

Méditation

«Suis le sentier étroit
qui se trouve au milieu»

UNITY OF MAN
SANT KIRPAL SINGH

UNITY OF MAN – SANT KIRPAL SINGH
A-5340 St. Gilgen - Steinklűftstraűe 34

Méditation

«Suis le sentier étroit
qui se trouve au milieu»

Extraits des conférences tenues par le Dr. Harbhajan Singh à Graz, Autriche,
le 10 juillet 1991 et à Landshut, Allemagne, le 17 septembre 1991

O Kabir,
suis le sentier étroit
qui se trouve au milieu.

C'est le seul moyen
pour traverser l'océan!

Si tu dévies de ton chemin
et que tu tombes de chaque côté,
tu vas sûrement te noyer!

Kabir

Chers frères et sœurs,

J'ai l'honneur de vous saluer tous ici présents. Le thème de ce soir est d'une grande beauté. La spiritualité n'a véritablement rien de commun avec l'occultisme, et si vous comprenez le thème abordé aujourd'hui, votre vision des choses changera certainement. Une fois le véritable sens de votre existence reconnu, selon l'enseignement donné par le Christ et tous les autres Maîtres compétents dans le monde, je vous assure que vous ne serez plus égarés, car le but de la vie humaine est établi avec certitude sans que nous en ayons conscience. Si nous choisissons le mauvais chemin au lieu du juste, nous nous méprendrons une fois pour toutes. C'est pourquoi nous devons différencier le Créateur de la création; l'homme extérieur de l'homme intérieur; la tâche des dieux, déesses, avatars et forces négatives, de l'enseignement du Christ et de tous les Maîtres compétents du monde. Nous devons également différencier le corps de l'habitant du corps. Nous devons avoir des connaissances au sujet des plans physique, astral et causal, et nous devons savoir que notre chemin commence là où s'arrêtent les philosophies du monde.

Le sujet d'aujourd'hui est «Qu'est-ce que la méditation?» Si vous le comprenez et le vivez en conséquence, vous aurez une vie digne d'être vécue. Personne dans le monde ne pourra plus vous tromper. Que nous parlions de méditation, du but de la vie humaine, du développement de la conscience ou de l'âme, c'est le même sujet, car nous avons un contact direct et indépendant avec Dieu. Pour parler de méditation, nous devons d'abord différencier un grand nombre de facteurs. Ce thème est très vaste, mais si vraiment vous le comprenez, vous obtiendrez le don même de la vie. La première question qui se pose est: pourquoi devons-nous méditer? Comment médite-t-on, et où médite-t-on?

La réponse à cette question vous rapprochera de la vérité. Certaines personnes méditent pour l'accomplissement de leurs désirs, d'autres pour obtenir une certaine paix mentale, pour acquérir des forces

suraturelles, pour influencer leurs semblables ou pour obtenir le salut. Bien peu sont ceux qui méditent par simple aspiration et amour pour Dieu. Rabia Basri fut une fois questionnée sur sa façon de méditer, si Dieu venait à elle ou si elle commençait par méditer. Elle répondit: «Non, mon Bien-aimé vient d'abord de l'intérieur et alors seulement je médite», et elle décrivit les signes annonçant l'apparition de son Bien-aimé intérieur. Si vous voyez réellement la magnificence de votre Bien-aimé intérieur, appelé Force du Christ, vous abandonnerez toutes les autres formes de méditation. Il en existe une multitude ne valant pas plus qu'un tas de poussière et qui ne nous mèneront nulle part.

Vous devez aujourd'hui choisir et discerner ce dont vous avez besoin. Vous devez savoir comment l'on prépare sa vie et comment l'on médite. Dans ce but je ne vous parlerai pas de telle secte ou «isme» mais je dois confronter les aspects négatifs aux positifs. Si vous connaissez les facteurs positifs, vous pouvez facilement écarter les négatifs afin d'atteindre les valeurs suprêmes de l'existence. Le but de la vie humaine est de parvenir à une bonne fin; chaque homme a besoin d'accéder aux valeurs supérieures de la vie. Ce n'est qu'avec ces valeurs et une conscience élevée que l'on peut vraiment méditer. Sans cela la méditation ne nous causera que des dommages.

J'aimerai vous rappeler les critères fondamentaux et le chemin originel tel qu'il fût enseigné par le Christ, Guru Nanak et Kabir. Cela concerne directement le but de votre vie. Si vous l'accomplissez, c'est une bonne chose; autrement rien ne peut vous aider, vous seul devez le réaliser. C'est un fait, je vous dis la vérité.

Nous parlerons pour commencer de la manière et sur qui méditer, qui est le Maître, la Force du Christ dans le monde. Il existe partout une grande confusion à ce sujet. Je vous parlerai du jeu du mental, ce qui s'y déroule et où cela nous conduit, comment il agit et quels sont ses liens avec le plan astral et causal. Nous discuterons de tout

cela aujourd'hui, et cela nous mènera certainement à un résultat.

L'enseignement dont je vous parle ne vient pas de moi, mais est contenu dans les Saintes Ecritures. Il est le fruit de l'expérience de tous les Maîtres compétents qui ont résolu le mystère de la vie. Ils expérimentèrent et enseignèrent cette vérité. Et leur expérience doit devenir la nôtre. Si vous écoutez très attentivement, vous obtiendrez avec certitude quelque chose, votre âme recevra aujourd'hui de la nourriture.

«Je ne vous quitterai ni ne vous abandonnerai jusqu'à la fin des temps.» Ce sont les paroles du Christ, et non de Jésus. Le Christ vivait avant Jésus. Qui est le Christ? Le Christ est la Force, la Force Divine manifestée, qui est l'origine de toute la création, et qui créa également ce saint corps. Nous avons un contact direct et indépendant avec cette Force et jamais elle ne nous abandonnera. Notre contact avec Lui – Dieu – est indestructible, toujours présent et donne la vie éternelle. Nous quittons le corps, mais jamais cette Force ne nous quitte.

Avant d'aborder notre sujet, nous devons savoir pourquoi méditer, sur quelles bases, et les conditions préalables à la méditation.

Qui est le Maître de toute la création? Il n'y a qu'un Maître! Tous les Maîtres compétents disent que la Force du Christ, du Maître, de Dieu, la Force Divine manifestée, est notre véritable Maître. Cela est aussi appelé la forme radieuse du Maître. Kabir nomme cette Force Guru Dev. Il est notre Maître. Il est le Maître de tous les hommes. Il existe pourtant des milliers d'autres «maîtres», et je vais vous dire ce qu'ils sont, qui ils sont, et quelles sont leurs fonctions. Nous devons tous vérifier ces choses. Ceux qui s'appellent eux-mêmes des maîtres, et qui en prennent eux-mêmes le rôle – comme le disent les Saintes Ecritures et tous les Maîtres compétents – ne pourront jamais être le Maître. C'est uniquement Dieu, ou la force du Christ qui agit, et personne d'autre. C'est pourquoi tous ceux qui furent

commissionnés d'en haut disaient toujours qu'ils étaient les esclaves de Dieu. Ils sont les serviteurs de la Force du Christ, la Force de Dieu. Jamais Ils ne prétendent être des Maîtres, car s'Ils le faisaient une seule fois, leur contact avec Dieu serait rompu pour toujours. Ils ne peuvent pas revendiquer cela, car Ils voient cette Force travailler partout et en toutes choses. Ils voient cette Force travailler en eux-mêmes, intérieurement comme extérieurement. Ils aiment tous les hommes car Ils aiment cette Force et la voient en chacun.

Prenez-le comme une garantie – cela est écrit dans les Saintes Ecritures – que ceux qui se déclarent être des Maîtres en les imitant ne le sont pas, et personne ne devrait les croire. Qui est le Christ? Son enseignement est le Christ et si vous le suivez en apprenant, avec une aspiration toujours croissante, vous aurez un contact de plus en plus profond avec cette Force, car Elle est innée dans l'âme, et c'est à l'intérieur que nous devons apprendre, pas à l'extérieur. Si vous vivez d'après ce qui est dit aujourd'hui, une aspiration naîtra en vous. Par cette aspiration vous développerez une passion surpassant toute autre chose, et cette Force, qui est si proche de nous tous, vous détachera du corps, du monde, et de ses attachements. C'est ainsi que l'on commence à vivre de manière détachée dans un monde d'attachements. Votre vision des choses changera. Aussi longtemps qu'elle ne sera pas changée, la méditation n'est pas possible, et l'on ne peut trouver le véritable Soi à l'intérieur de nous. Lorsque la maison est en feu, on ne peut en bâtir une autre à l'intérieur. Avant d'expliquer ce qu'est la méditation, nous devons encore parler de beaucoup de choses très importantes. C'est pourquoi j'ai commencé par vous dire que si vous suivez l'enseignement d'aujourd'hui et vivez en conséquence, dans un ou deux mois votre vision des choses changera. Je peux vous l'assurer car je parle de ma propre vie pratique, et des expériences des Maîtres compétents.

Il est dit dans les Saintes Ecritures qu'on ne trouve aucun Maître parmi un million de gens, mais peut-être un dans un milliard.

Combien de Maîtres étaient dans le monde au temps du Christ? Très nombreux étaient ceux qui revendiquaient cette position. Jésus fut crucifié par ceux qui servaient les chefs religieux de ce temps. Kabir vivait dans le monde, et Il fut aussi soumis à de nombreux châtiments uniquement parce qu'Il disait qu'Il n'y en a qu'un qui agit, le pouvoir de Dieu. Savez-vous qui était Kabir? Il dit de Lui-même qu'Il vint durant les quatre âges, en tant que Sat Sukrat, Muninder, Karunamae, puis Kabir – durant l'âge d'or, d'argent, de cuivre, et de fer. L'on demanda à Kabir quand Il devint un dévot. Il répondit: «Au temps où la lune, le soleil, la terre, les dieux et déesses n'existaient pas, où rien n'existait dans le monde, j'étais en méditation.» Il fut prié de méditer pour la Force Divine. Cette Force est appelée le pouvoir du Christ. Les Maîtres ne sont pas différents, ils sont tous un. Nous disons habituellement: «Le Christ est autre que Guru Nanak ou Kabir.» Non, Ils sont tous un. En ce moment par exemple, brillent dans cette salle de nombreuses ampoules. Notre attention est pourtant tournée vers la lumière et non sur le verre. Les Maîtres sont tous un, Ils sont tous positifs, même s'Ils sont venus sous différentes apparences. Ainsi tous les Maîtres compétents – qu'Ils vinrent de l'Orient ou de l'Occident, en des lieux et âges différents – ont enseigné unanimement l'unique et même Vérité.

Si vous avez recours aux Saintes Ecritures, vous y trouverez cette même Vérité. Tous les Maîtres compétents sont unanimes dans leurs déclarations contrairement aux soi-disant maîtres qui vinrent par millions dans le monde. Leurs expériences ne coïncident pas les unes avec les autres, car leurs chemins sont différents. Leur chemin se limite à ce monde, au monde astral et causal.

Cependant les mondes physique, astral et causal sont constitués de matière. Ces plans sont le domaine de la force négative. Les soi-disant maîtres travaillent avec cette force négative qui contrôle les plans astral et causal. Kabir qualifie de malfaiteurs tous ceux qui ont médité sur ces plans. Il nous dit: «Ne vous asseyez pas aux côtés

d'un tel malfaiteur car le péché adhèrera à votre âme, et elle tombera comme les pétales d'une fleur.»

Qui sont ces malfaiteurs? Ce qu'ils ont fait – et continuent de faire – dans le monde est visible par tous. Si vous lisez très attentivement les Saintes Ecritures, vous pourrez tout y trouver. Le problème est que nous n'avons pas recours à nos Saintes Ecritures, ni ne recherchons la conscience à l'intérieur du corps humain; nous restons donc ignorants. La question est à l'intérieur et la réponse aussi. La maladie est en nous de même que le remède. Le corps humain est la véritable église. Il est la véritable Bible, une Bible avec deux pages. Ouvrez-la, tout l'enseignement s'y trouve. Le macrocosme est dans le microcosme. Dans le corps existe tout ce qui est dans les plans physique, astral et causal. Tout ce que Dieu a créé existe dans le corps humain. C'est pourquoi il est dit: «L'homme est le prototype de toute la création.» Ce sont des choses fondamentales.

Nous devons par ailleurs savoir plus de choses sur ce que contient ce corps. Il y a tant de choses à savoir que cela ne peut être expliqué en un jour. L'enseignement dont nous parlons aujourd'hui n'est qu'un bref aperçu de ce qu'il reste à apprendre.

La compétence de notre Père est sans limite, et ainsi en est-il de ce qu'il nous reste à apprendre. Nous devons apprendre et vivre selon cet enseignement jusqu'à notre dernier souffle, car c'est avec notre Père que nous devons vivre pour l'éternité.

Cet enseignement n'est pas seulement celui qui est écrit dans les Saintes Ecritures, car elles n'en contiennent qu'une partie. Il est dit: «Ce qui est écrit dans les Saintes Ecritures existe aussi dans le corps humain, mais ce qui est écrit dans le corps humain n'est pas écrit dans toutes les Saintes Ecritures du monde entier.» C'est pourquoi le Christ et les Maîtres disent: «Frappez à l'intérieur, allez à l'intérieur de ce saint corps.» Le corps est une magnifique maison dans laquelle nous vivons.

Il est dit que le siège de l'âme est entre les deux yeux (entre et derrière les sourcils). Tous disent: «Ici est le siège de l'âme, c'est là que nous devons méditer!». Où se trouve exactement cet endroit? C'est un grand problème, personne ne le sait vraiment. Pourtant il est important de le connaître. Si nous savons où se trouve le siège de l'âme, il n'y a plus de problèmes.

Savez-vous ce qui se passe au moment de la mort? Nous nous retirons des membres inférieurs, transcendons le centre de la gorge, puis notre attention, l'esprit ou la conscience, se dirige entre et derrière les sourcils. Elle se tourne alors vers le haut et à l'intérieur, là où se trouve le siège de l'âme. Nous disons généralement: «Ici est le siège de l'âme», mais l'atteindre est très difficile parce que le siège du mental et de l'intellect se trouve très proche. Le corps n'est pas constitué de cinq éléments essentiels mais de huit. Lorsque nous quittons le corps nous abandonnons cinq éléments, les trois autres nous accompagneront toujours: l'intellect, le mental et l'égo. Ces derniers sont de matière, et ils s'étendent jusqu'au plan causal. Les plans physique, astral et causal sont aussi constitués de matière: on n'y trouve pas la réalité, ce sont des barrières empêchant l'esprit de s'élever.

Le mental est le roi dans le corps et sur les plans physique, astral et causal. Les «rishis» et «munis», les dieux et déesses devinrent prisonniers du mental et ne purent se dégager de ses tentacules. Ils ne purent surmonter l'attachement, le plaisir et l'égo; tout cela est encore en eux. Qu'y-a-t-il sur le plan astral et causal? Tout ce que l'on trouve dans la forme physique, existe là-bas sous forme astrale, et ensuite sous forme causale. Mais tout ceci n'est que matière.

Que font la plupart des gens lorsqu'ils méditent? Comment méditent-ils? En premier ils doivent surmonter l'intellect. Peut-être y parviennent-ils, mais ils leur est impossible de surmonter le mental. Vous savez, lorsque vous créez un désir, votre mental s'y identifie immédiatement. Le mental dans le corps physique est astral. Tout le

monde crée désirs sur désirs, et le mental est identifié avec eux – il reste toujours astral. Si nous avons le désir de voir quelque chose intérieurement, le mental s'identifie aussitôt avec ce désir et nous montre de la lumière. Si l'on se concentre avec force de sa propre volonté il nous conduit sur le plan astral, et ensuite dans les chakras. Le mental fait donc apparaître la lumière instantanément.

Contrairement à ceci, l'expérience donnée par le Christ et tous les autres Maîtres compétents commence dans l'obscurité – mais nous y reviendrons plus tard. Nous devons d'abord parler du mental, car ses activités sont très étendues. Il est primordial de connaître le mental et ses activités avant de méditer. Mental, matière, maya et force négative sont une seule et même chose. Chacun dans ce monde désire être heureux. Sans désirs, personne ne peut être heureux dans ce monde. L'homme doit créer son propre bonheur. Mais lorsque nous avons des désirs, nous créons également péché, attachement, égo, mensonge. Chaque désir accompli apporte de l'attachement, puis de l'égo. Après quelque temps, lorsque le désir a été réalisé, il perd sa valeur, et nous nous en désintéressons. L'homme crée durant sa vie un désir après l'autre, et perd ainsi sa vie. C'est la façon d'agir de la force négative, ou du mental.

Ceux qui se concentrent intensément entre et derrière les sourcils, et essaient de méditer par eux-mêmes, entrent dans les chakras et le plan astral, et la force Kundalini s'ouvre et s'élève le long de la colonne vertébrale jusqu'à la partie supérieure de la tête d'où un son commence à vibrer (ce son est négatif, et est différent de l'expérience du Son donné par les Maîtres compétents). Qui a-t-il sur le plan astral? Là sont les dieux, les déesses et les avatars. Ils contrôlent sur ce plan des grandes cités. Il y a là les «riddhis» et les «siddhis» (forces surnaturelles), des miracles et de la lumière en abondance. L'âme entre dans ce plan comme dans une carafe: le haut est étroit puis s'élargit progressivement, et l'on s'y fait prendre. Il y a de constants changements, car c'est le mental astral qui nous y conduit. Savez-vous ce qu'est le mental? On le compare à un

serpent. Celui qui par la grâce du Maître peut voir le mental voit toujours un serpent. Le mental dans le corps est un serpent. Son apparence est toujours changeante. Vous savez qu'un serpent peut avancer très rapidement en terrain accidenté mais pas sur une surface plate et lisse. Ainsi le mental crée de constants changements dans la vie d'un homme, car c'est son rôle de le mener à la force négative. Il ne vous laisse pas le dominer, et quand vous commencez à suivre le bon chemin il va essayer de vous faire croire que vous vous trompez. Il est plein de ressources pour nous maintenir dans l'illusion. C'est pourquoi on l'appelle le «cobra à mille têtes.» Un cobra normal ne peut être contrôlé, et le mental en est un à mille têtes!

Le monde entier est contrôlé par le mental. Nous ne pouvons savoir que nous sommes l'âme ou le mental. Afin de mieux comprendre, je vous donne un exemple. Admettons que le mental me dise «regarde ce qu'il y a derrière toi», je répondrai «regarde par toi-même si tu en as le pouvoir – je ne regarderai pas!» Je n'obéirai pas car je ne suis pas le mental. Pourquoi devrai-je lui obéir? Mental, matière et force négative sont la même chose. Nous créons des désirs, et qui se charge de les réaliser? Toutes les Saintes Ecritures disent: «Sois sans désirs!» Aussi longtemps que nous ne serons pas sans désirs, et que nous ne vivrons pas détachés dans un monde d'attachements, nous n'atteindrons pas notre but. Car lorsque nous devons quitter ce monde, nous devons également retirer notre attention de ce monde. Si notre attention reste attachée à ce monde, nous devons également y retourner. Nous créons donc des désirs, que le mental prend soin de réaliser. Ainsi nous renforçons le pouvoir de la force négative.

Au commencement il n'y avait ni paradis ni enfer, car l'homme avait un contact direct avec la force divine. Qui créa l'enfer sur le plan astral? Il y a l'enfer et le paradis sur ce plan, et un ciel encore plus élevé sur le plan causal. Ce ciel est appelé Baikunth et il fut créé par

la force négative. Le Maître questionna cette force: «Tu as été envoyée dans le monde pour servir l'homme. Comment es-tu parvenue à lui créer autant d'obstacles?» Elle répliqua: «L'homme créa des désirs, et renforça mon pouvoir. Il doit payer ses dettes, qui sont très lourdes.» Ainsi la force négative créa l'enfer pour les pécheurs et le paradis pour les pieux égoïstes. Ils vivent sur ces plans, et doivent revenir dans le monde. Ils sont pris dans la roue des transmigrations de l'âme. Je vous le dis, il n'y a pas de salut sur ces plans. Quand le péché n'existait pas, la prison n'existait pas non plus. Le péché fut créé en premier et la prison par la suite. Ainsi tous disent: «Venez, nous vous montrons la Lumière, nous vous montrons le Paradis!», mais il ne s'agit pas du Ciel prêché par le Christ. Les Maîtres compétents disent: «La religion commence là où les philosophies du monde finissent.» Ces philosophies finissent sur les plans astral et causal. Nous devons d'abord nous élever au-delà de ces plans. Une fois cette élévation réalisée, on peut connaître les causes et les effets de toutes choses, car l'on est au-delà du monde. Quand on est parvenu à voir les causes et les effets dans le monde, l'éveil est réalisé. L'on est prêt alors à s'élever dans le vrai Ciel.

Nous sommes confrontés à de nombreuses illusions sur le plan astral. Il existe là les «riddhis» et les «siddhis», que l'on appelle «forces miraculeuses.» Elles sont éparpillées au sol comme de nombreuses et merveilleuses fleurs. Il n'est même pas nécessaire de les cueillir, il suffit de les regarder pour qu'elles nous influencent. Ensuite on revient du plan astral en emportant ces forces surnaturelles. Et ceux qui méditaient sur le plan astral qu'apportèrent-ils? La magie noire, les guérisons spirituelles, le mesmérisme, l'hypnose, le yoga kundalini; ils ont fait beaucoup de choses dans le seul but d'influencer les autres. Quels sont les aspects négatifs de l'existence? Ils proviennent uniquement de ces gens qui ont un contact avec le plan astral. Celui-ci est dominé par la force négative et est ouvert à tous. Celui qui désire s'y rendre n'a pas besoin d'un Maître, car le mental prendra lui-même soin de l'y

conduire. Il est raconté qu'un prétendu «Saint» et son disciple étaient assis en méditation afin d'accéder au plan astral. Le disciple étant plus réceptif, il y accéda plus vite que son Maître! Le plan astral est ainsi ouvert à tous, mais c'est un piège mortel. Celui qui l'atteint une fois ne peut plus s'en dégager. Il y a de nombreux exemples dans les Ecritures. Lisez les écrits de différents «rishis et munis» qui méditèrent pendant d'innombrables années. Il est dit qu'ils méditèrent durant mille ans. Ils maigrissent et devinrent squelettiques, mais ne purent résoudre l'énigme de la vie, car il ne purent se dégager de cette région. Ils perdirent leur vie. Que firent-ils? Ils prolongèrent leur vie en pratiquant le Prana-Yoga qui permet de contrôler le système respiratoire. Nous respirons environs douze à quinze fois par minute. Si l'on parvient à contrôler la respiration, on peut en diminuer le nombre à deux trois, quatre ou cinq fois par jour! Ils furent capables de réduire leur respiration à ce point. Comme il est dit que notre vie est comptée en souffles, ils purent méditer et prolonger leur vie pendant très longtemps. Ils ne purent néanmoins résoudre le mystère de la mort.

Que sont les miracles? Ce ne sont que des illusions. On voit quelque chose, et l'on s'en trouve influencé. Au contraire, les Saintes Ecritures nous disent que la Sainte Lumière n'apparaît pas dans le monde extérieur, ni sur terre, ni dans les eaux. Elle apparaît dans le Ciel dont parle le Christ. Les miracles et toutes ces choses sont entièrement négatifs. Qui a-t-il là-bas? Uniquement de la lumière astrale, de la poussière astrale qui apparaît sur la poussière du monde physique. On dit d'une personne qui fait des miracles «C'est un Saint!» Non, ce n'est pas un Saint. Kabir dit que c'est un malfaiteur, venu uniquement pour nous égarer. Qui a-t-il encore? C'est comme un feu d'artifice: on voit des choses merveilleuses, mais ce ne sont que des illusions qui n'ont pas d'existence réelle et qui en un instant se transforment en un tas de poussière. Si vous voulez vraiment voir un beau spectacle, allez dans un jardin, il y a là des choses merveilleuses. Mais ces feux d'artifice ne sont que des illusions. La

même chose se produit quand la poussière astrale se mélange à la poussière du monde physique: nous pensons qu'un homme créant ces artifices est un Saint. Il accomplit des miracles et ceux qui sont touchés par cela se font capturer par la force négative. Celui qui n'y porte aucune attention ne peut tomber sous l'emprise de cette force. Tout ce qui se passe dans le monde est négatif. Afin de connaître la vérité et maîtriser ce sujet, nous devons apprendre et être remplis d'aspiration. Ainsi notre thème d'aujourd'hui est très beau. Nous devons à présent savoir ce qu'est le corps humain, et de quelle nature est notre relation avec le monde.

Ceci est un très vaste sujet, et je vais devoir le résumer, autrement il ne sera pas possible d'en avoir une vision globale. Vous devriez maintenir un contact avec nous pour assimiler ce sujet, car vous devrez apprendre toute votre vie, il n'y a pas de fin à l'apprentissage.

Un jour un homme alla vers Kabir et dit: «Il y a un Maître qui affirme que le Christ ou différentes forces peuvent être vus, et il en fait démonstration à qui le veut. Cependant vous dites que l'analyse et la connaissance de soi sont nécessaires dans le but de parvenir à la connaissance de Dieu, et que l'on doit apprendre et être rempli d'aspiration.» Kabir répondit: «Amenez cette personne ici.» Ainsi Kabir le rencontra et lui dit: «Ce que tu dis aux gens les égare et les trompe. Je te prie de ne plus dire ces choses.» Cet homme était dans une certaine mesure prêt à faire quelques compromis. Kabir lui dit: «C'est ton mental qui joue un double jeu. Il te laisse voir quelque chose à l'intérieur, et te montre ensuite la même chose à l'extérieur.» Quand l'autre lui fit part que même le Seigneur Krishna lui apparaissait, Kabir lui conseilla: «Lorsque tu seras assis en méditation et qu'il apparaîtra, attrape son bras et ne le laisse pas partir!». Cela lui fut dit par un Maître compétent. Lorsqu'il était assis en méditation, le Seigneur Krishna lui apparut et l'homme lui prit le bras. Alors qu'il luttait avec lui, il ouvrit soudain les yeux et

vit qu'il tenait son propre bras. Ceci est le chemin de la force négative.

Il est très difficile de reconnaître le mental et la force négative. Comment peut-on s'en délivrer? Nous avons besoin de conscience, nous devons être éveillé, et savoir discerner les choses. Si vous parvenez à un juste discernement, alors vous Lui appartenez. Ce n'est pas si difficile, il ne faut qu'une juste compréhension. Lorsque nous quittons le corps, les yeux cessent leur activité. Nous quittons le monde. Si notre oeil intérieur n'est pas ouvert, il est dit que l'on se retrouve dans une obscurité totale, ne pouvant pas entrer à l'intérieur et ne voyant même pas ses propres pieds! On est ainsi emporté par la force négative, on ne sait pas où aller car le siège de l'âme est dans l'obscurité totale. Mais si l'on s'élève au-dessus du plan astral et causal, le troisième oeil s'ouvre. Comment cela se réalise? C'est une chose pratique.

Je vais vous expliquer où se trouve le troisième oeil et comment il peut être ouvert. Si vous savez cela, vous pourrez aller partout dans le monde et questionner ces «maîtres»: «Ici est le siège de l'âme, élevez-moi directement depuis cet endroit!» Vous ne serez plus jamais égarés. Si vous demeurez à cet endroit, vous obtiendrez la juste compréhension, vous serez éveillés, et vous deviendrez des travailleurs conscients du plan divin. Mais pour atteindre cet endroit vous devez encore apprendre beaucoup de choses. Ce que je veux vous donner aujourd'hui est un cadeau, un héritage inestimable, et si vous le comprenez, personne ne pourra plus vous égarer, aucun de ces prétendus maîtres ne pourra vous tromper. Vous aurez un contact direct et indépendant avec la Force Divine. Ceci est votre devoir, vous devez vous-même l'accomplir. Pour cela vous n'avez besoin que de conseils. Les vrais Maîtres qui vinrent dans le monde étaient rattachés à cette Force, et étaient envoyés par Elle. Que firent-ils? Ils ne lièrent personne à eux-mêmes. Ils aidèrent les autres à ne s'attacher qu'à Dieu. Cela est écrit dans les Saintes Ecritures. Nous

sommes assis et apprenons dans la même classe, bien que nous portions les signes extérieurs de religions différentes. Notre sujet est le même, comme à l'école, au collège ou à l'université. Pour l'humanité entière le sujet est un et identique.

Nous pouvons maintenant en venir à notre thème: Qu'est-ce que la méditation, où et comment méditer, et qui peut nous aider? Il est dit que le siège de l'âme se trouve entre et derrière les sourcils. Mais comment pouvons-nous nous y élever? Il existe trois canaux entre les sourcils: Ida, Pingala et Sushmana. Ida et Pingala sont des nadis (canaux) physiques, car ils ne parviennent qu'aux plans astral et causal. Ils sont donc de nature physique, matérielle, contrairement à Sushmana qui est invisible et au-delà de toute matière. Notre âme doit prendre cette voie centrale afin de s'élever, car il existe là une ouverture. Où se chemin mène-t-il? Il transcende les régions astrale et causale. Du côté droit sont la lune et les étoiles, et du côté gauche sont le soleil et les créations. Ainsi lorsque vous méditez et avez un désir, votre mental s'y identifie et vous conduit soit à gauche, soit à droite; les deux côtés sont gouvernés par la force négative. Ici se trouvent les créations, et elle sont des obstacles pour l'âme. Que se passe-t-il? On voit de la lumière, on a des émotions et l'on chute. C'est ce qu'il advient lorsque l'on pratique ces différentes méditations. Par contre, le troisième oeil est une très petite ouverture. Il est dit qu'il est dix fois plus petit qu'une graine de moutarde. Tous les Maîtres disent que c'est un chemin glissant et très abrupt, que même une fourmi ne pourrait escalader. Kabir dit: «Même les pattes d'une fourmi glissent sur cette pente! Alors comment pourrions-nous y accéder en étant chargés comme des boeufs?» Quand l'âme s'élève avec l'aide d'un Maître compétent, il vous conduit directement à cet endroit. Là règne une obscurité totale. Ainsi la méditation enseignée par le Christ et tous les Maîtres compétents commence dans l'obscurité, et non dans la lumière.

Peut-être savez-vous qu'Alexandre le Grand avait un Maître qui

s'appelait Quazi Kidr. Le Maître voulait empêcher Alexandre de semer la tyrannie et la mort dans le monde. Il voulut lui montrer le chemin de la Vérité et lui donner le Pain et l'Eau de la Vie.

Alexandre l'écoutait mais n'était pas prêt à coopérer. Alors Quazi Kidr l'éleva de force jusqu'au siège de l'âme; il est dit dans les Ecritures qu'Alexandre vit une profonde obscurité qu'il ne put surmonter pour boire le Pain et l'Eau de la Vie. Alors il revint, et fit ce qu'il avait envisagé de faire.

Il est dit que «Quand ton oeil sera unique, ton corps entier sera dans la lumière»; cela signifie que lorsque notre attention se retire des membres inférieurs, puis des régions astrale et causale, elle n'emprunte pas tel ou tel chemin. Elle s'élève directement au-dessus du plan causal, et il y a là une ouverture – c'est le chemin enseigné par le Christ. On y trouve le Pain et l'Eau de la Vie. Là règne la sérénité et la musique des sphères. Si l'on entre une fois en contact avec cet endroit, on naît à nouveau. C'est la même expérience qu'au moment de la mort. Une fois la deuxième naissance réalisée, quelle raison aurions-nous de revenir dans le monde? Celui qui une fois a goûté au pain de la vie n'aura plus faim du monde. Celui qui une fois a bu l'Eau de la Vie n'aura plus jamais soif.

Ceci n'est pas ce qui est enseigné partout. Certaines personnes disent: «Oui, j'ai aussi été initié par un Maître compétent!». Il existe tant de groupes! Lorsqu'un Maître compétent quitte son corps physique, beaucoup de gens se lèvent et disent: «Le Maître m'a destiné à être son successeur!» C'est ce qui se passe encore aujourd'hui. Néanmoins, les expériences qu'ils donnent peuvent également être faites sans eux, car on peut pénétrer dans le plan astral sans l'aide de quiconque. Lorsque l'on se concentre avec force à cet endroit, (au milieu du front) on peut faire des expériences, mais elles sont toutes négatives.

On doit renaître à nouveau. Vous avez besoin de l'aide de celui qui peut vous élever jusqu'à cet endroit (le Ciel enseigné par le Christ).

Lorsque ceci est réalisé, le but de la vie humaine est accompli. Là vous pouvez méditer. Qui parvient à méditer sur ce plan, dont parle le Christ quand il dit: «Mon père et moi sommes un?» Parvenir à cet endroit précis est chose difficile. Toutefois sans le savoir votre attention est parvenue d'elle-même à cet endroit, mais vous l'avez oublié. Personne ne vous a aidé, mais votre attention s'est élevée. Par exemple, supposons que vous vous êtes rendu dans un pays étranger où l'accueil fut très chaleureux, les gens très aimables, servant d'excellents repas et vous faisant visiter le pays. Ensuite vous vous trouvez à nouveau chez vous. Vous préparez et servez le repas, parlez à vos amis, mais votre attention est encore là-bas. Vous accomplissez à l'extérieur votre travail habituel, mais vous êtes absent, détaché de l'endroit où vous vous trouvez.

Ou alors quelqu'un passe près de vous et vous demande: «Cher ami, avez-vous vu cette personne qui vient juste de passer?» Vous répondez: «Non, j'étais ailleurs » Vos yeux étaient ouverts, mais vous ne l'avez pas vue. A quoi cela tient-il? Ici est le siège de l'âme, entre et derrière les sourcils, et c'est également de cet endroit que l'on quitte le corps au moment de la mort. Cinq portes s'ouvrent vers l'extérieur, auxquelles correspondent les cinq facultés extérieures de l'âme. Ce sont les oreilles, les yeux, le nez, la bouche et la peau. Cinq sens et cinq portes s'ouvrent donc vers l'extérieur. Quand celles-ci sont ouvertes, elles perçoivent les impressions venant de l'extérieur, qu'elles soient bonnes ou mauvaises. Quand elles sont fermées vers l'extérieur, elles s'ouvrent vers l'intérieur.

Connaissez-vous l'exemple de Newton? Il était absorbé par la résolution d'un problème mathématique, quand des joueurs de tambour passèrent à ses côtés. Cependant il déclara: «Personne n'est passé.» Il n'a rien entendu, car son attention était entièrement dirigée vers la résolution du problème. Sa pensée était exempte de pensées. Quand les cinq portes se ferment vers l'extérieur et s'ouvrent vers l'intérieur, on appelle cela «inversion». Mais il faut également

parvenir à fermer les cinq portes qui s'ouvrent vers l'intérieur. Le Christ dit à ce propos: «Lorsque les dix portes de ce temple seront fermées, vous verrez la lumière céleste à l'intérieur.» Pour les fermer on doit s'élever au-dessus de l'intellect et du mental et de tout ce qui se passe dans le monde. C'est la même expérience que l'on fait au moment de la mort. Il est très important de comprendre cela.

Il n'existe pas de concessions – l'Enseignement lui-même est une concession. Si vous suivez l'Enseignement, l'amour et la compassion deviendront des valeurs fondamentales dans la vie du disciple. Chaque cheveu a sa racine dans la même peau. Avec cet enseignement vous avez la solution pour vos problèmes et vos attachements dans le monde.

Dans les corps physique, astral et causal, l'âme est dominée par le mental, et ne peut s'en libérer. Mais une fois élevée au-dessus du plan causal, l'âme est pure. Lorsque le troisième oeil est ouvert et que l'âme peut entrer dans le Ciel, elle est délivrée du mental. Dès que cela est réalisé, elle obtient le Pain et l'Eau de la vie. C'est une loi. Celui qui une fois obtient la vision du Bien-Aimé intérieur se perd en Lui. Cela doit devenir l'intérêt primordial dans notre vie. En réalité cela est simple à comprendre, mais les gens sont souvent égarés et dans l'ignorance. Quelque chose leur est dit, mais autre chose leur est donné. Chacun peut dire: «C'est comme ceci, ou comme cela», mais ils ne sont pas capables de donner cette expérience, car c'est un don de Dieu. Personne dans le monde ne dit que seul Dieu peut donner ce présent. Toutefois, si on connaît la compétence de son Maître, et si on apprend toujours plus, on devient plein d'aspiration, et Il donnera ce présent. Dans le monde, quand on aime quelqu'un, on lui donne son coeur. Quand on donne son coeur, on donne aussi sa tête. Cela signifie que vous donnez également votre intellect et votre mental.

Il s'agit d'une aspiration et d'un apprentissage constant. En fait, rien ne vous est donné de l'extérieur, tout est déjà en vous. Cette sérénité,

cet amour est là, il vibre à l'intérieur, mais nous n'allons pas à cet endroit. Personne ne peut aller à cet endroit, à notre place, c'est un travail individuel que l'on doit entreprendre. Il n'y a pas d'autre chemin.

Mieux vaut ne pas méditer que de méditer de la fausse manière. Si vous ne méditez qu'avec l'aide de votre mental afin d'accomplir vos désirs, cela deviendra un piège mortel.

Kabir dit: «Dix avatars et de nombreux dieux et déesses sont venus dans le monde. Mais ils ne sont d'aucune utilité pour nous, car sur leur tête poussent de mauvaises herbes, ils ne peuvent voir l'Eau de la vie.» S'ils ne voient pas l'Eau de la vie, comment pourraient-ils la donner? L'homme a le plus haut rang dans la création – il est à l'image de Dieu. Le père est très attaché à l'enfant, et la naissance humaine est le seul moyen pour retourner à notre demeure éternelle. Si cette opportunité est perdue, qui peut alors nous sauver? Notre vie dans ce monde est extrêmement brève. Tous les Maîtres disent qu'elle ne dure pas plus de quatre jours. Certains disent qu'elle est aussi courte qu'un souffle comparée à la vie éternelle que nous vivrons avec notre Père. Ainsi notre vie n'est pas plus longue qu'un souffle, et pendant cette vie nous devons accomplir beaucoup de choses. Les Maîtres nous disent: «Soyez plein d'aspiration, et vivez en conséquence.» Il y a deux choses que nous devons apprendre de la vie des Maîtres: vivre et travailler pour Dieu! Si vraiment vous vivez et travaillez pour Lui, votre devoir est accompli. Vous savez, quand les Maîtres viennent dans le monde, ils viennent totalement pour les autres. Leur devoir est différent. Vous devriez au moins vivre pour votre soi véritable (votre âme), et cela ne devient possible que lorsque nous vivons pour les autres. Nous créons des liens avec d'autres personnes et alors nous nous disons: «Nous vivons pour nous-mêmes!» Non, en réalité c'est de l'attachement. Cela nous conduit à un autre thème, celui de notre vie à la maison, de nos affaires familiales, de l'éducation de nos enfants. Le sujet est très

vaste, et je ne vous en ai dit que peu. Il est si étendu que nous devons apprendre tout au long de notre vie. Avec le temps il deviendra de plus en plus clair. Si nous devenons des travailleurs conscients du plan divin, nous apprendrons cela par nous-mêmes. Nous serons alors capables de lire la véritable Bible qui est en nous. Tout provient de l'intérieur, la question et la réponse sont à l'intérieur. Supposez que vous me posiez une question très importante pour vous, et que je vous donne une mauvaise réponse. Vous ne pourrez être d'accord, car en vous se trouve déjà la juste réponse, vous ne voudrez pas m'écouter. Tout est à l'intérieur, rien à l'extérieur.

S'il vous plaît, pensez que toutes ces expériences résultant des diverses sortes de méditations ne sont pas dans notre intérêt, mais nous lient aux aspects négatifs de l'existence. Plus encore, les Maîtres parlent d'un piège mortel. Revenez aux Saintes Ecritures! Si vous suivez les Enseignements du christ, vous serez un vrai chrétien. Etre un vrai chrétien, un vrai sikh, un vrai hindou signifie une seule et même chose. Ce ne sont que les signes extérieurs qui sont différents. Nous devons tous devenir de véritables êtres humains. Aucun Maître compétent dans le monde ne créa de religion, mais les religions sont apparues après le départ physique de ces Maîtres. Dieu créa l'homme, et l'homme créa la religion.

Je ne suis pas ici pour vous lier à telle religion, «isme» ou secte; en devenant un vrai chrétien vous serez un exemple pour le monde, vous serez un véritable être humain.

*Tous les mantras et rituels
Sont futiles et conduisent à l'erreur,
Ne laissez personne tomber dans ce piège;
Sans réaliser le vrai Shabd
Le corbeau ne peut se changer en cygne.*

*Qui connaît le Shabd
Comme essence de la Vérité,
Qui vit selon Lui
Et intensifie sa foi,
Se transforme de corbeau
En cygne immaculé.
Il conquiert les vagues turbulentes
De l'océan terrible
Et atteint la rive
De la béatitude.*

Kabir

Informations:

Centre pour l'Est:

Unity of Man
Dr. Harbhajan Singh
361 Mall Road
AMRITSAR / INDIA

Centre pour l'Ouest:

Unity of Man
Steinklüftstraße 34
A-5340 ST. GILGEN
Tel.: 06227 - 7577
Fax: 06227 - 7630