

Entretien avec Vinod

– Rishikesh 16/10/2011

(Vinod est professeur de biologie dans un collège, il est marié et père d'une fillette, comme chez beaucoup d'indien, la spiritualité est le cœur de sa vie).

Le langage ultime est shanti, le silence ! Alors il n'y a pas besoin de parler, mais pour aller plus vers le divin, on a besoin d'être enfantin, d'utiliser des mots comme des enfantillages.

Je me prosterne pour commencer devant le Dieu qui est en chacun de vous, qui illumine l'intérieur de chacun de vous. Je me prosterne, je m'abandonne à vos pieds. Si je suis en train de parler, ça ne veut pas dire que j'ai quelque chose de spécial. La plus petite chose est l'expression du Seigneur. Votre silence, votre sourire, vos gestes, vos expressions, tout est la danse, la danse du Seigneur !



On pourrait parler de tant de choses, mais il s'agit d'être en équilibre, dans le moment, dans le présent.

La vie se déroule dans le moment. Pour vivre la vie pleinement il faut revenir au moment présent, avec notre existence, avec notre âme, avec notre conscience, avec notre corps.

Je peux parler ainsi parce que vous êtes là en face. Ce ne sont pas mes mots, c'est la Totalité. C'est à cause de vous, qui êtes là. Ensemble nous créons la vie... La vie est un tout qu'on peut découvrir dans l'instant présent en étant totalement attentif. Ce n'est pas ici, ce n'est pas là, c'est un tout. Sentez-vous à l'aise pour poser des questions, n'importe quand, ... ça va venir peut-être.

En fait l'opportunité de l'existence humaine c'est l'opportunité de se transformer soi-même. Il faut que l'on aille au-delà de nos limitations et de nos expériences ! Il n'y a pas besoin de chercher de grandes expériences. Par contre, dans notre quotidien, dans notre vie de tous les jours, **on peut tout transformer par notre présence totale** : quand on mange, quand on marche, quand on regarde quelque chose, quand on parle à quelqu'un, quand on enseigne à des élèves, quand on écoute une musique... Quand on devient des artistes du moment, de l'instant présent, on peut faire l'expérience d'une manière nouvelle. Mais soyons disponibles au moment présent !

Les sages de l'Inde disent qu'il n'y a rien d'individualisé, ni séparé, qu'il n'y a rien à part du reste. On peut s'entraîner de plus en plus à être totalement dans le moment présent. Ça peut être à partir de nos pensées, mais ce n'est pas suffisant ; avec nos émotions, mais ce n'est pas suffisant ; **c'est avec toute notre disponibilité qu'on doit aborder le moment présent.** En pratiquant cela, on peut améliorer graduellement tout dans notre vie : nos relations, notre engagement dans le travail, notre service, tout peut être transformé.

Donc la première chose, c'est le moment, et la disponibilité au moment. La première chose qui apparaît c'est se rendre disponible ; la deuxième, c'est la limite que l'on rencontre parce que l'on ne veut pas accepter certaines choses.

Ca c'est la deuxième clé : l'acceptation. Accepter ce qu'il y a, ensuite voir et ensuite agir pour la transformer. Il s'agit d'accepter complètement ce qui nous arrive dans nos interrelations, dans notre travail, dans notre personnalité, accepter en premier, et laissez la plainte disparaître. La plainte s'en va. C'est ce qui se présente maintenant. Si on était de l'eau, au début, nos eaux sont bouleversées ; puis, l'eau commence à s'apaiser et à se calmer. Et on réalise qu'on n'est pas la surface de l'eau agitée, qu'on est la profondeur de l'eau, on est les petits poissons et les gros poissons, on est tout l'écosystème qui tient tout ensemble. Parce que si les eaux sont tranquilles et apaisées, le reflet de la lune peut se manifester dans l'eau. Les valeurs humaines se reflètent à travers votre être.

Quand on accepte, quand on est dans le moment présent, complètement disponible, toutes nos valeurs intérieures se mettent à rayonner, à diffuser autour de nous. Ce qui nous entoure connaît la même paix.

C'est comme si on disait trouver la beauté dans une situation détestable.

Oui ! Les situations difficiles que nous traversons, on les a atteint endormi, et ça a pris beaucoup de temps pour s'installer ; on n'a pas vu les cafards ramper, tout ce qui s'agençait de cette façon, on n'a rien vu, on dormait ! Et se réveiller, ça prend du temps. Quand on commence à se réveiller et à faire le grand ménage, il y a toute la boue, la poussière, nos vêtements sont tout salis, et c'est la condition avant de tout nettoyer.

Quand on regarde, quand on est en face d'une tempête, on ne va pas chercher à sauver les choses de dehors, on va d'abord se mettre à l'abri, se sauver, et tant pis pour la poste, pour les voitures de dehors, ce qui est à l'extérieur peut disparaître. On est encore là pour pouvoir se transformer après la tempête. À propos des avions de chasse qui sont très très coûteux, quand il y a un problème, quand il y a le feu, l'ordre qui est donné c'est : « sauves- toi, quel que soit le prix de l'avion, tu t'éjectes parce que tu es important ».

Ce qu'on croit au premier abord, c'est qu'on est son compte en banque, on est sa position sociale, on est son statut, on est tout ce qui nous arrive, toutes les situations. **Non. On doit développer ce recul, voir que les choses sont à l'extérieur, et que notre existence est entière sans cela.** Et ce n'est pas facile. Dans notre époque de vitesse, on allume un truc et ça doit marcher, donc on veut aller vite.



Par contre, l'évolution spirituelle, il y a 10 000 ans et dans 10 000 ans encore, ce sera la même chose : c'est la vitesse de la graine qui se déploie et qui prend le temps, sans que l'on puisse voire le mouvement des transitions, dans les étapes.

N'essayez pas de les changer les situations à l'extérieur. Acceptez-les comme elles sont,. Apprenons à prendre du recul à se retirer pour prendre conscience de soi-même progressivement. Quand on commence, il faut s'impliquer totalement dans ce qu'on veut, dans ce que nous aimons faire : lire, chanter, marcher.

Essayez 5 minutes ou 10 minutes d'être totalement présent, et le lendemain ces 10 minutes ne sont déjà plus les mêmes. Tout ce que je vous dis, vous le savez déjà, on a lu ça, c'est écrit partout, c'est la Sagesse, mais il faut q l'incorporer, la mette en pratique, que ça devienne un acte.

Là aujourd'hui, c'est à moi que l'on donne la parole, mais cela n'est possible que parce que nous sommes un, chacun est le miroir de chacun. Il n'y a qu'une chose qui se passe ici, ce qui est en train de se passer ici avec chacun de nous...

La croissance spirituelle est très individuelle, et les mots ne sont là que pour rappeler quelque chose, faire toc toc, des rappels. Par les cinq sens, nous sommes constamment appelés à l'extérieur, la variété des sons, la variété de ce que nous voyons, nous sentons, nous touchons. C'est une très vieille habitude, si nous croyons aux vies antérieures ; si on ne croit pas aux vies antérieures, c'est quand même une très grande habitude d'aller au dehors. Le travail intérieur, c'est de ramener son attention sur le dedans, et c'est très difficile de changer une habitude parce que c'est tout noir à l'intérieur. Cette habitude extrêmement ancrée d'aller à l'extérieur, elle se double aussi de cette habitude que l'on a de tenir 30 rôles en même temps : on est un père qui parle à ses filles, et puis immédiatement après on est le mari qui parle à sa femme, et puis l'enseignant ; il n'y a pas de bruit quand on passe d'un rôle à l'autre, et cela éclate notre être dans plusieurs possibilités de rôle. Nous sommes des experts dans de multiples rôles. Comme si l'on passe sans arrêt des vitesses, du père, à la mère, à l'enseignant, au magasinier et revenir au point mort, là où on n'a pas tous ses rôles, et sentir qu'on est, simplement. **Prendre le temps de revenir au point mort.**

Il y a beaucoup d'hommes et de femmes qui se mettent la spiritualité à partir de la cinquantaine, quand tous les enfants sont élevés, quand la carrière professionnelle est pratiquement faite, il y a beaucoup de gens autour de moi qui se sont mis à la spiritualité quand il n'y avait plus ces travaux à effectuer.
Oui ! Très bien ! Mais **il y a aussi des voies où on peut jouer tous les rôles, mais avec la conscience du témoin qui est relié à sa racine et qui ne confond pas les rôles et ce qu'il est. J'ai l'habitude de jouer des rôles. On le fait de notre mieux. Mais à l'intérieur je sais que je ne suis pas ce rôle, je suis Vinod.**

Le corps est notre véhicule et tout ce qu'on a, ce sont nos facilités pour agir, mais ma conscience me permet de discerner ce que je prends, ce que je laisse, là où je sors, là où je rentre. J'ai bien conscience **que c'est un véhicule qui me sert, je ne suis pas ce véhicule. Il s'agit de ralentir quelques minutes dans sa journée pour développer cette conscience, cette vigilance intérieure, pour ne pas s'associer à tout ce que nous faisons et ce qu'il y a autour de nous.** Quand il y a un feu rouge on accepte de s'arrêter 2 minutes, qu'est-ce que c'est que deux minutes, on sait que l'on va pouvoir repartir après. Là, c'est pareil, acceptons quelques minutes sur une journée de 24 heures, de sortir de la furie du jeu, de **rester témoin.**



La vie spirituelle ce n'est pas de se retirer dans une grotte, dans l'Himalaya, c'est pouvoir améliorer cette vie, c'est pour agir là. **Pour agir là, il faut se tenir là.** Tu dois tirer une flèche. Il ne s'agit pas de la tirer tout de suite, il faut reculer, reculer, prendre du recul et tirer la flèche. On passe son temps à agir, agir, agir, il faut retourner à la Source.

Quant le téléphone est déchargé, vous le rebranchez. Notre recharge est là, si on écrit avec une plume sans aller dans l'encrier, notre écriture va devenir toute pale, toute fade. Il faut aller chercher l'encrier.

Donc ça, c'est des mots, mais un peu de pratique est requise. Dès qu'on retourne à l'extérieur, on se reperd. Quand le vent vient, la flamme s'éteint, notre conscience se disperse. Nos yeux sont ouverts mais nous dormons. Et au contraire, même quand nous dormons, il faut être éveillé. Même si vous voulez profiter de plus belle romance d'amour, même si vous voulez profiter de la beauté des yeux, du regard, il faut être dans le moment pleinement, et vous savez comment découvrir la beauté des yeux de votre bien-aimée. Ou alors quand on regarde un beau ciel et qu'on le voit se couvrir de nuages, on ressent le *samadhi*, la félicité, parce que tout notre être est disponible sur le moment, tout notre corps, notre mental, nos émotions, et notre âme.

La pratique, c'est 10 minutes, c'est la suggestion des sages, 10 minutes dans une journée de 24 heures, essayer d'être pleinement là. Et la vie n'est pas une durée, ce n'est pas 80 années, ce n'est pas des années qui défilent, c'est un moment. **La vie réside en un moment, et si on manque ce moment, on manque la vie entière, mais tout le monde a la capacité de vivre le moment.** On est des enfants perdus dans la foule. Tout le monde a le Père éternel. Peu importe où nous sommes : ouvrez les yeux, ouvrez la fenêtre, la porte et laissez venir à vous, ici et maintenant.

Il y a beaucoup de choses à dire, mais on peut revenir plus simplement, si vous avez des questions, parler amicalement... Laissez-moi vous exprimer ma joie de vous avoir ! C'est Lui qui vient à travers vous, je le sais... Je suis réellement rempli ! Je ne peux pas vous serrez tous en même temps, je peux simplement sourire et remercier... Et il y a des milliers et des millions de petites choses qui arrivent à chaque moment. Le vent nous touche et nous caresse, la lumière nous éclaire devant, et on pense, on croit que le soleil vient de se coucher, mais il se lève dans tellement d'endroits. Vous avez touché la rivière là-bas, vous pensez que vous avez touché une rivière, mais non, vous avez touché toute l'eau du monde. Toujours le moment est là pour réaliser la divinité et la béatitude. Ce qui est beau c'est que Celui

qui parle à travers ma bouche, c'est le même que Celui qui écoute dans votre oreille, et c'est seulement l'ignorance qui me fait croire que je suis celui qui parle. Le mystère, votre savoir, parle à travers moi. C'est la totalité. Merci de me donner ce savoir. Le mystère est très profond...

Traditionnellement la méditation est faite de bonne heure le matin. J'ai parfois j'ai envie de méditer au milieu de mon travail. J'ai la chance d'avoir un bureau. C'est très fort, frénétique, et méditer dans mon bureau, c'est très fort même si c'est très court. La méditation est soudaine et très intense, et c'est parfois plus intense que le matin.

Très bien, très très bien ! Ça c'est la croissance spirituelle. Et la méditation doit croître de cette façon. Ça doit casser les limites d'une habitude, d'une façon de faire. **Méditer, ce n'est pas faire quelque chose. C'est mettre de côté, lâcher, c'est être. Il n'y a pas de méthode. Comment faire ? C'est simplement revenir à ce qu'on est, être conscient de ce que l'on est. La méditation n'a qu'un seul but : nous faire dépasser toutes nos limites, toutes les étiquettes, toutes les définitions. Au début bien sûr il nous faut la concentration, parce que nous ne sommes pas des experts. On ferme les yeux, on va réciter quelque chose, se concentrer, mais après, il n'y a pas de méthode. C'est spontané.**



Quant la méditation devient quelque chose où on part dans le mental, comme une cogitation mentale, qu'est-ce qu'il faut faire ?

Très bonne question. Je la voulais cette question ! Ça va aider tout le monde.

La seule règle dans la méditation, c'est essayer de ne rien faire de particulier. S'il y a des mauvaises pensées, où des pensées qui arrivent, ne pas les attraper, laissez-les là.

Axer sur la respiration ?

Il y a plein de méthodes. Donc si on est agité pendant la méditation, ne pensez pas à grand-chose. C'est bien si on peut respirer profondément, mais comment négocier avec

les pensées ? Si des mauvaises pensées arrivent, laissez-les passer, ne les attrapez pas. Si des bonnes pensées, agréables, arrivent, ne les attrapez pas non plus. Ne vous impliquez pas, n'agissez pas avec les pensées qui arrivent. Comme dans le film, s'il y a la pluie, vous n'ouvrez pas votre parapluie. S'il y a une voiture dans le film qui arrive, vous ne partez pas en courant, vous regardez, vous faites l'expérience. C'est la clé, le truc. Ne pas se dire : « je vais essayer quelque chose, je vais essayer de tenir à cette pensée ». Alors les choses vont couler. Vous verrez peut-être des choses très étranges, des pensées mixtes, des pensées bonnes ou mauvaises, complexes, des pensées belles. Laissez-les couler. Alors le mental va réagir et va essayer de prendre le dessus. Il va se dire : « tiens, il y a des pensées négatives qui arrivent, il n'y a rien qui se passe, qu'est-ce que je m'ennuie, je perds mon temps ». Alors si on est persévérant, si chaque jour on tient 10 minutes sans essayer d'obtenir quoi que ce soit, notre mental va se fatiguer, et toutes les habitudes de notre mental qui nous gouverne, vont mourir progressivement. L'habitude s'est de réagir à nos pensées. Si on te dit quelque chose par exemple : « tu es laid ! » « Pourquoi tu dis ça », on réagit ! Si quelqu'un nous dit « tu es beau ! » « Oui ! » Les deux sont erronés. On est ce qu'on est, et on a tout en nous-mêmes. On est quelqu'un qui a le droit de ressentir cette félicité, et la méditation c'est la voie. On ne dort pas, pendant la méditation on a le mental réveillé, mais ce n'est pas le fonctionnement habituel de notre mental, on ne tricote pas les pensées. Le mental est une machine qui est capable de produire 100 pensées en une seconde, et puis après, quelqu'un de calme peut avoir cinq pensées pendant une seconde, et le sage, le saint crée une pensée en une seconde.

Le Christ, le bouddha, Jésus, ne créent plus de pensées. Ils laissent passer les pensées de l'univers. Ils sont un miroir de l'univers. Je ne parle pas des suivants, les suiveurs, je parle des personnes réalisées et non pas de ceux qui les suivent qui peuvent être bons ou mauvais. On a compilé ce qu'ils ont

dit et on leur rend culte, mais ça ne suffit pas. L'étude doit se transformer en pratique, en action, et transformer la vie. **Si on essaie d'empêcher nos pensées, de les repousser, on va en créer beaucoup plus. Juste relax, ne rien faire.** Un singe te mord, si tu le repousses, il va te mordre et vouloir se battre avec toi, si tu es relax, il ne t'agresse pas. .

Sans parler de singe, parlons d'un être humain, si quelqu'un vous agresse et que vous rentrez dans son activité, il sera encore plus agressif.

Exactement ! Ca marche partout, le singe, c'était symbolique.

Les clés deviennent plus subtiles, parce que si on manque le point, on fait une erreur, mais l'erreur en elle-même ne veut pas dire qu'il faut s'arrêter. Le truc, c'est de ne pas réagir. Si le cavalier qui tombe se met à réagir, et qu'il remonte, il va retomber. S il y a un maître qui lui souffle à l'oreille : « ne réagit pas ». Alors il tombe, il fait un beau sourire au cheval, il remonte, et après il peut tenir le cheval.



Ces derniers temps, j'ai remarqué quelque chose : j'ai l'impression d'être dans des énergies supérieures, et que dans ma vie j'attire de plus en plus de bonnes choses...

C'est parce que tu pratiques ! La méditation est tout. **La méditation, ce n'est pas être assis comme ça. Ca peut être une méditation dansée, une méditation marchée, ou quand on mange, être totalement un avec ce que l'on mange, ça c'est la méditation. À partir d'une action, être pleinement dans cette action, la méditation se propage à tout ce que nous entreprenons. L'action de se nourrir devient une méditation.**

Qu'est-ce qu'il en est des inconvénients de la méditation ?

Il peut y avoir un inconvénient, si on veut aller trop vite, alors ce n'est pas ajusté. Il y a des choses qui sortent et là c'est un inconvénient d'essayer de se concentrer trop fort. Par contre, si on y va calmement, patiemment, alors il n'y a pas d'inconvénients...

Non ce n'est pas par rapport à ça, je pensais aux inconvénients dans notre façon de vivre. C'est notre vie qui change : on a moins envie de voyager, de rencontrer des gens, envie de rester seule...

Il y a un choix : soit tu choisis d'évoluer, soit tu choisis de satisfaire les uns et les autres. Mais tous les sages le disent, à un moment tu as ce choix à faire, mais quand tu persévères, la méditation attire et les gens en profitent autour de toi.

Je suis satisfait parce que vous disiez qu'il n'y a pas de techniques, j'en reçois deux pour l'instant : il ne faut pas chercher à aller trop vite, et méditer c'est danser, marcher, manger et pas simplement ne pas avoir ces petits singes dans la tête. J'ai reçu quelque chose juste avant de venir ici et qui me pose question : il ne suffit pas d'accepter mais d'aimer ce qui m'arrive. Qu'est-ce que vous en pensez ?

S'il quelque chose nous arrive, on peut la refuser. Dans ce cas, on va réagir. Si on ne réagit pas, on se donne la possibilité de voir la cause de cette chose, et là ça devient une opportunité de croissance. On va reconnaître le bienfait de cette chose ou la cause, comprendre ce qui nous arrive. Si on ne fait que réagir, refuser ce qu'on ne veut pas, on va vite courir et s'enfuir ailleurs. La même chose va se reproduire, parce que la cause est toujours la même, et on n'évolue pas. L'acceptation nous permet de nous transformer.

Il y a quelque chose qui arrive, je ne peux pas la modifier. Je dis : « c'est. Et ce n'est pas agréable, ce n'est pas bon. Et la question c'est : comment faire pour arriver à dire « ce n'est pas bon, je l'accepte et je l'aime ». Je peux donner un exemple de notre vie : on a perdu un de nos enfants l'année dernière d'un cancer. On peut dire : c'est, c'est comme ça. Mais jusqu'à aimer ce départ, ça me pose une question ?

Aimer ou ne pas aimer un événement. L'acceptation, c'est entre les deux. **L'acceptation nous permet de grandir, elle n'a d'autre but.** Non pas d'aimer ou de ne pas aimer, mais de grandir. Nos souhaits sont rarement les souhaits de l'univers. Notre souhait personnel n'est qu'une pensée. Si on jette un petit quelque chose sur une grosse vague, l'endroit où il va aller ne dépend pas de notre souhait. On peut juste apprendre dans l'acceptation à passer d'une vague à l'autre et à ne pas être englouti par la vague.

À n'importe quel moment, n'importe quoi peut arriver. Dans notre ignorance, on ne peut pas prévoir quand, on ne peut pas savoir la durée des choses. Parfois il se peut qu'on ait pensé quelque chose et que ça coïncide avec l'événement de l'univers. Alors à ce moment-là, notre ignorance nous fait penser : « oh, c'est ma pensée qui fait que l'univers fasse comme je veux ».

La vie n'est pas là pour accomplir notre volonté, ou faire comme on veut que ce soit, et tout ce qui arrive ne peut pas arriver autrement que comme ça arrive. Et notre façon de réagir à ce qui arrive, soit nous élève, soit nous enfonce. Pour évoluer dans notre voyage de l'âme, quelquefois il nous arrive quelque chose de difficile.

Souvent c'est pour montrer des choses que l'on a à comprendre.

Enseigner, grandir, les événements nous font faire ce trajet ! N'importe quel événement est une université dans laquelle on peut apprendre. Mais parfois, par ce que l'examen est très dur, il va falloir qu'on s'élève pour comprendre quel passage on a faire. On a beaucoup de noeuds, beaucoup de complications en nous-mêmes. Et c'est difficile de les défaire parfois. Parfois ça arrive que les gens rencontrent un accident terrible et s'en sortent indemnes avec toute leur conscience. La stratégie de se détourner, de ne pas voir, ce n'est pas possible. Quand il y a un événement tragique, on le garde imprimé à l'intérieur. Par contre le voir, le regarder, essayer de le comprendre, de l'accepter, transforme les choses en les dissolvant dans quelque chose de plus élevé.



L'univers veut toujours que l'on arrive au meilleur, et si on veut atteindre ce point et qu'on est en train de partir par là, il y a une roche qui tombe à cet endroit-là et nous invite à changer notre direction. On ne peut pas savoir quel sera le bon chemin à prendre, cela ne peut être compris qu'en comprenant les voies de l'univers.

Quelqu'un est invité dans une famille, on lui sert un thé et il y a un insecte dans la tasse. Il le jette. On lui ressert une tasse de thé et retrouve quelque chose qui flotte à la surface, il le jette à nouveau, on le ressert une troisième fois : encore un insecte ! « Mais qu'est-ce qui se passe avec mon thé ? ». Et au moment où il allait

jeter le contenu de son thé, il regarde mieux, non il n'y a pas de mouche, et en fait la mouche est collée sur la vitre de ses lunettes !

C'est toujours en nous-mêmes, le problème, jamais à l'extérieur, mais notre attente, nos mauvaises définitions, nos fausses définitions, nos attachements – « c'est ma femme », « c'est ma maison », « ce sont mes biens » -- créent des problèmes. Quand ça s'en va, c'est douloureux. C'est normal de ne pas se sentir pas bien quand quelque chose nous quitte, mais on doit grandir plus loin. Dans l'univers, à chaque moment, des milliers de parents perdent leurs enfants, leurs biens, leur maison. Nos cellules à chaque moment se perdent, à chaque moment des milliers de pensées se perdent, il y a un immense remue-ménage, il faut voir la valeur de chaque moment. Cet objet me vient dans les mains, je me réjouis, là maintenant, mais dans une demi-heure, je ne sais pas ! N'envisagez pas de vivre une belle relation pendant 60 ans, mais vivez une belle journée, puis une autre, puis une autre, et peut-être que ...

(Commande du thé !...)

Quel que soit le bénéfice de ce qu'on partage ici, cela vient d'une vibration que nous créons, et plus on est vide, plus on peut la recevoir, plus on peut en tirer quelque chose. Donc il s'agit de faire de la place.

Pour moi j'offre les difficultés, et je remercie tout le temps pour les bonnes choses !

Très bien, c'est très beau.

À propos de la « thérapie du dialogue » : les mots ne sont pas du tout importants, mais quand il y a un échange avec quelqu'un, de façon très mystérieuse, il y a un moment où la grâce opère. La personne, si elle commence à se relaxer, et être vraiment dans le moment présent, la grâce fait son travail à ce moment-là. Mais tant que la personne n'est pas disponible, elle reste préoccupée, et ça ne marche pas. Mais il y a un moment où ça s'ouvre.

Pour moi, les expériences où j'arrive plus facilement à m'ouvrir et à être disponible, c'est quand j'écoute des louanges.

À l'Ouest, vous avez une grande maturité spirituelle, parce que vous avez beaucoup exploré le champ matériel. En Inde, les gens sont très attirés par le matérialisme occidental et donc je suis stupéfait de votre maturité spirituelle. Vous ne pouvez pas vous en rendre compte, parce que vous voyez les choses extérieurement. Alors oui, les Indiens sont très habitués à faire des pujas, mais la valeur que vous, vous accordez au moment présent, vous ne vous en rendez pas compte. Et ça les Indiens ne l'ont pas.

(Service du thé !)



Vous êtes tout près, mais vous n'en êtes pas conscients ! Et si vous trouvez une opportunité, votre croissance va être très rapide. Ici, c'est plus mécanique. O.K. on prie, on chante, mais c'est plus mécanique.

Comme chez nous, les gens qui vont à la messe tous les dimanches, ce n'est pas de la spiritualité, c'est de la religion pure et simple...

(Il compare la religion et la spiritualité avec l'exemple de la patate) :

La religion, c'est pour protéger la patate avant qu'elle ne soit frite ! Avant que la patate ne soit servie et que ce soit un délicieux plat (ça c'est la spiritualité), il faut la mettre un peu au frais. Ce moment de mise au frais, c'est la religion : c'est le stade des enfants. Après, quand la personne est mûre, il découvre la spiritualité, les patates sont chaudes !

Et là, la spiritualité c'est découvrir ce que l'on est vraiment, et non pas ce que l'on a entendu qu'on était : c'est faire l'expérience.

Mais il faut rester un enfant ! Puisqu'il faut oublier tout ce qu'on a appris, il faut le digérer, et donc rester un enfant...

Oui, oui, c'est ça, l'enfant est parfait mais ne le sait pas, il fait son chemin, et à l'âge mature, il redevient enfant. Quelle est la différence entre les deux enfants ? Le premier est ignorant ; mais avec l'âge, il se met à croire qu'il sait. Et la personne spirituelle mûre, qui redevient pareil à un enfant ; sait qu'il ne sait rien. Et il nous faut désapprendre, et



savoir que c'est seulement « Cela » qui sait, et sentir la félicité. Vous êtes douchés par la grâce et la félicité, il faut juste le reconnaître.

Le problème de l'humain c'est que, faisant partie de l'océan, il réussit à se prendre pour une petite goutte d'eau séparée. « Moi, je suis Vinod », « je suis ceci , cela » ce sont mes limitations, et là je me coupe et je m'isole et je ne suis rien. Je ne peux rien faire d'autre qu'apprendre à reconnaître ce tout, et là, la félicité vient, la beauté vient. **On découvre toute chose à partir de ce point de vue : je suis la totalité des choses. Et pour ça, la clé, c'est la totalité du moment présent.**

Comment faire pour qu'une goutte d'eau ne sèche pas ?

Il faut qu'elle retourne à l'océan !

Je suis plus proche de vous, que vous l'êtes de vous-même. Sentez-vous proche, comme un voisin !...

Claire : Posez-lui une question à propos de sa femme, il a une façon extraordinaire d'en parler !

Ma femme est professeur dans une école primaire. Ce n'est pas une femme indienne ordinaire. Elle était d'un milieu modeste, et puis elle a eu des conditions difficiles et par l'acceptation, par la lutte, elle a commencé à donner des cours, ce n'était pas du tout gagné pour une femme indienne, de travailler. Elle s'occupait de ses trois frères, et puis elle m'a rencontré ! Je la voyais secrètement !...

Elle ne fait aucune différence, que ce soit vous ou quelqu'un d'autre, une vieille dame de la rue, un mendiant de la rue, un enfant, un grand pandit -- c'est une sainte de ce point de vue -- elle va servir la même chose. Elle enseigne dans une école où il y a des enfants très très pauvres. Tout ce qu'elle peut récupérer pour en faire profiter ses enfants pauvres, elle le prend. Quand il y a un crayon qui est usé par notre petite fille, elle le prend, elle fait feu de tout bois pour leur apporter. Et elle ne se limite jamais dans son énergie, elle donne toute son énergie tout le temps, aux enfants. Quelquefois elle perd sa voix !...

Ce que j'aime à faire lors de mes anniversaires, c'est de réunir ici une vingtaine, une trentaine de gamins très pauvres. Ma femme leur sert quelque chose de très bon à manger et nous jouons à faire un spectacle. Je leur dis : toi tu vas faire un spectacle et chacun libère ses talents. C'est incroyable lorsqu'il y a la chaleur de l'amour, ils sont extrêmement talentueux et créatifs. Ce qui leur manque, c'est cet environnement aimant et favorable pour que ça s'exprime. Ça c'est mon grand plaisir de les inviter et de faire ça. Et je leur dis aussi de bien étudier, que c'est important.

Il y avait un petit garçon, qui n'est plus de ce monde, qui a eu une complication dans son cerveau, mais je le revois sur ma vidéo. Il a vécu trois anniversaires ici, et il les a vécus complètement, j'aime revoir ces images. Il était complètement dans le moment, à se réjouir.

N'attendez rien ! Toutes les attentes créent de la tristesse. On a quelque chose, on s'attend à ce que ça recommence le lendemain et si ça vient un tout petit peu moins, on est triste, alors que ça vient.

Plus on donne, plus l'on reçoit lorsqu'on n'attend rien !

Exactement. Soyons très vigilants parce que même là-dedans, il peut y avoir un désir subtil. **Le mental, c'est comme le sel dans un dal, s'il y en a une pincée de trop, il est fichu. C'est juste un instrument, il ne doit pas gouverner notre vie.**

Om, om, om !

*Traduit et transcrit par Nicole et
Dominique De France*