai le faire joyeusement, enrichissant la source à partir de laquelle je reçois ma subsistance.

- Ton treizième guru ?

- C'est **l'abeille** qui recueille plus de nectar que nécessaire. Elle rassemble le nectar de



différentes sources, l'apporte à la ruche et le transforme en miel par sa bouche. Elle consomme très peu de ce qu'elle recueille et partage le reste avec les autres. Ainsi, je dois rassembler la sagesse des gurus de toutes les disciplines et traiter la connaissance que je gagne. Je dois appliquer les connaissances propices à mon évolution, mais je dois être prêt à partager tout ce que je sais avec les autres.

- Et le quatorzième guru, ô sage chercheur ?

- Une fois, j'ai vu **un éléphant sauvage** se faire capturer, appâté par une femelle éléphant apprivoisée en période de chaleur. Sentant sa présence, le mâle sauvage est sorti de son domaine et est tombé dans une fosse qui avait été habilement dissimulée avec des branches et des tas de feuilles. Une fois capturé, l'éléphant sauvage a été apprivoisé pour être utilisé par d'autres. Cet éléphant est mon quatorzième guru parce qu'il m'a appris à être prudent face à mes passions et mes désirs. Les charmes du monde suscitent nos impulsions sensorielles et, en cherchant à assouvir les désirs de nos sens, notre esprit est piégé et réduit en esclavage, même s'il est puissant.

- Qui est ton quinzième guru ?

- **Le cerf** et son sens aigu de l'audition. Il écoute attentivement et se méfie de tous les bruits, mais est attiré sans pouvoir se retenir par la mélodie de la flûte du chasseur de cerfs. Comme le cerf, nous gardons nos oreilles bien ouvertes pour capter chaque petites nouvelles, rumeurs ou potins, et restons sceptiques quant à ce que nous entendons. Mais certains mots nous fascinent : en raison de nos désirs, nos attachements, nos envies et nos *vāsana* (connaissance venant du passé), nous nous plaisons à les entendre. Cette tendance crée notre malheur et celui des autres.

- Et qui est ton seizième guru ?

- **Le poisson** qui avale un appât au bout de l'hameçon et se retrouve pris par le pêcheur. Ce monde est comme un appât. Tant que je me souviendrai de l'épisode du poisson, je resterai libre de l'hameçon.

- Qui est ton dix-septième guru ?

- **La prostituée** qui sait qu'elle n'aime pas ses clients, pas plus qu'ils ne l'aiment. Pourtant, elle les attend et quand ils viennent, elle joue le jeu de l'amour. Elle n'est pas satisfaite de l'amour artificiel qu'elle donne et reçoit, ni de l'argent qu'elle en retire.

Je me suis rendu compte que les humains sont comme des prostituées et le monde - comme leurs clients - s'amuse avec nous. Le paiement est toujours insuffisant et nous nous sentons insatisfaits. C'est pourquoi je suis déterminé à ne pas vivre comme une prostituée, mais au contraire, je vivrais avec dignité et estime de moi, sans attendre que ce monde me donne des satisfactions matérielles ou intérieures, mais en trouvant la satisfaction en moi-même.

- Qui est ton dix-huitième guru ?

- C'est **un petit oiseau** qui s'est envolé avec un ver dans son bec, de grands oiseaux l'ont poursuivi et ont commencé à le picorer. Ils se sont arrêtés seulement au moment où le petit oiseau a lâché le ver. Ainsi, j'ai appris que le secret de la survie réside dans le renoncement, non dans la possession.

- Ton dix-neuvième guru, gentilhomme ?

- Mon dix-neuvième guru, c'est **le bébé** qui pleure quand il a faim et s'arrête de pleurer quand il tète le sein de sa mère. Quand le bébé est repu, il cesse de téter et rien de ce que fait sa mère ne pourrait l'inciter à téter davantage. J'ai appris de ce bébé à demander seulement quand j'en ai vraiment besoin. Pour me nourrir, je dois prendre seulement ce dont j'ai besoin, puis détourner mon visage.

- Et qui est ton vingtième guru ?

- C'est **une jeune femme** que j'ai rencontrée lorsque je demandais l'aumône. Elle m'a dit d'attendre qu'elle prépare un repas. Comme ses bracelets faisaient des cliquetis pendant qu'elle faisait la cuisine, elle en a retiré un. Mais comme le bruit continuait, elle les a enlevés, un par un, jusqu'à ce qu'il n'en reste qu'un seul. Puis il y a eu le silence. Ainsi, j'ai appris que partout où il y a foule, il y a du bruit, des désaccords et des dissensions. La paix ne peut être trouvée que dans la solitude.

- Et ton vingt-et-unième guru ?

- C'est **le serpent** qui ne fait pas de trous pour lui-même, mais qui se repose dans les trous que d'autres créatures ont abandonnés, ou qui se recroqueville dans le creux d'un arbre pendant un moment, puis change de place. De ce serpent, j'ai appris à m'adapter à mon environnement et à profiter des ressources de la nature sans m'encombrer d'une habitation permanente. Les créatures se

déplacent constamment dans la nature, abandonnant sans cesse leurs logements précédents. Ainsi, en me laissant porter par le courant de la nature, je trouve beaucoup d'endroits pour me reposer. Une fois que je me suis reposé, je me déplace.

- Et ton vingt-deuxième guru ?

- **Le fabricant de flèches.** Il est si absorbé à élaborer les pointes de ses flèches que le roi et toute son armée passent devant lui sans attirer son attention. Ainsi, j'ai appris que fabriquer une flèche à la main permet d'être absorbé par la tâche à accomplir, peu importe qu'elle soit importante ou pas. Plus mon attention est focalisée, plus je suis absorbé ; plus je suis absorbé, plus subtile est ma conscience. L'objectif subtil ne peut être saisi que par une conscience subtile.

- Qui est ton vingt-troisième guru ?

- Mon vingt-troisième guru est **une petite araignée** qui s'est construite une jolie petite toile. Quand une araignée plus grosse l'a poursuivie, elle s'est précipitée pour se réfugier dans sa toile, mais a couru si vite qu'elle s'y est empêtrée, et a fini par être avalée par la plus grande araignée. Ainsi, j'ai appris que nous nous créons des toiles pour nous-mêmes, essayant ainsi de construire un refuge sûr. Et comme nous courons le long des fils de ces toiles, nous nous enchevêtrons et nous sommes alors consumés. On ne peut trouver aucune sécurité dans les réseaux complexes de nos actions.

- Et qui est ton vingt-quatrième guru ?

- **Le ver** capturé par un oiseau chanteur et placé dans son nid. Quand l'oiseau s'est mis à chanter, le ver a été tellement absorbé par la chanson qu'il a perdu toute notion des risques et périls qu'il encourait. Voir cette petite créature absorbée par une chanson au seuil de la mort m'a rappelé que, moi aussi, je devais développer l'art de l'écoute, afin d'être absorbé par le son éternel, "*Nāda*", qui est toujours en moi".

*Ce dialogue se trouve dans le Purāṇa<sup>5</sup> "Śrīmad Bhāgavatam" et fait partie de la conversation entre le Seigneur Krishna et Uddhava.*

---

5 Un **Purāṇa** est un texte appartenant à un vaste genre de la littérature indienne. Composés entre 400 et 1 000 de notre ère, ces récits élaborés pour tous étaient préférentiellement destinés aux femmes qui n'avaient pas accès aux *Veda*. Le **Bhāgavata Purāṇa** (aussi appelé le **Śrīmad Bhāgavatam** est un des 18 Purāṇa majeurs. Pour les Vishnouites, il est considéré comme un livre sacré au même titre que la Bhagavad-Gîtā. On dit qu'il a été composé par Vyāsa, le compilateur des textes sacrés indiens.

Source : Wikipédia