

# AU SUJET DES *GUNA*

Extrait de la série

« Devenir spirituellement meilleurs »

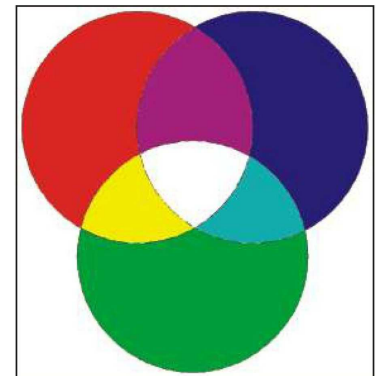
(Tiré de Heart2Heart du 15 juillet 2004,  
le journal sur Internet des auditeurs de Radio Sai)

Le mot *guna* signifie à la base tendance. Le *guna* d'une personne fournit un indice sur sa personnalité. Les *guna* ne sont pas limités aux seuls êtres humains ; en fait, ils sont intrinsèques à la Création et présentent toutes sortes de nuances et de variétés. Sans eux, il n'est pas possible d'avoir la diversité rencontrée dans la Nature.

Pour comprendre le rôle des *guna* dans la Création, commençons avec Dieu. Le Seigneur, sous Sa forme originelle, est pour ainsi dire 'sans structure'. Il n'y a que l'Un infini. Mais, lorsqu'Il se projette en tant que Cosmos ou Nature, Dieu injecte les éléments de différenciation afin d'obtenir la diversité. Cette diversité est nécessaire, car les différentes entités ont à remplir diverses fonctions et jouer des rôles différents, en fonction, bien sûr, de Son Plan magistral.

Cette sorte de choses est en fait arrivée à chacun de nous. Nous commençons tous par une cellule unique. Cette cellule se divise pour devenir deux cellules identiques, puis les deux cellules deviennent quatre, etc. Pendant cette phase, les cellules sont toutes identiques. Il n'y a aucune différence. Toutefois, à un certain moment, à cause d'un mécanisme non encore compris, la différenciation s'installe. Les nouvelles cellules furent de types différents. Ce fut ordonné par le Divin, car le corps humain nécessite différents types de cellules pour les divers organes tels que les yeux, l'estomac, le foie, le cerveau, etc. En d'autres termes, la différenciation fait partie intégrante de la Nature/Création, et les *guna* fournissent la chimie de base pour qu'elle se produise.

Le mot *guna* signifie essentiellement caractéristique. Les entités diffèrent par leurs caractéristiques physiques, comportementales, et leurs attitudes. Il existe trois *guna* de base, et l'étonnante variété que nous pouvons observer dans la nature n'est que le résultat d'une combinaison de ces trois *guna*. Une analogie peut aider à comprendre ce fait. Sur une télévision couleur, nous voyons des millions de couleur sur l'écran. Aussi surprenant que cela paraisse, cette large gamme de couleurs vient essentiellement d'une combinaison de trois couleurs de base dans de justes proportions : le rouge (R), le vert (V) et le bleu (B). Dans l'industrie TV, on dit que les couleurs sont le résultat de combinaisons appropriées de R, V et B. De la même façon, il y a trois *guna* de base : *tamas*, *rajas* et *sattva*. Grosso modo, ils sont associés aux caractéristiques suivantes : *tamas* à l'inertie, *rajas* à l'activité, et *sattva* au calme. Toute la diversité que nous voyons dans la nature est le résultat de combinaisons des trois *guna*. Toutes sortes de combinaisons peuvent être conçues, et chaque combinaison représente un composé des *guna*. (Note : habituellement, lorsque l'on parle du *guna* d'une personne, on se réfère à sa nature 'composée'.)



Les *guna* sont comme les trois couleurs de base

Au tout début de la Création, les trois *guna* de base étaient équilibrés. À ce stade, il n'y avait pas encore de différenciation. La différenciation n'était que latente. Le déséquilibre est ce qui a provoqué l'apparition de la diversité dans la nature. Ce déséquilibre est survenu par la Volonté divine, et les roues de la Création se sont mises en branle.

On pense parfois que les *guna* sont 'par nature' indésirables et 'mauvais'. C'est un point de vue erroné. Les *guna* ont été intégrés à la Nature par Dieu Lui-même. Comment peuvent-ils être mauvais ? Ce genre de confusion vient de ce qu'on demande aux chercheurs spirituels de s'élever 'au-dessus des *guna*', d'aller 'au-delà des *guna*', etc. Oui, les chercheurs spirituels doivent atteindre ces buts, mais cela ne signifie pas que nous devons tirer des conclusions hâtives au sujet des *guna*. Essayons de comprendre pourquoi les *guna* sont là au départ, et comment nous devons les gérer afin de progresser spirituellement.

Pour faire cette analyse, nous devons traiter la question des *guna* au niveau du corps et du mental séparément. (Les *guna* se manifestent et opèrent essentiellement à ces deux niveaux. Le Cœur, qui est le siège de Dieu, est considéré comme étant au-dessus des *guna*.) Commençons par le corps. Le corps a besoin alternativement d'être au repos, d'être actif et d'être stable. Le sommeil procure le repos au corps. Dieu l'a intégré à chaque être vivant, c'est un must. Le sommeil est associé à *tamas*, et dans ce sens *tamas* ne peut pas être mal vu. De même, le corps requiert de l'activité, sinon il s'atrophierait. Ainsi, *rajas* ne peut être condamné. Et à d'autres moments, nous ne dormons pas, nous ne sommes pas non plus actifs, mais nous sommes éveillés bien qu'immobiles. C'est une discipline nécessaire, associée à *sattva*.

Maintenant, passons aux tendances. Les gens manifestent toutes sortes de tendances. Elles varient d'une personne à une autre. Et même, chez une personne donnée, la tendance exprimée à un moment donné peut dépendre des circonstances. Et là encore, chaque personne peut être qualifiée de gentille, violente, agressive, flexible, etc., etc. La tendance d'une personne reflète le *guna* 'composé' de la personne. Une fois le *guna* identifié, nous pouvons déterminer plus ou moins comment la personne va se comporter dans diverses circonstances. Dans la *Bhagavad-gītā*, Krishna fait une description détaillée de différents profils comportementaux. Il décrit, par exemple, comment une personne sattvique, une personne rajasique et une personne tamasique pratiquent leur culte, etc. Pour illustrer cela avec un exemple moderne, une personne tamasique ferait une musique bruyante, forte, jouant sur le registre des instincts les plus bas (un groupe de rock dans un lieu enfumé en serait un bon exemple !). Une personne rajasique produirait une musique vivante, tonique, excitante, et qui évoque des émotions romantiques (les musiques de films indiens des années 50 et 60 appartenaient surtout à cette catégorie !). Un musicien sattvique produirait une musique douce, sublime, extatique, et éveillerait des sentiments divins chez l'auditeur (la musique classique occidentale nous en fournit de nombreux exemples). Il est très instructif de lire l'analyse des comportements fondée sur les *guna* que propose Krishna.

Pourquoi les *guna* sont-ils si importants ? La réponse est simple. Nous devons façonner notre personnalité de sorte qu'elle nous aide sur le chemin spirituel. Nous ne pouvons, par exemple, être de disposition tamasique et espérer progresser rapidement vers Dieu. Ce que cela signifie, c'est que, quelles que soient nos 'caractéristiques à la naissance', nous **DEVONS MODELER** notre être dans le bon moule. Avant d'en venir à la question du moule correct, quelques mots sur les 'caractéristiques avec lesquelles nous naissons'.

Lorsqu'une personne naît, ses caractéristiques physiques sont déterminées par les gènes. Par conséquent, cela implique que beaucoup de caractéristiques sont directement héritées des parents et dans certains cas d'ancêtres plus lointains. En bref, les gènes déterminent la physiologie. Qu'est-ce qui détermine le comportement ? Est-il lui aussi hérité des parents ? La réponse est NON. Les gènes ne sont pas responsables du comportement. (Naturellement, la science moderne semble dire que certains segments d'ADN favorisent certaines tendances comme la violence, etc. Mais la question n'est visiblement pas totalement tranchée). Par exemple, dans une famille, tous les enfants empruntent physiquement quelque chose aux parents, mais leur comportement peut être radicalement différent. Ainsi, parfois, il y a une grande différence même entre de 'vrais jumeaux'. Alors, qu'est-ce qui détermine le comportement ? Les sociologues diraient à coup sûr que l'environnement dans lequel est élevée une personne joue un grand rôle. C'est vrai. Mais qu'en est-il des 'gènes' du comportement ? D'où viennent-ils ?

Swāmi dit que nos gènes comportementaux sont déterminés par **nos vies passées**. Supposons, par exemple, qu'une personne s'incarne pour la première fois en tant qu'être humain, après avoir vécu de nombreuses vies sous des formes inférieures (comme animal, insecte, etc.). Des tendances animales sont alors susceptibles de dominer chez une telle personne. (Hislop dit que Swāmi lui a révélé que Sai Geetha, Son éléphante, renaîtrait comme humain pour la première fois dans sa vie suivante. Ayant connu la proximité de Dieu dans cette existence, Lui ayant manifesté de l'amour, et ayant été béni par Lui à de nombreuses reprises, sa prochaine naissance sera très vraisemblablement une noble naissance.) Les tendances passées sont désignées par le terme *vāsanā*. Ces *vāsanā* contrôlent notre comportement dans cette naissance. En d'autres termes, notre *guna* dans cette vie est déterminé principalement par les *vāsanā* hérités du passé. Par la suite, naturellement, ils sont aussi modelés par l'environnement auquel nous sommes exposés. Mais la direction de base de la trajectoire est déterminée par les *vāsanā* hérités du passé.

Bon. Cela signifie-t-il que l'homme est un prisonnier impuissant face à ses *guna* ? Il sera sous leur influence à **moins de faire des efforts conscients pour s'en 'dé-liair'**. Et il **DOIT le faire** ! C'est le point essentiel de ce chapitre. Quel que soit le handicap avec lequel nous sommes nés (en raison des *vāsanā*), nous devons, guidés par les enseignements du Seigneur, modeler nos *guna* de façon à progresser vers

Dieu. Cet objectif important est perdu de vue par 99 % des fidèles, car ils ne se soucient pas des *guna*, de savoir d'où ils viennent, comment les façonner, et comment ils influencent grandement notre futur.

D'accord, nous devons façonner notre comportement afin d'avoir une bonne destinée. Que devons-nous faire ? Tout d'abord, soyons clairs, lorsque nous parlons de contrôler les *guna*, c'est surtout par rapport à l'influence qu'ils ont sur le mental. Ensuite, voyons l'ordre d'importance. Tout en bas de l'échelle il y a *tamas*. Le monde doit se libérer de *tamas* – c'est incontournable. *Tamas* n'est bon pour personne, en particulier un chercheur spirituel. *Tamas* implique la paresse, l'inertie. Quel est le meilleur moyen de combattre la paresse ? L'activité. En d'autres termes, *tamas* doit être combattu avec *rajas*. Mais *rajas* peut créer et même crée des problèmes. Il entraîne l'agressivité, l'avidité, la jalousie, des désirs excessifs, une ambition sans limite, la soif du pouvoir, etc. Ainsi, *rajas* doit être une arme pour vaincre *tamas*, mais il doit être utilisé parcimonieusement et abandonné dès que nous arrivons à nos fins. Comment garder *rajas* sous contrôle ? C'est là où *sattva* entre en scène.

Cela signifie-t-il que nous sommes arrivés lorsque nous atteignons *sattva* ? Pas du tout ! Pourquoi cela ? Baba a répondu à cette question, disant que tous les *guna* lient. *Tamas* est comme une chaîne en cuivre, *rajas* une chaîne en argent, et *sattva* une chaîne en or. *Sattva*, une chaîne ? Comment peut-il en être ainsi ? *Sattva* n'implique-t-il pas être bon, dévoué à Dieu, se conformer aux injonctions scripturales et tout ça ? Oui, bien sûr, mais si nous ne sommes pas vigilants, *sattva* peut aussi lier ! Comment cela ? C'est le doute habituel de la plupart des fidèles. Ce point mérite une explication.

Il est facile de comprendre comment *tamas* et *rajas* lient. Fondamentalement, ils nous maintiennent prisonniers des qualités animales et démoniaques, et ce n'est clairement pas souhaitable, nous devons nous élever au-dessus – c'est facile à comprendre. Et *sattva* ? Une personne *sattvique* est humaine, bonne, gentille, prévenante, etc. Elle est pleine de qualités. Néanmoins, elle a ses limitations. Essentiellement, elle se trouve toujours dans un monde DUEL. Elle voit certaines choses comme bonnes et d'autres comme mauvaises. Elle tend vers le bien et évite le mal, ce qui est acceptable en soi. Mais elle n'est pas libre d'une certaine dose d'égoïsme. Elle tend à prier plus souvent pour ses proches que pour l'humanité entière. Le succès de ses proches la remplit de joie, et leurs tragédies la plongent dans la douleur. Il n'y a rien de fondamentalement mauvais à avoir de tels sentiments, mais, dans le voyage vers Dieu, nous devons nous élever au niveau supérieur où nous abandonnons les attachements physiques. Une personne *sattvique* ne se situe pas nécessairement au-dessus de la conscience corporelle, même si elle est douce, gentille et bonne. C'est pourquoi il est dit que même le *guna sattva* lie.

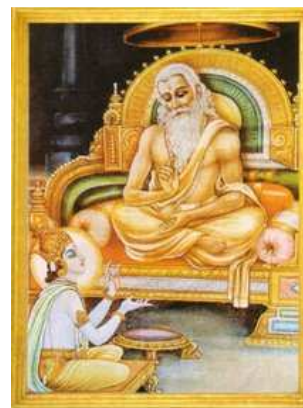
Alors, qu'attend-on de nous ? Nous devons aussi nous élever au-dessus de *sattva* ! Une personne qui y parvient est appelée un *gunātīta*. Krishna recommande fortement de viser cet objectif. Quelles sont les caractéristiques d'un *gunātīta* ? Krishna l'a clairement expliqué. D'abord, un *gunātīta* n'est pas affecté par les événements du monde. Il n'oscille pas de la joie au chagrin. Ainsi, il est l'incarnation même de l'équanimité. Cette vertu extraordinaire permet au *gunātīta* de considérer également les saints et les pécheurs. Il est totalement indifférent aux paires d'opposés.

N'est-ce pas être insensible ? Comment une personne peut-elle ne pas être affectée lorsque survient par exemple un tremblement de terre dans lequel des dizaines de milliers de personnes périssent ? Non, le *gunātīta* n'est PAS insensible, mais il ne se roule pas par terre de douleur, en pleurant et en s'arrachant les cheveux. Au contraire, il est calme, tranquille, posé et, rempli de compassion, il organise les secours. Il n'est pas submergé par le désastre mais se montre à la hauteur de la situation. Incidemment, il devrait être logique que seul un *gunātīta* peut être un leader idéal. C'est parce qu'il refuse d'être submergé par l'émotion. En même temps, il n'est pas un robot sans âme, insensible. Il est plein de sentiments divins de compassion, de tolérance, d'amour désintéressé et de sacrifice.

Un *gunātīta* est également ce qu'on peut appeler un témoin (Swāmi emploie le terme *sākshi bhūtam*). Il observe les événements du monde sans être affecté par eux, qu'ils soient 'bons' ou 'mauvais'. Pour lui, il n'y a ni bien ni mal. Il est dans un état au-delà de la dualité, c'est-à-dire au-delà des paires d'opposés comme le plaisir et la souffrance, la joie et la tristesse, le succès et l'échec, la louange et la calomnie, l'or et la rouille, etc. Mais que ressent donc une personne aussi 'étrange' vis-à-vis de ce qui se passe autour d'elle ? Il dit simplement : « Tout est Dieu. Dieu a revêtu d'innombrables formes et joue avec Lui-même. Parfois, Il semble pleurer ; comment l'Un qui est éternellement dans la félicité peut-Il pleurer ? Ce n'est qu'un jeu, voilà tout. Tout n'est qu'une grande pièce cosmique. Ce corps qui est le mien est une marionnette dans cette pièce dirigée par Dieu. Est-ce qu'un film est réel ? Est-ce que le plaisir et la souffrance sont réels dans un film ? Tout n'est qu'illusion. La seule chose de réelle dans cette pièce cosmique est l'Acteur suprême qui joue tous les rôles. »

Le *gunāṭīta* est une personne idéale. Les Avatars sont de parfaits exemples de *gunāṭīta*. Dans l'Avatar Rāma, le Seigneur met en scène une petite pièce afin que cette leçon sur le fait d'être dans le monde sans être affecté par lui soit enseignée à l'humanité. Voici comment.

Le jeune Rāma (il a alors environ quatorze ans) part en pèlerinage dans divers lieux sacrés. Lorsqu'il revient, Il est d'humeur boudeuse. Il semble être complètement déçu par le monde. Il se comporte 'étrangement', manifestant toutes les humeurs contradictoires que connaissent les adolescents. Bien sûr, le Seigneur feint, Il joue, car cela fait partie de sa pièce. Le sage Vasishtha, dépêché auprès de Lui, cherche à lui prodiguer ses 'conseils'. Ses conseils ne sont pas vraiment destinés à Rāma. Ils constituent **un manuel éternel destiné à être utilisé par les parents et les aînés qui s'occupent des adolescents**. Vasishtha déclare :



**Stable dans l'état de plénitude qui brille lorsque tous les désirs sont abandonnés, et paisible dans l'état de liberté de la vie, agis avec légèreté dans le monde, ô Rāma !**

**Intérieurement libre de tous désirs, impartial et détaché, mais extérieurement actif dans toutes les directions, agis avec légèreté dans le monde, ô Rāma !**

**Extérieurement plein de zèle dans l'action mais libre de tout zèle dans le cœur, actif en apparence mais intérieurement paisible, travaille avec légèreté dans le monde, ô Rāma !**

**Sans attachements dans le cœur mais semblant agir en éprouvant des attachements, intérieurement calme mais extérieurement plein de ferveur, agis avec légèreté dans le monde, ô Rāma !**

Essentiellement, Vasishtha décrit les caractéristiques d'un être humain parfait, un rôle que Rāma était venu jouer. Dans la *Gītā*, Krishna décrit Lui aussi une telle personne à de nombreux endroits de l'ouvrage. Krishna ne déclare pas qu'Il est Lui-même l'exemple parfait d'une telle personne – Dieu se fait rarement de la publicité. (Se vanter est une tendance humaine !) Et aujourd'hui, nous avons l'exemple vivant de l'Avatar Sai. Pour nous, Il semble être au cœur de l'action, affecté par des états d'âme, etc. Une telle perception est inévitable si l'on observe quelqu'un qui agit dans le monde. Mais la réalité, c'est que l'Avatar n'est jamais lié par le monde (bien que cela ne soit pas évident). Il est l'incarnation de *Sat, Chit, Ānanda*, c'est-à-dire l'Être, la Conscience, la Félicité. C'est pourquoi Swāmi dit parfois :

**BABA = Being + Awareness + Bliss + Ānanda !**  
(BABA = Être + Conscience + Félicité + *Ānanda* !)

Pour revenir au thème de cette partie :

- Les *guna* font partie de la Création. Sans eux, la différenciation n'est pas possible.
- Les *guna* au niveau physique ou grossier sont acceptables. Ils ne posent pas de problème particulier et ils n'ont pas à être traités par le mépris.
- Mais les *guna* au niveau mental doivent être gérés avec soin, car ils contrôlent le comportement.
- Nous héritons des *guna* de nos vies passées. Les *guna* du passé sont encodés comme *vāsanā* (tendances) et nous accompagnent dans le monde lorsque nous naissons. Toutefois, cela ne signifie pas que nous devons vivre avec eux.
- Nous ne devons pas être esclaves des mauvaises tendances accumulées dans le passé. La naissance humaine nous a été donnée pour nous améliorer. Cette opportunité ne doit pas être gaspillée.
- De nos jours, les médias ont tendance à glorifier les instincts corporels et encourager l'indulgence envers les plaisirs sensuels. Une telle indulgence est un signe de faiblesse et entraîne vers le niveau le plus bas, celui de *tamas*.
- *Tamas* doit être maîtrisé par *raja* qui doit lui-même être contrôlé par *sattva*.

- *Sattva* est sans aucun doute admirable de bien des façons, mais il lie également et nous enchaîne au monde dual.
- Nous devons vraiment aspirer à aller au-delà de *sattva*, et atteindre l'état de *gunātīta*, celui qui a transcendé les *guna*.

Est-ce vraiment faisable ? Tout le monde peut-il devenir un *gunātīta* ? C'est le doute classique mis en avant pour renoncer. Rien n'arrive si nous n'essayons pas. Et personne n'essaiera à moins de ressentir une urgence, quelque chose comme une passion brûlante. Qui a jamais pensé que l'homme pouvait voler ? Un jour, les frères Wright ont prouvé que c'était réalisable. Qui a jamais pensé que des dizaines de millions de personnes voleraient en avion tous les ans et que des dizaines de milliers de personnes traverseraient ainsi l'Océan Atlantique et l'Océan Pacifique quotidiennement ? Grâce aux efforts fournis, l'impossible devint possible. Qui a jamais cru que l'Everest pouvait être vaincu ? Aujourd'hui, des centaines d'alpinistes l'ont fait. Qui a jamais songé que l'homme marcherait sur la Lune ? Mais l'homme y est parvenu.

Le mental humain est **TRÈS** puissant. S'il désire ardemment quelque chose, il fera en sorte que le but soit atteint. Il possède ce genre de force. Il ne s'agit pas d'un pouvoir ordinaire, car c'est Dieu Lui-même qui lui a donné. Mais à peine une personne sur un milliard cherche à utiliser ce pouvoir pour revenir à Dieu. À peine une personne sur un milliard se dit : « Je vais essayer de voir ce que signifie devenir un *gunātīta*. » Les gens renoncent avant même d'essayer en prétextant : « C'est tout bonnement impossible. » Non, c'est difficile, mais pas impossible. Cela semble impossible parce que nous avons décidé en nous-mêmes que c'était impossible ! Les gens qui ont essayé de traverser le fleuve Niagara dans un baril ne se sont pas dit que c'était impossible ! Ceux qui ont essayé de traverser le fleuve Niagara en marchant sur une corde suspendue dans le vide l'ont fait en pensant que c'était possible ! Toutes ces personnes ont accompli ces prouesses en raison de leur désir intense. Mais, lorsqu'il s'agit de Dieu, l'aspiration s'évapore à la moindre excuse !

Dieu nous donne tant. Ne pouvons-nous au moins essayer ? Dieu nous dit : « *Bangaru* (Trésor), tu n'as pas à devenir un *gunātīta*, **ESSAIE** seulement d'en devenir un : essaie seulement de faire le premier pas, cela suffira et Je m'occuperai du reste. »

Et en quoi consiste ce premier pas ? Dites-vous seulement : « Cette autre personne est Swāmi déguisé. Par conséquent, je ne la blesserai pas ou ne lui ferai aucun mal de quelque façon que ce soit. Je ne penserai pas de mal d'elle. Je ne dirai pas de mal d'elle à d'autres personnes. Je ne lui parlerai pas durement ou de manière désagréable. Au contraire, je lui parlerai gentiment, amicalement. J'essaierai, si possible, d'aider cette personne. Même si cette personne m'a fait du mal, j'ignorerai ce mal. Je considérerai son attitude comme un test de Swāmi, que c'est Swāmi qui teste ma patience. »

Développer cette sorte d'attitude n'est absolument PAS impossible. D'accord, cela ne se fera pas du jour au lendemain. Mais, en faisant un effort régulier, après une semaine peut-être, nous commencerons à voir de petits changements en nous. Et bientôt, ce changement deviendra une habitude. Puis un mode de vie. Tout cela parce que, aussitôt que nous commençons, Sai étend Sa main vers nous et nous guide par la main. Une fois qu'Il a pris les rênes, comment pouvons-nous échouer ?

Non, nous ne réussirons pas si nous essayons juste par nous-mêmes. Nous devons faire cet effort en partenariat avec Dieu, avec Sai. Alors, la victoire est assurée.

La *Gītā* s'achève par ces mots :

**Là où est Krishna, le Seigneur du Yoga, et partout où est Partha (Arjuna) l'archer, sois certain que la victoire, la prospérité, la gloire et la justice sont assurées.**

Gandhi dit que Krishna représente le but (clairement un noble but) et Arjuna les moyens. Si le but est noble et les moyens sont bons, le succès est assuré – c'est ce que sous-entend ce *śloka* (verset) selon Gandhi. Personne ne peut trouver à redire à cette interprétation. Nous devons garder cela présent à l'esprit si nous voulons retourner au Seigneur.

Un mot pour finir. Nos gènes comportementaux, les *vāsanā*, sont **très puissants**. Ils nous entraînent où ils veulent, **sauf si** nous sommes déterminés à tenir les rênes. 90 % des gens sont les prisonniers dociles de leurs *guna* (façonnés par leurs *vāsanā* hérités du passé), bien qu'ils

prétendent avec beaucoup d'éloquence maîtriser leur destin. La tragédie, c'est qu'ils ignorent même qu'ils sont leurs captifs.

Certaines personnes sont des bavards compulsifs. Parfois, elles prétextent, en guise d'excuse, parler de Swāmi. Ces personnes sont prisonnières de leurs *guna*. Swāmi préfère le silence. Ne soyez pas comme ces moulins à paroles.

Certaines personnes aiment trop fraterniser. Elles sont prisonnières de leurs *guna*. Swāmi dit souvent aux garçons : « Seuls les rats et les chats bougent sans cesse. Êtes-vous pareils à des rats ou des chats ? Ne déambulez pas sans cesse à la recherche d'une conversation, ou pour aborder le premier venu et lui tenir la jambe. » Ne vous comportez pas comme ces personnes.

Certaines personnes aiment voir des défauts en toutes choses et passent leur temps à critiquer les autres. Ces personnes sont prisonnières de leurs *guna*. Ne vous comportez pas ainsi.

Certaines personnes pensent qu'elles sont très 'franches' et déclarent : « Je dis toujours les choses telles qu'elles sont. » C'est un signe d'arrogance et non de sincérité. De telles personnes sont prisonnières de leurs *guna*. Swāmi nous répète souvent qu'être sincère signifie bien davantage que se contenter d'adhérer à ce qu'on appelle l'exactitude des faits. Si, en énonçant des faits, nous blessons les autres, alors selon les Écritures cela ne signifie pas être dans la vérité. Ne soyez pas comme ces personnes.

Nos *vāsanā*, par le biais du corps et du mental, façonnent nos *guna*. Nous devons nous en souvenir pour relever le défi des *guna*. Si nous sommes au-dessous des *guna*, alors l'égoïsme ne peut être évité. Pour devenir désintéressés, nous devons nous élever au-dessus des *guna*. Plus nous serons désintéressés, plus nous nous élèverons. Même si nous faisons du service ou *sevā*, il n'est PAS possible d'effectuer du véritable *karma yoga* en étant esclaves des *guna*. Il faut se le rappeler.

## MAÎTRISEZ LE MENTAL ET DEVEZ UN MAÎTRE-DU-MENTAL !

### NOTES ADDITIONNELLES

- Une bonne compréhension des *guna* peut beaucoup nous aider à gérer nos rapports avec les autres dans la vie quotidienne.
- Les *guna* expliquent comment la diversité survient dans la Nature. Bien sûr, la diversité est un must pour la nature. En même temps, l'homme ne doit pas se soumettre docilement aux *guna* et se noyer dans la diversité. En vivant en équilibre avec son environnement, l'homme doit se concentrer sur l'unité présente derrière la diversité, ce qui signifie essayer de s'élever au-dessus des *guna*.
- Selon le *Vedānta*, l'Un s'est multiplié lorsque les *guna* 'latents' en l'Un ont dévié de l'équilibre.



*Les circonstances dictent  
votre comportement*

- Il a été dit précédemment que l'énorme diversité qui peut résulter des différentes combinaisons des trois *guna* de base peut être comprise au moyen d'une analogie, la combinaison des trois couleurs de base : le rouge (R), le vert (V) et le bleu (B). La figure 1 illustre ce concept.
- Notez comment, lorsque R, V et B sont totalement mélangés en proportions égales, on obtient le blanc (l'équilibre neutre).
- Toute personne peut être identifiée par un *guna* 'moyen'. D'ordinaire, on utilise des mots comme docile, dynamique, paresseux, habile, etc. En même temps, il peut y avoir des déviations de cette moyenne. Par exemple, une personne soi-disant docile peut très bien devenir colérique et agressive en cas d'extrême provocation. En termes mathématiques, on pourrait dire que le *guna* d'une personne est une fonction des circonstances et du temps :  $guna = f(\text{circonstances}, \text{temps})$ .

- Chez un être humain, les *guna* sont essentiellement encodés dans le mental.
- Il est nécessaire d'examiner les *guna* dans le contexte de l'évolution des espèces, et de l'homme en particulier.
- Dans la nature, on peut reconnaître trois courants d'évolution (comme indiqué ci-dessous) :



*Les trois courants d'évolution*

- La science ne reconnaît que deux de ces courants, celui lié à l'évolution de la matière brute et des objets inanimés dans le Cosmos, et l'origine de la vie et l'évolution subséquente ultérieure des espèces vivantes. Elle fait l'impasse sur l'évolution de la Conscience en l'homme. C'est parce que les scientifiques sont incapables de comprendre et d'accepter l'idée que la Conscience fait intégralement partie de la Création.
- La diversité dans la Nature existe sur fond de Conscience cosmique (ou supraconscience), et l'évolution elle-même s'opère dans ce contexte. Il s'ensuit que la Conscience pénètre toute entité, y compris les soi-disant objets inanimés. Le fait que même les objets inanimés puissent avoir des émotions est clairement prouvé par l'histoire des saris racontée par Hislop.
- La supraconscience signifie fondamentalement la conscience. La conscience 'inférieure', plus élémentaire, qui rend les êtres vivants conscients du monde extérieur est présente chez toutes les espèces vivantes, mais ici on parle de la Conscience à un niveau supérieur qui rend une personne consciente de son être intérieur.
- Seul l'homme est doté de la capacité d'être conscient de son Être intérieur, et lorsque cette conscience est entièrement développée, il est libéré.
- Cette évolution de la conscience de l'Être intérieur ne peut survenir que si l'homme transfère l'attention de la diversité à l'Unité sous-jacente.
- Il est important de faire la différence entre deux types d'évolution – individuelle et collective.
- À n'importe quel moment de l'histoire de l'humanité, quelques 'élus' peuvent s'élever à un niveau supérieur et obtenir la libération. Les saints et les sages appartiennent à cette catégorie. En même temps, la grande majorité de l'humanité évolue à sa manière.
- La croissance de la civilisation humaine est un indicateur de l'évolution collective. L'intérêt pour les droits de l'homme en est un autre. Et l'abolition de la peine de mort (ce qu'ont voté les pays de l'Union Européenne) en est encore un autre.
- On craint que la croissance de la science et de la technologie modernes ait rendu les gens assez égoïstes. C'est certainement vrai dans le court terme, mais tout espoir n'est pas perdu. Les gens du premier monde<sup>1</sup> sont bien éduqués et peuvent donc également changer rapidement pour un mode de vie plus sain. Dans le langage des *guna*, il est beaucoup plus facile de passer du niveau rajasique au niveau sattvique que du niveau tamasique au niveau sattvique. Dans un cas, il y a un seul cran à passer et dans l'autre deux.
- Que signifie en termes simples une élévation de la conscience intérieure ? Deux choses : intérieurement, les émotions, les pensées, les paroles et les actions d'une personne évoluée sont en parfaite harmonie. Au niveau externe, une telle personne est en complète harmonie avec son environnement, et en fait avec la Création toute entière.

<sup>1</sup> Le **premier monde** désigne l'ensemble des pays démocratiques, avancés du point de vue technologique et dont les citoyens ont un niveau de vie élevé. Le Second monde désignait auparavant l'ensemble des pays du bloc soviétique et désigne aujourd'hui l'ensemble des pays se trouvant dans un processus avancé de développement. Vient ensuite le Tiers-monde.

- La ‘gestion’ des *guna* est essentielle pour être en harmonie avec son Soi intérieur et son environnement externe. Cette harmonie peut être décrite comme suit. Un violon possède quatre cordes. Si les quatre ne sont pas accordées correctement, l’instrument ne peut pas produire une bonne musique même dans les mains d’un grand violoniste. C’est la même chose avec les humains ; une harmonie intérieure et extérieure parfaite est nécessaire.
- Que signifie l’harmonie extérieure ? Examinons cela en détail. Dans toute société, il y a des strates. C’est inévitable et c’est intégré dans la Création, que cela nous plaise ou non. Ainsi, même dans la société communiste, par exemple, il existait une structure de classes. Aujourd’hui, cette structure de classes n’a plus besoin d’être aussi oppressive. Lorsque le système est faussé et bascule, les gens de chaque catégorie essaient d’échapper à leurs obligations et un déséquilibre s’instaure automatiquement. Parfois, le basculement va dans un sens et parfois dans l’autre.
- Dans les sociétés autocratiques, par exemple, ceux qui exercent le pouvoir ont tendance à exploiter le bas de l’échelle. En revanche, au nom du socialisme, la main d’œuvre peut devenir intransigeante et causer des dommages à la société. Évidemment, aucun des deux n’est souhaitable.
- Même si nous comprenons bien ce qui est réellement souhaitable, dans la vie de tous les jours nous constatons un déséquilibre plus qu’un équilibre. Que faire dans de telles circonstances ? C’est là où une bonne compréhension des *guna* peut nous être d’une grande aide.
- Celui qui comprend parfaitement le jeu des *guna* comprend la psychologie des gens avec lesquels il est en relation et adopte la stratégie appropriée. Cela se voit clairement dans la façon dont Swāmi interagit avec les étudiants. Ces leçons sont applicables aux mortels ordinaires également. En fait, Swāmi enseigne ces leçons pour que nous fassions comme Lui !



Quelle est la meilleure façon de se débarrasser des *guna* ? Si une épine est entrée dans votre pied, pour l’enlever un grand couteau tranchant n’est pas nécessaire, il suffit d’enlever la première épine au moyen d’une deuxième. Cela étant fait, vous jetez les deux épines sans faire de distinction entre elles. De même, vous devez extirper *tamoguna* à l’aide de *rajoguna* et ensuite *rajoguna* à l’aide de *sattvaguna* ; par la suite, vous abandonnerez aussi *sattvaguna*. Vous devez éliminer les trois *guna* avant d’atteindre le Royaume de la Réalisation de Dieu. S’il reste un seul *guna*, il vous empêchera d’atteindre la Libération. C’est pourquoi Krishna recommanda à Arjuna de transcender les trois *guna*. Il l’avertit qu’il devait s’efforcer en permanence de s’en débarrasser.

Après avoir enseigné à Arjuna les différentes qualités des *guna*, Krishna lui montra comment les transcender. C’est ainsi que Krishna fit de lui un grand homme. Le mental est la cause fondamentale de ces trois *guna*. Tant que votre mental vacille et s’agite, il vous est impossible de transcender cette nature humaine et de réaliser votre nature divine. Vous devez donc offrir votre mental au Seigneur en tout premier lieu. Si vous le Lui offrez sans réserve, Dieu prendra soin de vous à tous égards.

**SATHYA SAI BABA**

(Discours sur la *Bhagavadgītā* – pp. 329-330)