**DISCOURS DE BHAGAVÂN BABA : le 23 février 2009**

***Mahâshivarâtri***

**Installez Dieu dans votre Cœur et méditez sur Lui**

***“Bharât, la patrie de beaucoup d’âmes nobles, a gagné une bonne renommée dans tous les continents du monde*. *Bhârat est le pays d’un peuple valeureux qui a vaincu les souverains étrangers sur le champ de bataille, obtenant ainsi son indépendance.  
Bhârat est le pays qui a excellé en musique, en littérature et autres beaux arts.  
Ô vous, garçons et filles, qui êtes nés sur cette noble terre de Bhârat, votre devoir le plus sacré est de protéger son riche héritage culturel.”***

Poème telugu

**La spiritualité conduit l’homme au niveau le plus élevé**

***Incarnations de l’Amour !***

Depuis que nous sommes nés, beaucoup de nuits ont succédé aux jours, mais on ne peut donner à toutes ces nuits le nom de *shivarâtri*. Seule, la nuit durant laquelle nous récitons le nom de *Shiva*, chantons Ses gloires et contemplons le principe de *Shiva* est *shivarâtri*. En fait, chaque nuit passée dans la contemplation de *Shiva* est *shivarâtri*.

***Dieu sans forme assume la forme sous laquelle Il est adoré***

*Shiva* n’est pas le nom d’une Incarnation particulière de Dieu. *Hari* et *Hara* sont dépourvus de forme physique. Ils sont *bhavatîta*, au-delà des pensées. Le nom *Hari* se réfère à *Vishnu* et le nom *Hara* se réfère à *Shiva*. Ils n’ont pas de forme, mais les gens leur attribuent une forme, les adorent sous leur forme particulière, et aspirent à la vision de cette forme. Étant donné que  *Shiva* et *Vishnu* ne se sont pas incarnés sous ces formes, qui donc les leur a données ? Des artistes, tel Ravi Varma, les ont représentés sur base de descriptions et attributs donnés dans les *Shâstras* et les *Purânas* (textes sacrés). Les formes représentées sont seulement le produit de leur imagination, c’est tout !

En fait, *Vishnu* et *Shiva* transcendent toutes les formes et toutes les descriptions. Dieu est décrit comme étant : *Nirgunam, niranjnanam, sanâtana niketaranam, nitya, shuddha, buddha, mukta, nirmala svarûpinam* - sans attributs, pur, Demeure finale, éternel, sans tache, éclairé, libre et l’Incarnation du sacré.

Les artistes donnent des formes particulières à la Divinité sans forme et sans attributs ; les fidèles adorent ces formes, aspirant à voir *Shiva* et à *Vishnu* dans ces formes, on ne peut toutefois limiter Dieu à une image ou à une peinture ! Quelle représentation pourriez-vous faire de Dieu qui n’a pas de forme ?

Néanmoins, Dieu assume la forme sous laquelle Ses fidèles L’adorent. Cette forme n’est pas éternelle, elle existe seulement pour un moment particulier. Toutes les formes sont temporaires. Dieu transcende toutes les formes.  
  
Un jour, la Déesse *Lakshmî* commentant la forme de *Shiva* dit à *Pârvatî* :

***“Oh Gaurî ! Tu es très jeune et Sâmbâshiva est âgé,  
Il a des cheveux emmêlés, et porte une peau de tigre,  
Il monte un taureau, et est toujours en mouvement,  
Il est orné de serpents,  
Comment peux-tu lui faire la cour ?  
Ne sais-tu pas tout cela ?  
Il n’a pas de maison et dort dans le cimetière.”***

Poème telugu

Ceci aussi fait référence à la forme imaginaire de *Shiva*.

De plus, *Lakshmî* fit remarquer : “*Shiva* n’a pas de maison. Il ne peut même pas donner asile à quelqu’un. Il n’appartient à aucune caste ni lignée. De plus Il est *arthanarisvara* (androgyne). Comment dès lors peux-tu dire qu’Il est Dieu ? *Parvatî* répondit : “Dieu transcende tous les noms, formes, clans ou lignée.” Ensuite, questionnant *Lakshmî* elle dit : “Ô mère *Lakshmî*, sais-tu quel genre de personne est ton mari ? Il n’a le temps ni de manger ni de dormir. Il se précipite pour aider les fidèles qui requièrent Son aide sans manger la nourriture qui Lui est servie. Quand des fidèles comme Draupadî, Prahlâda ou Nârada, L’appellent, Il se précipite pour les secourir. Comment as-tu pu L’épouser ? Il court sans cesse pour venir en aide à Ses fidèles ?”

Tous les noms et formes attribués à Dieu sont imaginaires. Ils ne sont pas réels. Dieu est éternel. Il n’a ni nom ni forme. Il est immuable. Il n’a ni naissance ni mort, ni commencement ni fin. Il est *âtmasvarûpa*, l’Incarnation de l’*âtman* éternel. Du fait de son illusion, l’homme attribue des noms et des formes à Dieu qui est sans forme. Cependant, Dieu assume la forme sous laquelle Ses fidèles L’adorent, comblant ainsi leurs aspirations. Si un fidèle prie Dieu de lui donner Son *darshan* sous la forme de *Krishna*, Dieu lui apparaîtra sous cette forme. De même si un autre fidèle adore Dieu sous la forme de *Râma*, Il assumera la forme de *Râma*. Mais Dieu n’est pas limité à la forme de *Râma*, de *Krishna*, ni à aucune autre de Ses Incarnations. C’est pour la seule satisfaction de Ses fidèles qu’Il assume toutes ces formes. Il transcende tous les attributs. C’est nous qui Lui attribuons des noms et des formes pour notre satisfaction personnelle.

***Ne limitez pas Dieu à une forme particulière***Toutes les formes sont passagères et irréelles. La seule forme éternelle et véritable de Dieu est l’*âtman*. Tout peut changer, le monde entier peut changer, l’*âtman* seul ne change pas. En fait, l’univers entier est immanent dans l’*âtman*, aussi appelé ‘Conscience divine’, *aham* ou *brahman*. Le fait d’attribuer divers noms et formes à Dieu induit l’homme en erreur. Toutefois, quand Dieu s’incarne sur terre et assume une forme, il est bon que les êtres humains contemplent cette forme, L’adorent et aspirent à L’atteindre. Tant que la forme est présente sur terre, vous en retirez une grande satisfaction et expérimentez un grand bonheur.

Cependant, ne limitez pas Dieu à une forme particulière. La forme physique existe seulement pour un certain laps de temps et est soumise à bon nombre de changements. Prenez ce corps par exemple, il a subi beaucoup de changements. Dans quelque temps vous ne pourrez plus voir cette forme. Toutefois, quand l’*âtman* divin incarné quitte le corps mortel et atteint sa Demeure céleste, il y a lieu de se réjouir et non d’être triste.

Dans le *tretâyuga*, Dieu s’incarna sous la forme de *Râma*. Il s’exila dans la forêt et tua de nombreux démons, y compris Ravâna, le grand roi *rakshasa* (démon). Finalement, une fois Sa mission accomplie, Il entra dans la rivière Sarayu et atteignit Sa Demeure céleste. Il en fut de même pour le Seigneur *Krishna* dans le *dvâparayuga*. Touché par la flèche d’un chasseur, Il quitta son corps mortel dans la forêt. Considérez toujours le corps physique comme étant temporaire et éphémère.

***“Le corps est composé des cinq éléments, et tôt ou tard il mourra. Quant au Résident intérieur, Il n’a ni naissance ni mort. Il n’a pas d’attachement, Il est l’éternel Témoin. En vérité, le Résident intérieur est Dieu Lui-même, sous forme de l’âtman.”***

Poème telugu

Ne pensez pas que le corps physique soit permanent. Le corps vient à l’existence pour un laps de temps particulier en fonction du temps et des circonstances. Quand le temps imparti arrive à son terme, il cesse d’exister. Le Seigneur *Krishna* s’est incarné dans le *dvâparayuga*. Quand Il se déplaçait sous Sa forme physique, *Krishna* se manifestait à Mathura, Brindavan, Gokul, Dvaraka, etc. et par ces *darshana* (vision), *sparshana* (contact et *sambhâshana* (paroles), Il rendait les gens heureux. Pourriez-vous voir maintenant cette forme physique de *Krishna* ? Ce n’est pas possible. Toute chose vient et s’en va. Notre passé reviendra-t-il ? Non, non. Le passé est passé, le futur est incertain, le présent aussi deviendra le passé.

***Installez la forme de Dieu dans votre Coeur***

Prenons l’exemple d’une ampoule électrique. Chaque ampoule a une puissance lumineuse en watts dont la durée est limitée dans le temps. À l’instar de l’ampoule, le corps des *Avatars*, comme tous les autres corps, a une durée de vie limitée. Dieu s’est incarné à plusieurs reprises en tant qu’*Avatar*. Vous devriez installer la forme de l’un d’eux dans votre Cœur, la contempler et en faire la base de votre vie. Néanmoins, ne pensez pas que le corps de l’*Avatar* sera toujours là. Les corps subissent des changements. Quand vous venez au monde, vous êtes un bébé, vous grandissez et devenez un adolescent, un adulte, une personne âgée et finalement vous quittez le corps. Le corps des *Avatars* subit également des changements. Le séjour de vie sur terre des *Avatars* est limité dans le temps. Méditez sur Eux et Ils se manifesteront certainement  devant vous.

La *sâdhana* comporte trois stades : la concentration, la contemplation et la méditation. ‘Concentration’ signifie fixer son regard sur un objet ou une forme. Si vous regardez la forme et fixez votre attention sur elle un certain temps, ceci peut être défini comme étant la concentration. Si votre attention se fixe longtemps sur la forme, on parle de contemplation. Si la forme s’imprime en permanence dans votre Cœur, sans qu’aucune oscillation du mental n’interfère, on parle de méditation.

Mais la plupart du temps, les gens pratiquent seulement la concentration et la contemplation. Ces stades ne sont pas permanents. La concentration est le premier stade, mais graduellement, vous devriez atteindre le stade de la contemplation. Celle-ci signifie que votre attention se fixe longtemps sur la forme, mais que des oscillations du mental interfèrent. Quand vous atteignez le stade de la méditation, la forme se fixe en permanence dans votre Cœur et les oscillations du mental disparaissent complètement.

Par exemple, vous adorez *Râma* et vous vous concentrez sur Sa forme. Cependant, votre concentration dure peu de temps, car elle se met à vaciller. Si la forme de *Râma* se fixe dans votre Cœur, et que les yeux fermés ou ouverts vous voyez cette forme, on parle alors de méditation. La vraie méditation ne change pas avec le temps, le lieu ou les circonstances. Vous devriez pratiquer cette méditation. Nos anciens *rishis* pratiquaient la méditation, et Dieu se manifestait devant eux quand ils priaient. Il  leur parlait et comblait leurs aspirations.

Dieu est éternel et omniprésent. Au moment où vous L’appelez, Il se manifeste devant vous. La Forme éternelle de la Divinité est *satya*, la Vérité. Elle est immuable. Vous devriez installer cette Forme vraie, immortelle et éternelle dans votre Cœur.

Vous pouvez méditer sur n’importe quelle forme de Dieu, mais ne faites aucune différence entre telle ou telle forme, comme *Râma*, *Krishna* et *Sai Baba* par exemple. Quelle que soit la forme sur laquelle vous méditez, installez-la en permanence dans votre Cœur. Elle devrait y demeurer à jamais. Vous ne devriez pas en changer.

***N’ignorez pas les valeurs éthiques***

Certaines personnes interprètent mal les *Puranâs* (textes mythologiques) pour se les approprier à leur convenance et à des fins égoïstes. Voici une petite histoire. Un jour, un homme se faisant passer pour un renonçant, mendiait sa nourriture devant une maison disant : “*Bhavathi bhiksham dehi*!” - “J’ai faim, s’il vous plaît donnez-moi à manger.” Entendant sa plainte, la maîtresse de maison sortit et lui dit : “Mon cher fils ! allez à la rivière, prenez un bain et revenez. Entre-temps, je vous préparerai de la nourriture.

Cet homme était l’exemple même de la paresse. Citant un texte des *Puranâs* il dit : “Mère ! pour le renonçant que je suis, “*Govindethi sadasnanam*!” - “Réciter sans cesse le Nom de *Govinda*” équivaut à prendre un bain !” La maîtresse de maison réalisa que cet homme était un imposteur et lui répondit : “*Govindethi sada bhojanam*!” - “Réciter sans cesse le Nom de *Govinda* équivaut à un repas ! ” Tu peux donc t’en aller !”

Cela n’a pas de sens de dire que réciter le Nom de *Govinda* équivaut à prendre un bain pour justifier votre paresse et ne pas prendre un bain. Si vous le dites, vous devriez aussi accepter que réciter le Nom de *Govinda* équivaut à se nourrir. Vous devriez toujours observer les convenances. Telle pensée, tel résultat. Si l’individu de cette histoire avait été un vrai renonçant, il aurait dû prendre un bain avant de manger. Il voulait manger pour assouvir sa faim, mais il était trop paresseux pour prendre un bain. Vous ne devriez jamais avoir foi en de tels individus paresseux.

Certaines personnes s’assoient en silence, ferment les yeux et disent qu’elles méditent. Ceci n’est pas la méditation. Elles sont sans doute assises en silence, mais leur mental vagabonde, pensant à toutes sortes de choses. C’est seulement quand le mental est inébranlable et fermement fixé sur la Réalité que l’on peut parler de méditation. La méditation est supérieure à la contemplation.

Prenons un petit exemple. Vous avez obtenu la mention très bien à l’examen semestriel, mais  vous n’avez pas droit à un diplôme. C’est seulement après avoir passé l’examen final que vous y aurez droit. La contemplation et la méditation sont comparables aux examens semestriel et final. C’est la spiritualité qui conduit l’homme au niveau le plus élevé. Aujourd’hui, les gens s’intéressent seulement aux gains matériels et terrestres, ignorant les Valeurs spirituelles, morales et éthiques. Comment dès lors peuvent-ils avoir une expérience spirituelle ? Si vous voulez avoir une expérience spirituelle, vous devez passer l’examen final de la méditation.

Vous dites “ceci est mon corps, ceci est ma maison, ceci est mon gobelet, etc.” signifiant par là que vous êtes distinct de votre corps, de votre maison, de votre gobelet. De même, quand vous dites “mon mental, ma *buddhi* (intellect) ma *citta* (mental subconscient), mes *indriyas* (sens), mon *anthakarana* (instruments intérieurs), vous signifiez que ceux-ci sont tous distincts de vous. Ce qui n’est pas distinct de vous est “Je”, votre identité véritable.

Si vous voulez atteindre le stade le plus élevé, vrai et éternel, vous devez avoir l’expérience de l’*âtman*. Ce n’est pas en lisant les *Upanishads*, le *Bhâgavatam*, la *Bhagavadgîtâ*, etc. que vous pourrez atteindre ce stade, mais c’est en mettant leurs Enseignements en pratique. La *Bhagavadgîtâ* vous montre comment faire, mais leur mise en pratique vous revient.

Vous devriez renoncer aux fruits de vos actions. Alors seulement vous deviendrez un être humain au vrai sens du terme. Le *Vedanta* exhorte également l’homme à méditer sur Dieu et à L’installer dans son Cœur. Quelles que soient les difficultés, les calamités ou les peines que vous rencontrez, vous ne devriez pas renoncer à cette pratique. Celles-ci ne touchera que votre corps, pas ‘Vous’, car ce ‘Vous’ est distinct de votre corps.

***Faites la méditation avec amour.***

Le corps est comparable à une boîte contenant le mental, l’intellect (*buddhi*), le mental subconscient (*citta*), les sens (*indriyas*) et les quatre instruments intérieurs (*anthakarana*). Quand ceux-ci cessent de fonctionner, vous brûlez le corps qui ne sert plus à rien. Cette boîte qu’est le corps est nécessaire pour protéger tous ces organes. Les mauvaises qualités telles que la colère, la jalousie, la haine, l’envie, l’orgueil que vous développez du fait d’être en contact avec le monde extérieur sont la cause de toutes vos difficultés. Vous jouirez de la paix dès que vous renoncerez à ces mauvaises qualités. Tant que vous les hébergez, vous n’aurez pas la paix. En conséquence, votre *sâdhana* doit débuter avec la pratique de *satya*, la Vérité, et de *dharma*, la Rectitude. La Vérité est immuable, elle est intimement reliée à la Rectitude. Si *satya* et *dharma* vont de pair, ils engendreront *shânti*, la Paix. *Prema*, l’Amour suit la Paix. Là où règne la Paix, la haine ne peut exister. Si vous développez de la haine envers quelqu’un, cela signifie que la source de l’Amour est tarie dans votre Cœur. Si votre Cœur est rempli d’amour, vous ne vous mettrez pas en colère, même si d’autres vous insultent. De nombreuses personnes Me critiquent et Me calomnient, mais Je n’en suis pas troublé. Je suis toujours heureux. Tel est le signe de l’Amour véritable.

S’il y a de la colère, de la haine et de la jalousie en vous cela indique clairement que l’amour est absent. En fait l’amour ne viendra pas à vous si vous hébergez des mauvaises qualités. Si l’amour est en vous, aucune de ces mauvaises qualités ne vous toucheront. Vous devez adhérer fermement au principe “Aimer tout - Servir tout ! ” et le mettre en pratique.  Pour ce faire,  vous devriez suivre *satya* et *dharma*, la Vérité et la Rectitude. Dites toujours la vérité et suivez la rectitude. Si vous vous en tenez à simplement répéter *dharma, dharma,* sans le mettre en pratique, vous ne pourrez pas l’intégrer.

***“Sathyân nâsti paro dharmah”  
“Il n’y a pas de plus grand dharma que de dire la vérité.”***

*Satya* et *dharma* sont comme vos deux mains et vos deux lèvres. Ce sont vos lèvres qui vous permettent de parler et ce sont vos mains qui vous permettent de travailler. C’est seulement quand *satya* et *dharma* vont de pair que la paix se manifeste en vous. Là où le *dharma* est absent, l’amour ne peut s’y trouver. Ainsi, *satya* et *dharma* sont la base des trois autres Valeurs humaines : *shânti*, la Paix, *prema*, l’Amour, et *âhimsa*, la Non-violence.

*Bhagavân* chante le *bhajan* : “*Prema mudita manase kaho*…” et continue…

Gardez précieusement le Nom de Dieu dans votre Cœur et méditez sur Lui. Pratiquez la méditation avec amour. Sans amour, il ne peut y avoir de méditation. Combinez l’amour avec la Vérité et la Rectitude et vous atteindrez le stade de méditation permanente, là où votre amour aussi sera permanent. Votre amour devait rester en permanence, jour et nuit, dans votre Cœur. C’est cela la méditation véritable. Si vous ne vous accrochez pas fermement à ce stade, la haine pénétrera dans votre mental. La haine n’a pas sa place en spiritualité. Les gens pensent que s’asseoir les yeux fermés est la méditation. Mais quand vous ouvrez les yeux vous voyez seulement le monde. En fait, quand vos yeux sont ouverts, vous ne devriez rien voir d’autre que Dieu. Tout ce que vous voyez se rapporte à la Nature. La Nature est là, mais vous ne devriez pas y prêter attention. Alors votre méditation sera stable. C’est pourquoi, celui dont le mental est méditatif ne parle pas beaucoup. Trop parler est très mauvais. Celui dont le mental est rempli de pensées concernant le monde parle trop. Evitez donc l’excès de paroles. Observez le silence et restez tranquille. Ne parlez pas plus qu’il n’est nécessaire. Si vous parlez plus qu’il ne le faut, vous serez étiqueté comme moulin à paroles. Ceci n’est pas bon, même du point de vue de la santé. Parler moins est essentiel pour les enfants. Ils devraient assurer la stabilité de leur mental dès le plus jeune âge. Vous pouvez étudier un grand nombre de livres, mais ce qui est important n’est pas d’étudier les livres scolaires, mais de stabiliser votre mental.

Êtes-vous heureux ? Tous les étudiants répondent d’une seule voix “Oui Swami !”

*Bhagavân* met fin à Son discours par ces mots : “Soyez heureux, heureux, heureux !

Discours de *Bhagavân* prononcé le 23 février 2009 dans le Sai Kulwant hall à Prasanthi Nilayam à l’occasion de *Mahâshivarâtri*.

Traduit du Sanathana Sarathi, la revue officielle mensuelle éditée à Prasanthi Nilayam..

Copyright : Sri Sathya Sai Books and Publications Trust, Prasanthi Nilayam, Inde