LE SATSANG

Il y a cinq cents personnes dans le village. Toutes les semaines, il y en a quatre à cinq mille qui viennent à la colonie écouter le Maître. Toutes les fins de mois, on est 40.000 : c'est pour cela que le temple qui avait été construit pour 10.000 personnes est devenu une " maisonnette ", car on n'avait jamais imaginé pareille affluence. Pensez ! 40.000 personnes, cela fait 80.000 savates que tout le monde enlève ! Et que l'on met dans de petits casiers pour pouvoir les retrouver en partant. Ces 40.000 personnes mangent chacune 7 chipatis, c'est-à-dire des petites galettes rondes de la grandeur d'une assiette qui font l'office de notre pain cou tumier. On sait du reste le nombre de personnes présentes d'après le sel qui est utilisé pour confectionner ces galettes. Ces galettes servent de cuiller, de fou chette et de pain tout à la fois ... Les Hindous mangent avec leurs doigts, mais cela très proprement. Ils ont toujours un peu d'eau à leur portée pour se les rincer. Il faut donc confectionner 280.000 chipatis pour ces 40.000 personnes et pendant les huit jours qui précèdent leur arrivée, tout le village travaille à préparer les galettes et à organiser la réception.

Tous les trois mois, l'affluence arrive de 150.000 à 200.000 personnes qui viennent de tous les coins des Indes et qui se réunissent sur une pelouse au-dessus de laquelle, sur des bambous, on tend des toiles de couleurs variées pour se protéger du soleil. Et il y a un système de hauts-parleurs dont le rendement est impeccable : chez nous, cela crie trop fort ou cela siffle, ou bien on n'entend rien du tout; là-bas, c'est la perfection, nos électriciens pourraient y prendre d'excellentes leçons. Du reste, les Hindous sont des manipulateurs extraordinaires d'une très grande habileté au point de vue mécanique ou électrique. A une des extrémités de cet immense rectangle de pilouse a été érigé un podium sur lequel le Maître est accroupi. ette réunion s'appelle le "Satsang" ou réunion sacrée, et tous ceux qui sont initiés s'appellent les "satsangi".

Tout est grant là-bas. C'est KRISHNA dans la Bhaga-vad-gita qui disait : "Donnez, donnez, sans jamais penser à la récompense et c'est là le début de l'immortalité. "

LE YOGA DU SON

On vous apprend là-bas la yoga du son. Il existe une quantité de yoga. Yoga signifie "l'union avec Dieu": et du reste le but de la religion est une union avec ce qui est supérieur. Il y a beaucoup de yoga : la yoga des Asanas qui a été transportée en Europe, qui est la yoga des positions où l'on apprend à maîtriser son corps. C'est le Hatta-yoga combinant les positions avec la respiration pour lequel nous avons chez nous d'excellents manuels. Il y a une autre yoga, le Pranayama, qui consiste à maîtriser la respiration : on vous montre comment il faut arrêter le respir, le reprendre, selon quel rythme il faut respirer par une narine, puis par l'autre, expirer ou inspirer... etc ... ce qui donne intérieurement une sorte de satisfaction, de bonheur; cependant ces exercices sont assez dangereux et si vous n'avez pas quelqu'un de qualifié pour vous diriger exactement, vous pouvez commettre de grosses erreurs et en subir les désa gréables conséquences.

Autrefois, les Hindous se préparaient d'une facon spéciale avant de méditer. Pour cela, ils pratiquaient les différents " nétis " et commençaient par se rincer la bouche et le nez. Ils prennent une mèche de coton rendue un peu rigide par un peu de cire, comme les mèches d'une lampe à alcool, et ils l'introduisent par une narine jusqu'en arrière, tout au fond dans le pharynx. Avec un doigt dans l'arrière-gorge, ils la guident vers l'autre narine, par laquelle elle ressort et la font manoeuvrer d'avant en arrière avec les doigts et ainsi ils se nettoient le nez très consciencieusement. D'autres renversent leur langue et la roule comme du jambon roulé, ils en dirigent la pointe vers le fond de la gorge et remontent dans les choanes pour se nettoyer l'arrière-nez. Ensuite, il faut se nettoyer l'estomac et pour cela on prend de la tarlatane très fine comme de la gaze, trempée dans du lait. un long ruban de 8 mètres, et, penché sur une cuvette, j'ai vu les yogis avaler très lentement ce long ruban, le garder quelques minutes dans l'astomac et ensuite le ressortir tout doucement et prudemment. Le ruban est blanc à l'introduction et tout vert-jaune, plus ou moins dégoûtant, avec du mucus, de la bile, et des débris alimentaires au retour. Puis il y a le nettoyage par en bas. J'ai vu des yogis prendre des lavements d'une façon assez curieuse. Ils s'introduisent dans l'anus un petit tuyau de bois au travers duquel ils aspirent par l'intestin, comme on le ferait par la bouche, l'eau d'une seille en bois sur laquelle ils s'accroupissent; cette eau, ils l'aspirent puis la refoulent jusqu'à ce que l'eau rejetée soit propre. Alors, ils sont enfin prêts pour leur méditation.

La yoga qui est enseignée dans la colonie, dont je vous parle est la "Yoga du Son ". Dans le premier chapitre de St. JEAN, la Bible nous dit : "Au commencement était le Verbe et le Verbe était Dieu ". Il s'agit bien du Verbe et non pas de "la parole "comme on le dit dans certaines traductions. La parole est le mouvement des lèvres, s'exprimant par la vibration des cordes vocales à travers le larynx et la bouche. Le Verbe est quelque chose de beaucoup plus profond et infiniment plus important. Le son est très supérieur à la lumière, et c'est pour cela que l'oreille passe avant l'oeil au point de vue ésotérique. Tout ce que nous pouvons voir peut être magnifique, mais une musique peut nous émouvoir beaucoup plus profondément, certaines paroles peuvent nous mettre dans certains états de colères ou de joies incroyables. Sur beaucoup de statues de Shiva, on voit des rayons qui partent des oreilles symbolisant le Son Sacré.

Là-bas, on ne sort pas de chez soi pour aller à l'église, à la mosquée ou au temple : le temple est en-dedans de chacun de nous et on clarche le royaume des cieux en soi-même. La yoga est une union de Dieu à l'homme. C'est pour cela que ces Satsang, ces réunions, ne sont pas des conférences ou des ser mons, mais plutôt des entretiens spirituels non pas purement abstraits mais comportent des indicat ons pratiques. Tous écoutent ce que le Maître dit : il explique en détail comment il faut suivre la Voix intérieure, comment il faut méditer, quelles sont les choses qui se passent quand on ferme simplement les yeux. Car, phénomène paradoxal, c'est lorsque l'on ferme les yeux que l'on commence à voir, et c'est quand on clôt ses oreilles que l'on commence à entendre. Pour la méditation, si l'on ne peut pas fermer les " neuf portes " parce qu'on ne pourrait pas vivre, on ferme huit portes : une narine que l'on clôt avec un doigt, les deux yeux et la bouche que l'on ferme, les oreilles bouchées avec les pouces, l'anus sur lequel on s!assied sur un talon et les parties génitales devant lesquelles on place l'autre talon, à la base des bourses chez l'homme et devant l'orifice vaginal pour la femme. Une seule narine reste donc ouverte : on vous indique laquelle. A ce moment, chose curieuse, vous commencez à voir et entendre.

On perçoit une dizaine de sons différents que l'on peut comparer à des bruits de la nature ou à des instruments. Et parmi ces dix sons, il y en a qui sont favorables, directeurs, et qu'il faut suivre et d'autres qui sont égarants : c'est ce que le Maître vous enseigne. De même, pour les visions intérieures, il nous explique ce qu'il faut voir.

Le grand danger dans la méditation est représenté par le " Mental ". L'Homme est composé de trois choses :

^{1.-} de son corps physique,

^{2.-} de son intellect et enfin

^{3.-} de son "âme".

Le sport est dans nos contrées très cultivé et très développé et l'on voit des hommes forts et puissants, avec des muscles énormes, très satisfaits de participer à des concours allant toujours au seuil de la fatigue extrême ; ce genre de compétitions sert l'orgueil de la force et du gain. C'est une chose tout à fait secondaire et par endroit délaissée aux Indes, sauf pour les militaires, dont l'entraînement est remarquable. Plus un homme est savant, plus il a des compétences intellectuelles et plus nous l'admirons. Evidemment, de "l'autre côté ", nous ne pouvons emporter nos muscles et notre cerveau, pas davantage. C'est pour cela que l'intellectuel - et il y a de grands savants aux Indes - éprouve beaucoup de difficultés à méditer, dans les premiers temps. En effet, le mental a un défaut : il est éminemment mobile et n'est heureux que quand il bouge; le mental veut toujours vibrer et si un jour vous voulez rester tranquille, vous vous mettez à penser à un tas de choses : à vos enfants, à votre profession, à tous vos ennuis, bref à mille choses. Et ne penser à rien est extrêmement difficile. Or, comment voulez-vous voir dans l'eau votre image si l'eau est continuellement agitée ? Il faut attendre qu'elle soit calme pour voir le reflet d'en-haut. D'autre part, les organes des sens sont très limités. Nos yeux, nos oreilles, etc ... vont très bien pour apprécier les choses de l'extérieur, mais ce sont des moyens fort restreints. Or, il y a des connaissances, des supra-connaissances que l'on peut acquérir intérieurement et qui ne se voient pas avec les organes des sens ni avec l'intellect; il faut, pour cela, de nouveaux instruments, que l'on développe précisément par la méditation.

Pour méditer, il faut donc maîtriser le mental, en faire un serviteur alors qu'il est devenu un maître. C'est ce qu'il y a de plus difficile et plus on est occidental, plus c'est difficile. C'est pour cette raison que les Maîtres ne se trouvent en général pas dans des pays occidentaux, parce que là, les préoccupations sont orientées vers l'extérieur, vers tout ce qui se voit, se touche et s'admire. Là-bas, aux Indes, depuis des générations, toute la vie est intériorisée et c'est pour cela que la façon de voir les choses est tout à fait différente, ils regardent vers l'intérieur, alors que, pour nous, tout est tourné vers l'extérieur.

Le Maître vous apprend comment vous devez vous conduire pour effectuer ce "voyage intérieur "et c'est quelque chose de passionnant. Mais comme il en est pour toute chose, il faut apprendre et ce n'est pas très facile. On demande parfois s'il faut avoir la foi et y croire et l'on vous répondra là-bas que non et que vous devez user de votre raison d'abord pour écouter tout ce que vous entendez. Mais vous vous rendez rapidement compte que vous êtes au contact de gens qui en savent plus que vous et cela vous inspire du respect pour eux. De même, si vous discutez sport, mathématiques ou géographie avec des gens qui vous disent des choses que vous ne savez pas et que vous ne pouvez pourtant pas vérifier, vous êtes cependant obligés de les

croire. Dans le domaine spirituel, il y a aussi toute une hierarchie de gens qui ont des connaissances pour lesquelles vous aimeriez bien avoir des preuves. Ces preuves, vous les trouverez vousmêmes en suivant les conseils qu'on vous donne et l'on finit ainsi par acquérir cette confiance en éprouvant que ce que l'on vous
a dit est réel. Et dans ce domaine, l'imagination ne joue aucun
rôle, on ne peut pas s'auto-suggestionner car si vous ne faites
pas exactement ce que l'on vous dit, vous n'entendrez rien et
vous ne verrez rien. Comme pour une expérience de chimie, il y a
là toute une discipline et toute une technique qu'il faut suivre
pour obtenir des résultats. Mais il y a des gens qui sont très impatients et qui, parce q l'ils ont entendu PADEREWSKI jouer un concerto, s'imaginent qu'en se mettant devant un piano, ils vont pouvoir en faire autant ! Et c'est là un apprentissage long et difficile.

On vous apprend là-bas qu'en ce qui concerne la méditation et ses résultats, il y a comparativement quatre sortes de vitesses. La première ritesse est celle de la <u>fourmi</u> qui monte sur un plan incliné, glisse, redescend hélas! puis recommence. C'est là le premier stade et il faut dire que c'est difficile. La fourmi ne monte pas vite et malheureusement glisse ou retombe rapidement. La deuxième vitesse, c'est celle de l'araignée qui monte très rapidement au milieu de sa toile et qui peut descendre d'un seul coup en bas sur son fil, puis remonter aussi vite. Une faute commise, et, à nouveau, tout est à recommencer. La troisième vitesse est celle du poisson qui file et se fautile entre deux eaux entre les rochers. La quatrième vitesse est celle de l'oiseau qui peut se poser n'importe où, descendre au plus bas et repartir vers l'azur avec la même vitesse.

Cette discipline est suivie là-bas par tout le monde sans aucune espèce de restriction. Je n'ai jamais entendu ni récrimination, ni critiques. Cela crée une atmosphère extrêmement prenante et qui laisse une très grande impression. J'ai assisté à une grande réunion de 45.000 personnes le regard tendu et plein d'amour pour le Maître. On n'entend absolument rien et ces gens sont concentrés à l'extrême, ne quittant pas un instant leur attention quasi extatique fixée sur le Maître qui parle. On leur apporterait la grâce d'En-Haut qu'ils ne seraient pas plus heureux et il est extrêmement impressionnant de voir cela.

Ce voyage spirituel est passionnant à suivre. Les uns y arrivent très rapidement. Certains, dès la première fois où on leur enseigne la technique de la méditation, tombent en transes immédiatement: ils ont une sorte d'état convulsif et restent parfois plusieurs heures étendus et inertes, mais avec une expression béate et heureuse; et lorsqu'ils en sortent, ils sont tous navrés d'être à nouveau sur la terre, car ils éprouvaient un bonhenr extraordinaire. Les Européens n'arrivent jamais aussi vite à ce stade, car ils sont trop éloignés et trop attachés aux désirs extérieurs et à la satisfaction de leurs cinq sens.

Et voici maintenant la fameuse histoire des cinq valises: Nous sommes affublés, malheureusement, de cinq valises h très lourdes pour ce grand et si important voyage spirituel. Lorsque vous voulez entreprendre un voyage lointain, évidemment, si vous prenez trop de bagages, vous vous trouvez très gênés en route; si vous en avez peu, c'est toujours plus facile. D'autre part, si un avion est par trop chargé, il a plus de peine à s'élever, s'il est très léger, il peut aller beaucoup plus haut. Et, dans le voyage spirituel, nos cinq valises sont hélas! très encombrantes et il ne dépend que de nous de les avoir petites et légères!

La première valise s'appelle "Kama". C'est la valise contenant tous nos désirs: le désir de la bouche, bien manger d'abord, bien embrasser ensuite. Tout ce qui est passion, amour physique, tout ce qui est désir des sens remplit cette première valise. Elle est chargée et le plus souvent surchargée de tous les désirs satisfactions personnelles de nos cinq sens, depuis la délectation artistique par la vue et par l'ouïe, jusqu'à la jouissance matérialisée par le goût et la volupté procurée par l'odorat et le toucher. Pour certains, elle sera très grosse, pour d'autres, très réduite, c'est une question évidemment très personnelle. Malheureusement, cette valise est toujours fort bourrée, contenant tous les désirs charnels que nous avons en ce bas-monde, avec les cinq sens qui nous ont été donnés, autant de tentations épouvantables.

La deuxième valise qui s'appelle "Krodha" est la valise de la colère, des mouvements d'humeur, de l'irritabilité, de l'irascibilité, de la susceptibilité. Nous sommes tous plus ou moins susceptibles. Et qu'est-ce qui est susceptible? C'est le "moi ", le vilain "moi ", qui est-ce que nous voyons avec les yeux quand nous nous regardons, alors qu'en chacun d'entre nous, il y a aussi le "Je" qui est la flamme divine qu'il faut ré -veiller. Le "moi "extérieur malheureusement a tous les défauts, l'hypocrisie surtout, ainsi que le mensonge; il est hypersensible, se froisse et se vexe pour la moindre des choses, juge les autres, critique toujours, le grand sceptible qui doute perpétuellement. Quand on lui dit quelque chose c'est d'abord: "Non, ce n'est pas vrai, ce n'est pas possible, etc ... "Ce genre de valise est souvent aussi très chargee et bien lourde pour certaines personnes.

Vient ensuite "Lobha" qui est la valise des biens terrestres: d'abord les espèces trébuchantes et sonnantes, la fortune, les titres, les valeurs, l'or et l'argent; puis les bijoux, les bagues, les colliers, les bracelets, les pierres précieuses, enfin les automobiles, les bateaux, les maisons, les tapis, les tableaux, les livres, et certaines personnes tiennent beaucoup trop à ce qui leur appartient. Il faut apprendre à se détacher de cela, se dire qu'il arrivera un jour où on ne l'aura

plus, qu'il faut en jouir mais ne pas considérer tous ces biens comme <u>sa</u> propriété. Et certains ont beaucoup de peine à s'en détacher. Et pour beaucoup cette valise est tellement grosse qu'on ne peut même pas la mettre dans l'avion! Ils ne peuvent pas partir ...

Ensuite vient " Moha " qui est une valise très " délicate " si l'on peut aussi dire et dont nous avons beaucoup de peine à comprendre la signification : c'est la valise des affections, des attachements. L'épouse, les enfants, les parents, et tous ceux qui nous entourent, nos amis et connaissances et, pour certains même, le r chien, leur chat, leur canari, leur cheval ... Il faut vous rappeler constamment qu'ils ne nous sont que prêtés au cours de cette vie terrestre, qu'ils ne sont pas notre propriété, qu'ils ne sont pas notre chose. Nous devons les respecter, nous dire qu'ils nous sont accordés pour nous accompagner et accomplir avec nous tout ou partie du chemin ici-bas. On ne nous demande pas de repousser qui que ce soit, de ne pas avoir d'affections, mais simplement de ne pas nous y attacher avec l'idée de possession ou d'une facon telle qu'au moment de la séparation où l'on enlève son habit physique et terrestre, à la fin de la vie, il y ait des chagmins, des déchirements, des désespoirs. Au cours de cette vie, il faut apprendre constamment à s'en détacher et cela est très difficile pour certaines per ~ sonnes.

Voilà donc quatre valises qui sont déjà très lourdes et prennent beaucoup de place dans notre avion. Et ne parlons pas de la cinquième, " Ahankar ", qui est la plus grosse et la plus volumineuse : c'est la valise de l'égoïsme personnel. On aime à voir son nom publié, on aime les louanges, les compliments, on pense à soi et à ses aises toute la journée. C'est là que se logent l'amour-propre, l'amour de sci, l'égocentrisme, l'orgueil, la présomption, la fatuité, la suffisance, l'infatuation, la vanité et la jactance, et là, le culte de la personnalité peut atteindre jusqu'à la mégalomanie, bref tout le contraire du service, du zèle, du dévouement, de la solidarité, de l'abnégation et du sacrifice vis-à-vis de son prochain! Mêma si les quatre autres valises ont pu être réduites, celle-là reste toujours la plus difficile à caser vu ses dimensions et son poids! Hélas! combien ce " moi " pansu et enflé comme une baudruche prend d'importance ici-bas !!

Ces cinq valises sont lourdes, bien lourdes, grandes et grosses, et avec elles, quand elles sont pleines à craquer, on ne peut aller bien loin, c'est pourquoi on vous anseigne là-bas à les alléger, à les réduire le plus possible pour que vous puissiez arriver allègrement de l'autre côté ... C'est un programme qui peut requérir non pas seulement une, mais bien plus souvent plusieurs vies!

Et puis, lorsqu'on arrive au seuil intérieur, il vous est recommandé, pour le franchir, deux choses qui sont difficiles. On vous demande d'avoir des oreilles qui puissent tout entendre sans en être blessées, et d'avoir une langue qui ne prononce rien qui puisse jamais blesser quiconque. Alors, à ce moment, la grille du seuil s'ouvre toute grande, vous pouvez entrer et pénétrer dans la Voie intérieure, la Voie spirituelle, le Chemin royal qui conduit vers votre Origine, là d'où vous êtes issus, sans appréhension, sans crainte, avec la plus grande joie, car vous êtes accompagné, au cours de ce grand voyage, par votre Maître, Celui qui vous a initié.

Au cours de ma pratique médicale qui va atteindre bientôt cinquante ans, j'ai rencontré plus de trente disciplines religieuses différentes, dont plus de vingt sectes protestantes. J'ai eu l'honneur de soigner des chefs de grands mouvements religieux et j'ai observé avec soin leur comportement et établi la comparaison entre ce qu'ils faisaient et ce qu'ils disaient ou prêchaient et tous m'ont déçu sur de nombreux points.

La seule discipline où j'ai pu observer l'humilité la bonté, la charité, la vertu, le désintéressement et la parfaite honnêteté et où j'ai vraiment vu agir comme on prêche, c'est à cette Colonie spirituelle de BEAS.

C'est pourquoi j'ai jugé approprié de vous faire partager mes impressions, jugeant que la recherche de la spiritualité dépassait celle de la Science.