

# LES VERTUS SONT LE FONDEMENT DE LA PAIX

## *Amrita dhārā (41)*

Extrait du discours prononcé par Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba,  
le 26 juillet 1996 dans le Sai Kulwant Hall à Praśānthi Nilayam

« Si vos paroles sont douces alors que votre mental est rempli d'amertume, ce n'est pas bon pour vous, car cela souille votre caractère. En ce monde, vous ne serez estimés que si vous menez une vie exempte de ce type d'imperfection. Écoutez ! Ô vaillants fils de Bhārat. »

(Poème telugu)

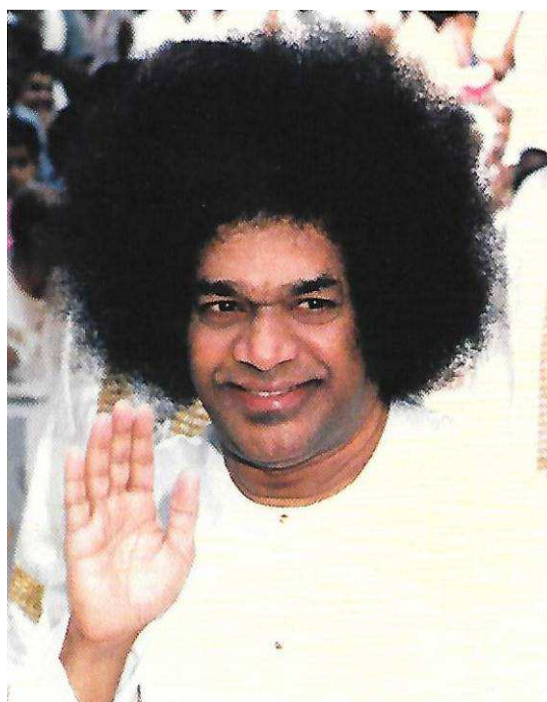
« La paix se manifeste là où le caractère est sacré. »

### *Incarnations de l'ātma divin !*

Aujourd'hui, l'homme mène une vie en proie à la peur et à l'agitation parce qu'il n'y a aucune harmonie entre ses pensées et ses paroles. Chacun aspire à la paix et consacre son temps et son énergie à l'atteindre, mais personne ne cherche à savoir ce que la paix signifie réellement, ni où et comment l'obtenir.

### *L'homme est privé de paix à cause de rāga (l'attachement) et de dvesha (la haine)*

Tout d'abord, vous devez vous demander si vous voulez la paix dans ce monde ou la paix intérieure. La paix dans ce monde est temporaire, elle vient et s'en va. L'homme se trompe en croyant que cette paix est la paix véritable. Il est incapable de réaliser quelle est la nature de la paix, quel est son pouvoir et combien elle est sublime. La libération de l'attachement et de la haine constitue la paix véritable. Là où règnent *rāga* et *dvesha*, l'attachement et la haine, la paix ne peut se manifester. Que signifie *prasānti* (la paix suprême) ? 'Pra' signifie 'fleurir'. En conséquence, *prasānti* est la paix intérieure qui fleurit dans un état dépourvu de haine et d'attachement. En fait, *prasānti* est la manifestation de la paix intérieure. Mais y a-t-il quelqu'un en ce monde qui ait expérimenté cette '*prasānti*' ? En y réfléchissant, vous réaliserez qu'il est très difficile pour des mortels ordinaires d'expérimenter la paix suprême dépourvue de haine et d'attachement. La paix ne peut s'acquérir de l'extérieur. Elle doit se manifester de l'intérieur.



Comment pouvez-vous acquérir cette paix suprême ?

Vous utilisez une autre épine pour extirper l'épine qui s'est logée dans votre pied. Seul un diamant peut couper un autre diamant. De même, la paix ne peut s'acquérir que par la paix. Nombreuses sont les personnes en ce monde qui jouissent de tous les confort et commodités ; cependant, elles ne jouissent pas de la paix et il y a toujours une peur qui les taraude. Quelle en est la raison ? Les confort et commodités extérieurs peuvent-ils conférer la paix à l'homme ? Peut-il acquérir la paix par la richesse, l'or et d'autres possessions terrestres ? Si la richesse et les possessions terrestres pouvaient conférer la paix, comment se fait-il que les hommes riches soient sous l'emprise de l'agitation et de l'anxiété ? Aujourd'hui, bien que

pourvu de tous les comforts et commodités, l'homme est incapable d'expérimenter la paix parce que son mental est rempli de mauvaises pensées. La peur et l'anxiété nous étreignent quand un serpent pénètre dans notre maison. Alors, comment l'homme peut-il acquérir la paix dès lors que les serpents venimeux de *rāga* et *dvesha* sont entrés dans son cœur ? Cela n'est possible que s'il renonce à *rāga* et *dvesha*, l'attachement et la haine. Beaucoup de personnes jouissent du pouvoir, de l'autorité et de la richesse, sans pour autant jouir de la paix. Ils sont en proie à l'agitation parce que la volonté et la capacité de contrôler leurs mauvais traits de caractères leur font défaut. En tout premier lieu, l'homme devrait veiller à ce que des défauts et de mauvaises pensées ne pénètrent pas dans son cœur.

*Un lion n'a pas peur, il marche majestueusement sans regarder derrière lui. C'est pourquoi on l'appelle le roi des animaux. Tel un lion, un géant spirituel n'a peur de rien. Celui qui désire les choses de ce monde est comme un mouton, la peur l'étreint. Comme vous le savez, un mouton suit aveuglément ses congénères. Si un mouton tombe dans un trou, les autres le suivent ! Vous devriez être comme un lion et non comme un mouton. Ne vous laissez pas envahir par la peur. Développez le courage et la vaillance sans donner libre cours à la peur. Dhīvatvam, l'absence de peur, est la marque de daivātman, la divinité.*

Une source permanente de paix réside dans les profondeurs du cœur de l'homme. L'eau coule partout sous la surface de la terre. Que devez-vous faire pour faire jaillir cette eau ? Vous devez creuser le sol et enlever la terre qui recouvre l'eau. Le sol composé de *rāga* et *dvesha* a recouvert la paix présente en vous. Vous n'atteindrez l'eau que si vous retirez ce 'sol'.

### **Purifiez votre mental et vous expérimenterez la paix**

Certaines personnes croient à tort qu'elles peuvent obtenir la paix en accomplissant des *pūjā* (rituels d'adoration). Elles sont nombreuses à penser que le bien-être mondial peut être obtenu par l'accomplissement de *yajña* et *yāga* (rites sacrificiels). Je ne dis pas que cela est mal ; les accomplir est bien. Néanmoins, la paix mondiale ne peut être obtenue par le biais de ces pratiques extérieures. C'est en développant la paix intérieure que s'instaurera la paix mondiale. Toute chose est le reflet de votre être intérieur. Vous aurez la paix dans votre foyer quand vous serez en paix. Comment

pourriez-vous transmettre la paix aux autres si elle vous fait défaut ? Croire que vous pouvez obtenir la paix ou l'agitation de la part d'un autre individu est pure folie. Votre faim est assouvie quand vous mangez. Votre maladie guérit quand vous prenez le médicament qui convient. De même, chaque individu peut obtenir la paix s'il se débarrasse de ses défauts.

Vous ne pouvez hériter la paix de vos parents. La paix est une entité qui ne peut être fragmentée et distribuée. La paix est présente partout, mais, pour l'expérimenter, l'homme doit faire des efforts. Vos mauvais traits de caractère et mauvaises pensées ont pollué votre mental et sont responsables de vos troubles et de votre agitation. Un homme agité ne peut même pas jouir d'un sommeil profond, comment dès lors peut-il expérimenter la paix ? La paix est divine. Pour expérimenter cette qualité divine, vous devez purifier votre cœur. Cela veut dire que vous devez veiller à ne pas permettre aux défauts d'entrer dans votre cœur. Développez la force qui vous permettra, en toute circonstance, de garder vos traits de caractère négatifs sous contrôle. Quelles que puissent être les difficultés, les problèmes et les situations fâcheuses, pour y faire face vous devriez développer la force qui empêche les défauts d'entrer dans votre cœur. Quelle est cette force ? C'est l'amour. Si vous développez ce pouvoir de l'amour, les mauvaises pensées ne pourront pénétrer dans votre mental. Les serpents venimeux s'introduisent dans une pièce sombre remplie de bagages. Mais, si la pièce est nettoyée et éclairée, les serpents n'y entreront plus. De même, la lumière de l'amour devrait illuminer votre cœur ; ne l'encombrez pas du bagage des désirs. C'est pourquoi il est dit : « Moins de bagages font du voyage un plaisir. »

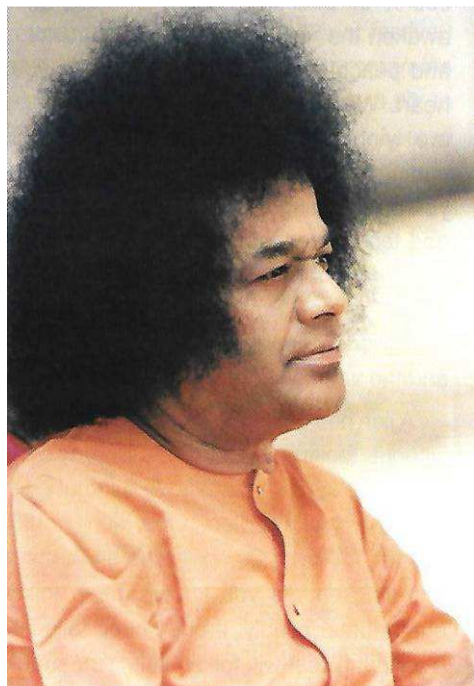
### **La paix est en vous**

*Chers Étudiants !*

Le mot '*sānti*' en telugu, composé de seulement deux lettres, a une grande signification. Après la prière et les *bhajan*, vous prononcez trois fois le mot '*sānti*'. Pourquoi trois fois et non deux ou quatre ? Vous le prononcez trois fois parce que vous souhaitez que *sānti*, la paix, règne aux trois niveaux – physique,

mental et spirituel. Si vous possédez la paix seulement au niveau physique, il se peut que vous soyez agités au niveau mental. Si vous avez la paix au niveau mental, mais qu'elle vous fait défaut au niveau physique, vous ne pouvez expérimenter la paix dans sa totalité. Voilà pourquoi nous prononçons trois fois *śānti* pour obtenir la paix aux trois niveaux.

Vous ne pouvez obtenir la paix que par la paix. Si elle vous fait défaut, asseyez-vous dans un lieu tranquille et répétez plusieurs fois *śānti, śānti, śānti* ... comme un *mantra* ; vous finirez inévitablement par l'obtenir. De même, ainsi que Je vous l'ai souvent dit, lorsque de mauvaises pensées surgissent dans votre mental, rappelez-vous : « Je ne suis pas un animal, je suis un homme » ; répétez cela plusieurs fois ; vos mauvaises



pensées finiront par disparaître et de nobles pensées se développeront en vous. Lorsque vous vous mettez en colère, rappelez-vous : « Je ne suis pas un chien, je suis un homme. » La colère est la qualité d'un chien, pas celle d'un homme. Si vous vous rappelez sans cesse que vous n'êtes pas un chien, la qualité animale du chien disparaîtra. Le mental étant versatile, des pensées indésirables y pénètrent parfois. À ce moment-là, rappelez-vous sans cesse : « Je ne suis pas un singe, je suis un homme. » et la qualité animale du singe disparaîtra.

La colère, l'inconstance, etc., sont des qualités animales. Tandis que la paix, la compassion, l'amour, la patience et la tolérance, etc., sont des qualités humaines. Si vous développez les qualités humaines, vos qualités animales disparaîtront automatiquement.

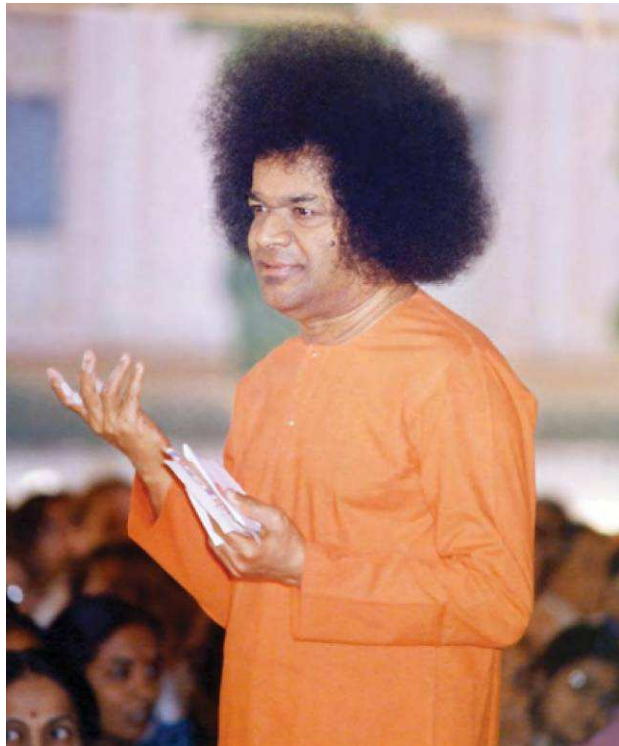
Toutes les qualités sont présentes en l'homme. Elles ne viennent pas de l'extérieur. Certaines personnes pensent que les mauvaises fréquentations provoquent en elles de mauvaises pensées. Les mauvaises fréquentations vous influenceront uniquement si de mauvaises tendances se trouvent déjà en vous. N'y a-t-il pas de bonnes pensées et de bons sentiments à

l'extérieur ? Pourquoi n'entrent-ils pas dans votre cœur ? S'ils n'y entrent pas, c'est essentiellement parce qu'il n'y a ni bonnes pensées ni bons sentiments en vous. C'est pourquoi, depuis les temps anciens, on accorde une grande importance au *satsang*. Les bonnes pensées et les bons sentiments se développeront en vous si vous entretenez de bonnes fréquentations. Cultivez toujours des pensées et des sentiments sacrés. Qu'entend-on par pensées et sentiments sacrés ? Les pensées de Dieu sont des pensées sacrées. Vous pouvez contempler le nom de Dieu que vous voulez. Dieu est 'Un'. « *Ek prabhu ke anek nām* » – « L'unique Dieu a beaucoup de noms. » Si vous remplissez votre cœur d'un nom de Dieu, quel qu'il soit, aucune mauvaise pensée ne pourra y pénétrer. Votre cœur est comme un siège à une place ; si vous y installez l'amour divin, aucune mauvaise pensée n'y entrera. Dans leur jeunesse, les étudiants sont obsédés par toutes sortes de pensées. Les mauvaises fréquentations ne sont pas seules responsables de ces mauvaises pensées. Votre nourriture et vos habitudes y ont leur part ainsi que votre irresponsabilité. En quoi consiste cette irresponsabilité ? Vous ne savez pas ce qui est bien, mais, en même temps, si quelqu'un vous dit ce qui est bien, vous ne l'écoutez pas. Cela est la plus grave erreur de l'homme. Efforcez-vous de vous connaître vous-même ou bien écoutez les bons conseils d'autrui. Si vous ne le faites pas, vous êtes le plus grand des idiots. Si vous ne savez pas ce qui est bien, efforcez-vous de le découvrir, ou alors allez trouver des âmes nobles qui peuvent vous enseigner ce qui est bien. C'est seulement à travers de telles pratiques sacrées que vous obtiendrez la paix. La paix ne s'acquiert pas de l'extérieur, mais s'expérimente de l'intérieur. Il y a de l'eau partout sous la surface de la Terre. Est-ce vous qui l'avez déversée ? Non. Elle y est présente tout à fait naturellement. Vous trouverez de l'eau dès que vous enlèverez la terre qui la recouvre. De même, la paix est déjà présente dans votre cœur. Vous l'expérimenterez quand vous éliminerez la terre de *rāga* et *dvesha* (l'attachement et la haine) qui la recouvre.

### La paix est la richesse intérieure de l'homme

*Rāga* et *dvesha*, l'attachement et la haine, sont responsables de l'agitation et de la peur qui sévissent aujourd'hui dans le monde. De ce fait, personne n'est en mesure de jouir de la paix. Où est l'erreur ? La

faute se trouve en vous et non à l'extérieur. Vous-même êtes la cause de votre agitation. Vos mauvaises pensées sont responsables de votre manque de paix. Cherchez en vous, débarrassez-vous des mauvaises pensées et mauvais sentiments qui y résident ; alors vous serez assuré d'expérimenter la paix. La paix est la couronne des âmes nobles. Là où règne l'égoïsme, la paix s'enfuit. La paix ne s'approche pas d'une personne remplie de *rāga* et de *dvesha*. Tout comme vous prenez vos jambes à votre cou lorsque vous voyez un serpent, la paix s'enfuit lorsqu'elle rencontre une personne remplie d'attachement et de haine. La paix se manifeste en présence du sacré. La paix est la richesse intérieure de tout être humain. Puisque vous possédez une telle richesse intérieure, pourquoi courir après une richesse extérieure ? Si vous disposez d'une lampe déjà allumée, pourquoi iriez-vous chez votre voisin pour l'allumer ? Si vous avez du feu dans votre maison, pourquoi iriez-vous en emprunter à votre voisin ? La paix est à l'intérieur de vous, vous n'avez donc pas besoin d'aller la chercher chez quelqu'un d'autre.



En accomplissant des activités qui purifient votre mental, vous obtiendrez la paix. Toutes les pratiques spirituelles visent à purifier votre mental. Vous acquerrez la paix seulement avec un mental pur. Vous pouvez entreprendre des pratiques spirituelles telles que *japa*, *dhyāna*, *bhajan* ou la contemplation de Dieu. Vous pouvez également avoir de bonnes fréquentations. Toutes ces pratiques spirituelles visent à éliminer vos défauts, mais seulement jusqu'à un certain point. Ce que vous obtenez de ces pratiques temporaires, c'est la paix temporaire et non la paix permanente. Si vous souhaitez jouir de la paix permanente, vous devez vous élever au niveau du divin en vous disant : « Je suis un être humain, je dois atteindre le niveau du divin. » « De l'état d'animalité, je dois m'élever à l'état d'humain. De l'état d'humain, je dois accéder à l'état du divin. » Regardez toujours vers le haut ; se fixer des objectifs bas est un crime.

### Développez les qualités humaines

Si vous vivez toute votre vie dans la dualité (*dvaita*), quand atteindrez-vous le stade du non-dualisme qualifié (*vishishtādvaita*) ? Et si vous n'atteignez pas ce dernier, comment pourrez-vous atteindre le stade du non-dualisme (*advaita*) ?

Vous êtes tous des étudiants. Supposons que vous entriez cette année en première année. Aimerez-vous y rester pour toujours ? Non ! L'année suivante vous devrez entrer en deuxième année, puis en troisième, et ainsi de suite... De cette manière, chaque année vous devez passer dans une classe supérieure. C'est ainsi qu'est bâti le système et c'est ainsi qu'on progresse vraiment. La même chose s'applique à la spiritualité :

1. Vous êtes maintenant au stade de *dvaita*, la dualité, où vous vous voyez différents de Moi.
2. Ensuite, vous devrez atteindre le stade de *vishishtādvaita*, où vous réaliserez que, bien que les corps soient différents, chacun est un aspect du divin.
3. En vous débarrassant de l'attachement au corps, vous atteindrez le stade de l'*advaita*, la non-dualité, où vous deviendrez 'Un' avec le Divin.



Les corps sont comme des ampoules, mais toutes les ampoules brillent grâce au même 'courant'. Ce 'courant' est le principe de l'*ātma*. Vous devriez réaliser ce principe de l'unité. C'est cela l'*advaita*. Vous ne devriez pas gaspiller votre vie en demeurant au stade de *dvaita*.

## Obtenez le diplôme de l'Amour

Vous pouvez avoir des désirs, mais vous devriez leur assigner des limites. À quoi sont censés servir les désirs ? Vos désirs sont censés vous servir à accomplir vos devoirs. En tant que chef de famille, vous devez assumer vos responsabilités familiales. En tant qu'étudiant, votre devoir est d'aller à l'école, d'être présent en classe, d'écouter vos professeurs et de bien étudier. En suivant cette procédure correctement, vous obtiendrez de bonnes notes et serez admis dans la classe supérieure. Sur le chemin spirituel, vous devriez également suivre une procédure adaptée.

« *Adhyātma vidya vidyanam* » – « L'éducation spirituelle est la véritable éducation. » Les divers types d'éducation séculière sont comme des petites rivières, qui terminent toutes leur course dans l'océan. « *Nadinam sagaro gathi* » – « L'océan est la destination finale de toutes les rivières. »

Il se peut que vous ayez acquis la maîtrise de la musique, la littérature, la peinture et de tous les arts, mais le but ultime de tout votre savoir est d'atteindre l'amour de Dieu, l'océan de la grâce divine.

Vous étudiez plusieurs matières comme la physique, la chimie, les mathématiques, la botanique, l'anglais, etc. Ces matières sont toutes différentes, mais c'est le même cerveau qui les appréhende toutes. Lorsque Je vous demande ce que vous êtes en train d'étudier, vous dites que vous étudiez PCM (la physique, la chimie, et les mathématiques). Vous étudiez diverses disciplines en vue d'obtenir un diplôme comme une licence en arts ou en sciences. De même, vous pouvez vous engager dans la pratique spirituelle que vous voulez, mais ce que vous devez ultimement obtenir, c'est le diplôme de l'Amour.

Les neuf voies de la dévotion sont les moyens sacrés qui vous permettent d'obtenir la paix. Ces neuf voies sont : *śravanam* (l'écoute), *kīrtanam* (le chant dévotionnel), *Vishnusmaranam* (la contemplation de Vishnu), *pada-sevanam* (le service à Ses pieds de lotus), *archanam* (la salutation), *vandanam* (l'adoration), *dasyam* (la servabilité), *sneham* (l'amitié), *ātmanivedanam* (l'abandon de soi). Vous pouvez suivre l'une ou l'autre de ces voies.

Suivez-les toutes si vous le pouvez. Alors seulement vous obtiendrez la paix. Développez l'amour divin. En développant l'amour, vous vous libérerez à la fois de l'agitation physique et de l'agitation du monde temporel. Les sentiments qui relèvent du monde temporel vont et viennent, comme les nuages ils sont éphémères, tandis que la paix qui émane de l'intérieur est permanente. Cette paix permanente est la paix véritable, alors que la paix éphémère ne l'est pas. Efforcez-vous donc d'obtenir la paix permanente. La Vérité est permanente. Pour atteindre Dieu, vous devez donc adhérer à ce principe permanent qu'est la Vérité. Si vous suivez ce qui est éphémère, vous n'arriverez nulle part. Aspirez à ce qui est vrai et éternel ; alors vous atteindrez la divinité qui est vraie et éternelle.

## La spiritualité ne connaît pas la peur

**Chers étudiants !**

Vous ne devriez pas vous contenter de parler de *satya*, *dharma*, *śānti*, *prema* et *ahimsa* (vérité, conduite juste, paix, amour et non-violence). Vous devriez éveiller ces valeurs humaines dans votre cœur. « *Uttishtha, jagratha, prapya varannibodhata* » – « Levez-vous, réveillez-vous, allez trouver les nobles personnes et apprenez d'elles le secret de la réalisation de la divinité. »

Vos mauvais traits de caractère et mauvaises pensées ont pollué votre mental et sont responsables de vos troubles et de votre agitation. Un homme agité ne peut même pas jouir d'un sommeil profond, comment dès lors peut-il expérimenter la paix ? La paix est divine. Pour expérimenter cette qualité divine, vous devez purifier votre cœur. Cela veut dire que vous devez veiller à ne pas permettre aux défauts d'entrer dans votre cœur. Développez la force qui vous permettra, en toute circonstance, de garder vos traits de caractère négatifs sous contrôle. Quelles que puissent être les difficultés, les problèmes et les situations fâcheuses, pour y faire face vous devriez développer la force qui empêche les défauts d'entrer dans votre cœur.

Vous devriez éveiller les valeurs de vérité, de conduite juste, de paix, d'amour et de non-violence qui dorment dans votre cœur. Pourquoi sont-elles endormies ? Parce que vous n'en faites pas usage. Par ailleurs, vous mettez en pratique vos sentiments profanes et vos tendances matérialistes. Puisque vous ne mettez pas les valeurs humaines en application, elles restent à l'état latent. Mettez en pratique ces valeurs humaines. Alors, toutes vos tendances matérialistes seront maîtrisées et les valeurs humaines s'éveilleront dans votre cœur.

Un lion n'a pas peur, il marche majestueusement sans regarder derrière lui. C'est pourquoi on l'appelle le roi des animaux. Tel un lion, un géant spirituel n'a peur de rien. Celui qui désire les choses de ce monde est comme un mouton, la peur l'étreint. Comme vous le savez, un mouton suit aveuglément ses congénères. Si un mouton tombe dans un trou, les autres le suivent !

Vous devriez être comme un lion et non comme un mouton. Ne vous laissez pas envahir par la peur. Développez le courage et la vaillance sans donner libre cours à la peur. *Dhīvatvam*, l'absence de peur, est la marque de *daivātman*, la divinité. Élevez-vous au niveau de la divinité. Ne craignez rien. La peur surgit seulement quand il y a une faiblesse en vous.

« *Là où règne la conduite juste, là règne la vertu,  
Là où règne la vertu, là règne la discipline,  
Là où règne la discipline, là règne la paix.* »

En revanche, là où règnent la peur et le manque de vertus, là règne *asānti*, l'absence de paix. Vous devriez donc développer les vertus, qui sont le fondement de la paix. Hanumān est loué en tant que *santudu*, *gunavantudu*, *balavantudu*, *hanumantudu* – un être doté de paix, de vertus et de courage. Quelle est la base de toutes les vertus qu'il possédait ? Ce petit exemple l'illustrera :

Un jour, les mères du sage Agastya, d'Hanumān et du Seigneur *Rāma* se mirent à parler de la grandeur de leurs fils respectifs. La mère d'Agastya dit : « Savez-vous qui est mon fils ? Il a bu d'un trait l'océan tout entier. Telle est sa grandeur. » À cela, la mère d'Hanumān répondit : « Ton fils a peut-être bu d'un trait l'océan tout entier, mais mon fils a franchi l'océan qui le séparait de Lanka d'un seul bond. » Kausalyā, la mère de *Rāma*, intervint et dit à la mère d'Hanumān : « C'est uniquement grâce au pouvoir du nom de mon fils que ton fils a pu franchir l'océan d'un seul bond et atteindre Lanka. » Des conversations de ces trois mères, il ressort clairement que Dieu est le plus grand de tous. Si le sage Agastya a pu boire d'un trait l'océan tout entier, c'est grâce au pouvoir de Dieu. De même, c'est le pouvoir du nom de *Rāma* qui a permis à Hanumān de franchir l'océan d'un seul bond et d'atteindre Lanka. Aussi, avant toute chose, récitez le Nom de Dieu, car rien n'est plus puissant que le Nom divin.

*Bhagavān* mit fin à Son discours avec le *bhajan* : « *Hari, Hari, Hari, Hari smarana karo...* »

*Traduit du Sanathana Sarathi,  
la revue officielle mensuelle éditée à Praśānthi Nilayam.  
(Décembre 2012)*



Si vous avez peur de quelqu'un ou de quelque chose qui vous est extérieur, souvenez-vous que la peur prend naissance dans votre mental, que c'est lui qui l'alimente et la fortifie, et que vous pouvez la surmonter en la rejetant. Comment la peur pourrait-elle empêcher un aspirant spirituel de suivre son chemin ? Elle ne peut se cacher derrière aucune ombre ni importuner le *sādhaka* (aspirant spirituel) qui possède Dieu dans son cœur. La foi en la toute-puissance de Dieu est l'armure infaillible que peut revêtir le *sādhaka* ; et les hommes de tous les pays sont des *sādhaka* qu'ils en soient conscients ou non. Soyez ferme, ne vacillez pas, tenez bon, accrochez-vous à votre idéal sans vous décourager. Priez Dieu jusqu'à ce qu'Il cède. Ne vous détournez pas tristement si Dieu ne déverse pas sur vous Sa grâce au moment où vous l'attendez.

**SATHYA SAI BABA**  
(Discours du 1<sup>er</sup> octobre 1976)