

NĀMASMARANA EST LA PLUS GRANDE DES SĀDHANA EN CE KALI YUGA

Amrita dhārā (27)

Extrait du discours prononcé par Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba,
le 12 juillet 1996 dans le Sai Kulwant Hall à Praśān̄thi Nilayam

« Ô nobles gens ! De même qu'une puissante armée est vitale pour une forteresse, que l'honneur constitue le trésor d'une femme et la signature l'élément indispensable d'un billet à ordre, la vérité est le souffle de vie de la parole. »

(Poème telugu)

« Sauvegardez l'humanité en vous par la pureté, la patience et la persévérance. »

Perdre de vue ce principe revient à perdre de vue la qualité humaine.

Étudiants !

Quand vous devez dire quelque chose, adaptez vos paroles au moment et aux circonstances. Parlez avec humilité de façon à ne pas heurter autrui. Ne prononcez jamais de mots durs. En outre, vous ne devriez pas dire quelque chose qui n'est pas vrai juste pour plaire à quelqu'un. Que cela plaise ou non aux autres, adhérez à la vérité dans le respect de la lettre et de l'esprit. Parlez avec conviction. Alors seulement vous serez respectés dans la société. Encouragez le respect de l'individu, de la société, de la nation et de la race humaine dans son ensemble. La parole est la base de tout cela. Considérez-la comme votre souffle de vie.

La vérité est l'ornement de la parole

Savez-vous pourquoi la langue vous est donnée ? Est-ce pour vous complaire dans de vains bavardages ? Non ! La langue vous est donnée pour dire la vérité. La vérité est l'ornement de la parole, tout comme la charité est l'ornement de la main. La bonne conduite est le souffle de vie de l'homme. Mais l'homme fait usage de la faculté qu'il a de parler de manière arbitraire, il profère des mensonges et, de ce fait, il perd le respect de la société. Quel est le véritable ornement de l'homme ? C'est la vérité. Les Écritures disent :

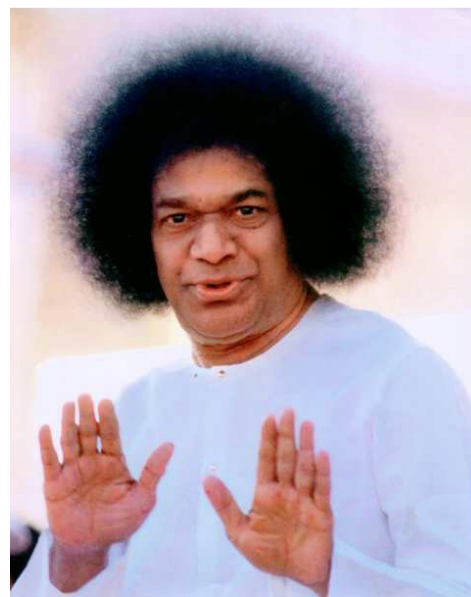
« *Satyambrūyāt, priyam brūyāt, na brūyāt, satyammapiyam* »

« *Dites la vérité de manière agréable et ne dites pas de vérités désagréables.* »

« *Satyam vada, dharmam cara* »

« *Dites la vérité et pratiquez la droiture.* »

Ces deux principes sont les pierres angulaires de la culture indienne. Vous devriez purifier votre cœur et vous améliorer en suivant ces deux principes.



La paix est l'ornement des âmes nobles. La vérité est l'ornement de l'homme. La félicité est l'ornement de Dieu. C'est seulement par la contemplation de Dieu que l'homme peut atteindre le bonheur suprême. Le bonheur physique et terrestre est temporaire ; ce n'est pas le véritable bonheur. Sous l'influence de l'orgueil, de la richesse et du pouvoir, l'homme s'engage dans diverses voies mauvaises. Mais la richesse et le pouvoir sont comme les nuages, ils ne font que passer. Le pouvoir physique, le pouvoir mental et le pouvoir de la richesse sont tous temporaires.

*« On peut avoir des aptitudes physiques et le pouvoir de l'intelligence,
mais l'on échouera si la grâce divine fait défaut.
Karna eut beau être un grand guerrier, quel fut son destin ?
N'oubliez jamais cette vérité. »*

(Poème telugu)

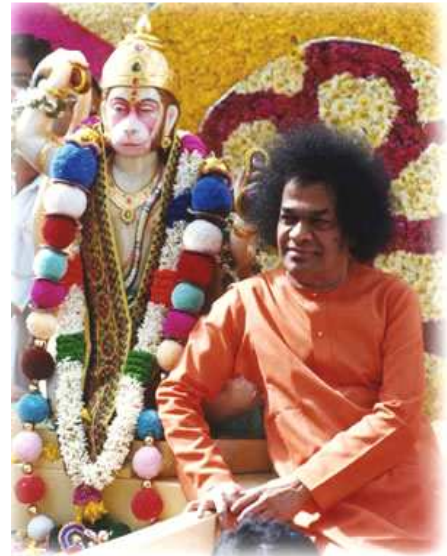
Karna possédait le pouvoir physique, le pouvoir de l'intellect et le pouvoir des armes. En fait, il était doté de tous les pouvoirs. À cet égard, il était de loin supérieur à Arjuna qui ne possédait pas non plus la qualité de générosité de Karna. Jamais Karna ne revenait sur sa parole. Toutefois, bien que doté de toutes les vertus et de l'esprit de sacrifice, Karna ne put revenir sur la promesse donnée au diabolique Duryodhana et devint ainsi l'un des quatre mauvais Kaurava (Duryodhana, Duḥśāsana, Śakuni et Karna). « *Dis-moi quelles sont tes fréquentations et je te dirai qui tu es.* » Les mauvaises qualités s'insinuent en vous quand vous fréquentez de mauvaises personnes. De façon similaire, en ayant de bonnes fréquentations, vous vous imprégnez de bonnes qualités. « *Vous devenez comme vos fréquentations.* » Telle farine produit tel *chapati*, telle nourriture tel renvoi.

Le désir et l'avidité causent la chute de l'homme

Étudiants !

La blessure causée par une chute peut guérir avec le temps, mais la blessure causée par des mots durs ne guérira jamais. Considérez la vérité comme votre souffle de vie. Quand vous parlez à vos parents, vos amis et vos aînés, assurez-vous que vos paroles sont empreintes de vérité.

Hanumān était le ministre de Sugrīva. Ce dernier donna pour instruction à Hanumān de rencontrer Rāma et Lakshmana. La manière douce avec laquelle Hanumān s'adressa à Lui rendit Rāma très heureux. Il dit à Lakshmana : « Cher frère, Hanumān possède la paix, des vertus et la bravoure. Ses paroles reflètent sa paix. La manière respectueuse avec laquelle il se conduit rend ses vertus évidentes. La façon dont il est descendu du sommet de la montagne Rishyamūka en un clin d'œil témoigne de sa bravoure. » Les bonnes ou mauvaises qualités de l'homme transparaissent dans ses paroles. Tout ce qu'il expérimente est la réaction, le reflet et l'écho de ses paroles.



Vous savez tous qu'aujourd'hui la méchanceté et l'injustice règnent largement dans le monde. Cela est dû à l'influence du *kali yuga*. De nos jours, l'homme est embourbé dans le désir et l'avidité. Ses désirs ne connaissent pas de limites. Il n'y a bien sûr rien de mal à désirer les choses qui sont nécessaires pour notre quotidien. Nous avons besoin de certaines choses pour maintenir la dignité et l'honneur de notre famille. Préserver l'honneur et le bien-être de la société est notre devoir. L'honneur de la société, c'est l'honneur du pays. En premier lieu viennent donc les individus, puis la société et enfin la nation. En conséquence, les étudiants devraient tout d'abord développer le caractère individuel, lequel confère valeur et respect à l'individu. Ils devraient ensuite préserver l'honneur de leur famille. Dans les temps anciens, les gens attachaient une grande importance à l'honneur de la famille lors des alliances matrimoniales. Mais, aujourd'hui, personne ne se préoccupe du caractère de l'individu ou de l'honneur de la famille. Avoir des désirs nobles, tout en gardant toujours présent à l'esprit le caractère individuel, l'honneur de la famille et le bien-être de la société, est une chose tout à fait naturelle pour un homme.

En second lieu, aujourd'hui, l'homme est obsédé par l'avidité. Il est impossible de dire combien de gens ont perdu leur vie en raison de leur avidité. Où que nous regardions, les vertus et l'amitié ne sont pas considérées comme importantes ; seul l'argent est devenu important aux yeux de l'homme. Ainsi, bon nombre de gens accumulent d'énormes richesses. Mais où vont toutes leurs richesses ? Qu'en font-ils ? Les dépensent-ils pour une cause noble ou un but charitable ? L'utilisent-ils pour pourvoir à l'éducation des pauvres et leur fournir des infrastructures de santé ? Pas du tout. Où sont-ils maintenant ces nombreux rois qui ont accumulé des richesses et acquis une grande renommée ? Ils n'ont même pas emporté avec eux une poignée de sable en quittant ce monde. Il n'y a rien de mal à gagner de l'argent pour faire face aux besoins essentiels de notre vie quotidienne. Mais, vous, vous pensez que l'éducation que vous acquérez vous sert seulement à gagner de l'argent :

**« Vous pouvez vous vanter d'avoir amassé une grande richesse,
mais elle ne vous procure même pas un iota de paix.
Vous pouvez vous targuer d'être très instruits,
mais cela ne peut vous aider à obtenir un peu de paix en ce monde. »**

(Poème telugu)

Voilà la 'grandeur' de l'éducation moderne !!! Elle encourage uniquement l'argumentation stérile qui engendre non la paix mais l'inimitié. En conséquence, il n'est pas bon de verser dans l'argumentation.

Pour sauvegarder son humanité, l'homme doit développer les trois **P's**, les trois qualités de la **P**uretété, de la **P**atience et de la **P**ersévérance. Si vous développez la **P**uretété, vous réaliserez *satya*, la vérité, et *dharma*, la conduite juste. En pratiquant la vérité et la conduite juste, vous expérimenterez la béatitude. En développant la **P**atience, vous aurez une conduite juste et observerez la non-violence. En développant la **P**ersévérance, vous réaliserez toutes les valeurs humaines. Si l'amour et la droiture sont développés en vous, jamais vous ne recourrez à la violence. Celui qui a développé la vérité et la paix en lui n'éprouvera jamais l'agitation, quelle que soit la situation. Il n'est pas nécessaire de faire un effort particulier pour développer la non-violence, il suffit que vous possédiez une seule des quatre valeurs humaines suivantes - *satya*, *dharma*, *sānti* et *prema*.

**« L'absence de crainte du péché et d'amour pour Dieu
Font que la qualité humaine a décliné chez les êtres humains,
Au détriment de la paix universelle. »**

(Poème telugu)

On peut être un benêt dépourvu d'intelligence et de capacités intellectuelles, mais si l'on craint le péché, cela suffit. Vous pouvez posséder un grand nombre de richesses, de l'or et des biens terrestres matériels, si vous ne craignez pas le péché, vous n'êtes que des ignorants.

Un jour, Prahlāda dit à son père : « Père, pourquoi tues-tu des gens innocents comme si tu chassais des animaux sauvages dans la forêt ? Tu commets des actes de violence à seule fin d'agrandir ton royaume. Que gagnes-tu à tuer tant de gens innocents ? Tu n'es pas censé faire cela. Comment celui qui s'est rendu esclave de ses ennemis intérieurs peut-il vaincre ses ennemis extérieurs ? De grands ennemis sont présents en toi : *kāma*, *krodha*, *lobha*, *moha*, *mada* et *mātsarya* (désir, colère, avidité, illusion, orgueil et jalousie). Vaincu par ces six ennemis intérieurs, tu tues des gens innocents à l'extérieur. C'est un grand péché. »

Vous devriez tout d'abord éliminer vos ennemis intérieurs, par exemple *kāma*, *krodha*, *dvesha*, etc. (désir, colère, haine, etc.) Alors seulement vous pourrez développer la crainte du péché. Pourquoi l'agitation prévaut-elle dans le pays aujourd'hui ? Cela vient du manque de crainte du péché et d'amour pour Dieu. Où que se porte le regard, les troubles et l'agitation sont visibles dans la forêt, au sommet des montagnes, dans les villes et les villages ! Vous le savez tous, un seul bracelet porté au poignet ne fait aucun bruit, mais deux bracelets font du bruit.

De même, là où deux personnes se rassemblent, le désaccord et l'agitation s'installent. L'impact de l'âge de *Kali* a fait disparaître la tolérance, la sympathie, l'amitié, la compassion et la bonté. L'égoïsme et l'intérêt personnel règnent partout.

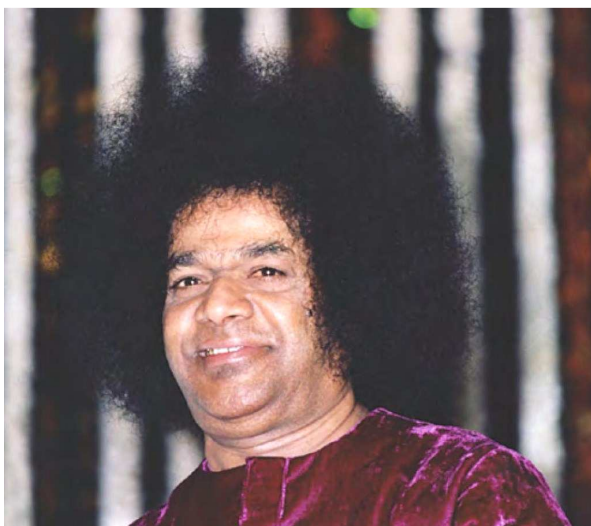
Aujourd'hui, les étudiants devraient prendre l'engagement de travailler pour le bien de la société et la protection du pays dans son ensemble. Alors seulement leur éducation aura un sens. La seule façon de

parvenir à la paix, c'est de servir votre pays. Vous êtes nés et avez grandi dans la société. Ce sont l'aide et l'encouragement que vous avez reçus de la société qui vous ont permis de progresser. En conséquence, vous devriez servir la société et lui exprimer votre gratitude.

Aidez les autres dans la mesure de vos possibilités

En prononçant de bonnes paroles, vous gagnerez la confiance des autres. L'empereur Bali dit à son guru, Śukrācārya, qu'il n'y avait pas de plus grand péché que celui de revenir sur sa promesse. Afin d'adhérer à la vérité, il arrivait même à Bali de ne pas tenir compte des conseils de son guru. Lorsque Vāmana demanda à Bali l'aumône de trois mesures de terre, Śukrācārya le mit en garde : « Ô Bali ! Vāmana n'est pas un être ordinaire, il est le Seigneur Nārāyana Lui-même. Tu deviendras pauvre si tu lui accordes les trois mesures de terre qu'Il te demande ! » Ce à quoi Bali répondit : « Swāmi, qui suis-je pour refuser l'aumône à Dieu qui tend Sa main vers moi ? Je tiendrai certainement ma promesse. Je ne me soucie pas de ce que sera mon destin. J'ai l'insigne chance que ma main soit au-dessus de la Seine et de pouvoir Lui faire l'aumône. Est-il plus grande chance ? Je suis prêt à Lui accorder tout ce qu'Il me demande pour réaliser ce bonheur. »

Votre honneur réside dans le fait de tenir parole. La jeunesse est comme un nuage qui passe, elle vient et s'en va. Elle n'existe pas au commencement de la vie et ne dure pas jusqu'à la fin. Elle vient et s'en va au milieu de la vie comme l'eau qui s'écoule sous les pieds. Combien de temps peut-elle durer ? Vous ne devriez pas être fiers de votre jeunesse éphémère et temporaire. Souciez-vous du futur et du bien-être de la société, développez une vision inébranlable et un mental stable. En outre, vous devriez apporter une bonne renommée à vos parents. Ceux-ci travaillent dur et supportent toutes sortes de difficultés pour assurer votre bien-être et votre progrès. Ils désirent seulement que vous étudiiez bien, que vous vous éleviez dans la vie et que vous acquériez une bonne réputation. Vous devriez par conséquent faire des efforts afin de leur apporter paix et bonheur.



Malgré toute l'éducation qu'elle peut avoir, une personne stupide ne connaîtra pas son vrai Soi. Qu'en est-il de cette éducation moderne ? Elle vous confère seulement la connaissance livresque. Vous ne pouvez acquérir une bonne renommée avec ce seul type d'éducation. Seules de bonnes actions vous permettront d'obtenir une bonne renommée dans la société. Efforcez-vous de soulager la souffrance de vos semblables. Aidez les autres dans la mesure de vos possibilités. Ce n'est pas parce que Swāmi vous a dit de développer l'esprit de sacrifice que vous devez aller au-delà de vos capacités. Vous ne pouvez avoir plus d'eau que la capacité de votre récipient peut en contenir. Pour en avoir davantage, il faut vous procurer un récipient plus grand. Cela signifie que vous devez élargir votre cœur. Alors seulement vos sentiments pourront s'élargir.

Étudiants !

Chaque fois qu'une pensée surgit dans votre mental, vous devriez faire usage de votre faculté de discernement et chercher à savoir si cette pensée est bonne ou mauvaise, correcte ou incorrecte, et ensuite seulement agir. N'agissez jamais dans la précipitation. « *La hâte engendre le gaspillage ; le gaspillage engendre les soucis. Aussi, ne faites rien dans la précipitation.* » Prenez votre temps et réfléchissez avant de faire quoi que ce soit. Ce qui ne veut pas dire que vous deviez perdre du temps inutilement. Le Temps est Dieu.

Aujourd'hui, la situation de la société est telle que les gens tentent même d'abuser des bonnes actions des autres. Même si vous les aidez, ils essaient de vous faire du mal. Vous devriez également aider ceux qui vous font du mal.

*« Il n'y a rien de grand à aider ceux qui vous ont aidé.
Noble est celui qui aide ceux-là même qui lui ont fait du mal. »*

(Poème telugu)

Cependant, vous devriez faire usage de votre discernement lorsque vous aidez les autres. Vous devriez vous demander dans quelle mesure vous pouvez aider ces gens. J'ai raconté cette histoire dernièrement : quand Mohammad Ghori attaqua Prithvi Raj, ce dernier le vainquit complètement. Mais Prithvi Raj, qui avait grand cœur, pardonna à Mohammad Ghori et le laissa partir libre. Plus tard, Mohammad Ghori attaqua à nouveau Prithvi Raj et cette fois il remporta la victoire. Mohammad Ghori captura Prithvi Raj et le rendit aveugle, ne ressentant aucune gratitude envers celui qui l'avait auparavant relâché sans lui faire de mal. Vous devriez par conséquent être prudents en pratiquant le pardon lorsque vous avez à faire à une personne cruelle. Le pardon est sans doute une grande vertu, mais il fait plus de mal que de bien s'il est pratiqué envers une personne mal intentionnée. Vous ne devriez pardonner qu'une fois à une telle personne, tout au plus deux. Vous ne devriez pas lui pardonner chaque fois qu'elle vous fait du mal, sans quoi vous vous mettriez en danger.

Méthodes pour contrôler la colère

Ayez toujours de bons sentiments et de bonnes pensées envers tout le monde. Néanmoins, vous devriez vous conduire avec circonspection selon les exigences du temps et de la situation. Apprenez à parler à voix basse, doucement et de manière agréable, non pour les autres, mais seulement pour votre propre satisfaction et non celle des autres. Parfois, la colère vous dévore et crée une grande agitation dans votre mental. Vous devriez alors vous efforcer de la faire redescendre et ne jamais agir à chaud sous son emprise.

*« Celui qui est sous l'emprise de la colère ne réussira dans aucune de ses entreprises.
Il commettra des péchés et sera tourné en ridicule par tout le monde ;
Sa propre famille l'abandonnera, il perdra santé et respect,
Et sa colère le détruira entièrement. »*

(Poème telugu)

Étudiants !

Il existe certaines méthodes pour contenir votre colère. Dès qu'elle surgit, vous devriez en tout premier lieu quitter l'endroit où vous vous trouvez et boire un verre d'eau froide. Vous pouvez aussi regarder votre visage dans un miroir ; vous réaliserez alors combien il est laid et perturbé, votre colère vous dégoûtera et vous vous direz : « Honte à moi ! Je ne devrais jamais me laisser aller à la colère. » Si votre colère ne s'apaise toujours pas, allez dans la salle de bain, ouvrez le robinet, placez un seau dessous, et pendant que l'eau s'écoule, considérez le son qu'elle fait comme étant un *śruti*, un chant, et récitez le nom divin. Tous les péchés sont lavés quand vous chantez les *bhajan*. Vous pouvez également faire une marche rapide. Toutes ces méthodes agissent comme des remèdes, elles apaisent la colère et la contiennent.

Nos anciens développaient leurs qualités humaines naturelles en appliquant ces méthodes. À l'époque, il n'y avait pas de pilules pour réduire l'anxiété et calmer le mental. Aujourd'hui, dès que vous êtes en proie à l'anxiété, le médecin vous prescrit une pilule. Ces pilules sont comme des sédatifs, elles vous endorment. Vous ne devriez pas vous habituer à prendre de telles pilules. Quelle pilule êtes-vous supposés prendre ? « *Harer nāma, harer nāma, harer nāmaiva kevalam, kalam nāstyeva nāstyeva nāstyeva gatiranyathā* » - « Réciter le nom divin est la seule voie qui libère en cet âge de *Kali*. » Réciter le nom divin est essentiel en cet âge de *Kali*. Il n'y a pas de meilleur médicament que *nāmasmarana*. En conséquence, récitez toujours le nom divin, cela éliminera vos troubles et vos agitations, et vous confèrera la paix et la félicité. Quel est le plus grand pouvoir en cet âge de *Kali* ?

*« Ô nobles âmes ! Aucun yuga n'est plus grand que le kali yuga
Car, en ce yuga, on peut atteindre la libération
simplement en récitant le nom divin. »*

(Verset sanskrit)

Récitez le nom divin et atteignez la félicité

Rien n'est plus grand que la récitation du nom divin en cet âge de *Kali*. Réciter le nom divin est le meilleur des remèdes pour toutes les maladies terrestres. *Dhyāna*, *yājñā* et *arcana* - la méditation, le sacrifice et le culte - sont prescrits comme moyens principaux de libération dans les *krita yuga*, *treta yuga* et *dvāpara yuga*. Dans le *kali yuga*, *nāmasmarana*, réciter le nom divin, est la voie la plus facile pour obtenir la libération ; par conséquent, les gens nés en ce *yuga* sont plus chanceux que ceux qui vécurent dans les trois autres *yuga*. Malheureusement, aujourd'hui, personne n'est à même de suivre cette voie facile. Vous n'êtes même pas capables de rester assis calmement pendant quelques minutes ; quelle sorte de pénitence pouvez-vous donc accomplir ? Aucune. Aussi, prenez refuge en *nāmasmarana*, car il n'existe pas de plus grande *sādhana* (discipline spirituelle).



En récitant continuellement le nom divin, vous pouvez dissiper tous vos défauts. Vous-même pouvez constater combien vous êtes heureux lorsque vous récitez le nom divin. C'est pour cela que Dieu est décrit comme *ganalola* et *ganapriya* (amateur de musique). Le sage Nārada passait son temps à chanter le nom divin de Nārāyana. L'entendre rendait le Seigneur heureux. Il y a tant de félicité dans le chant. Le chant captive notre cœur et nous transporte. C'est la raison pour laquelle le chant est considéré comme très précieux. On peut ne pas connaître les subtilités de la musique comme *śruti*, *laya*, *rāga* et *tāla* (le son, le rythme, l'air et la mesure), mais on devrait chanter de tout son cœur, en y mettant du sentiment.

Il existe trois façons de prononcer le nom divin. Vous pouvez prier en prononçant des mots : « Ô Rāma, s'il Te plaît protège-moi » ou dire la même chose sous forme de poème. Cependant, les mots ne sont pas très plaisants à l'oreille. Mais lorsque vous exprimez la même prière sous forme de chant, elle pénètre directement dans le cœur, car le chant est imprégné de douceur et de félicité. C'est pourquoi Nārada chantait continuellement le nom divin *Nārāyana*, *Nārāyana*, *Nārāyana* ...

Un jour, le sage Nārada approcha le Seigneur Nārāyana et Le pria de lui expliquer l'efficacité du *Rāma nama*. Nārāyana lui dit : « Nārada, regarde, il y a un perroquet sur cet arbre. Va et demande-lui de réciter une fois le nom de Rāma. » Nārada s'exécuta. Au moment où le perroquet entendit le nom divin de Rāma, il tomba au pied de l'arbre, mort. Nārada revint vers Nārāyana et lui dit : « Ô Seigneur ! Quand j'ai demandé au perroquet, comme tu me l'as dit, de chanter le nom de Rāma, il a rendu l'âme. » Nārāyana lui répondit : « Ô Nārada, ne t'inquiète pas au sujet de la mort du perroquet. En ce moment même, une vache donne naissance à un veau. Va et demande au veau de chanter le nom divin de Rāma. Malgré ses craintes qu'il ne connaisse le même sort que le perroquet, Nārada demanda au veau de chanter le nom divin de Rāma. Aussitôt qu'il entendit le nom de Rāma, le veau à peine né mourut.

Nārada informa Nārāyana de ce qui s'était passé. Nārāyana lui demanda alors de se rendre au palais d'un roi qui venait d'avoir un héritier, et de demander au prince de chanter le nom divin de Rāma. Nārada fut pris de panique, mais Nārāyana insista, aussi se rendit-il au palais pour demander au nouveau prince de chanter une fois le nom de Rāma. Le prince salua le sage et lui révéla qu'en entendant juste une fois le *Rāma nama* (nom de Rāma), il s'était transformé, passant de l'état de perroquet à celui de veau et de celui de veau à celui d'être humain, de prince. Il exprima sa gratitude au sage Nārada pour l'avoir initié au *Rāma nama*. Ainsi, le nom divin confère la naissance humaine, laquelle est considérée comme un cadeau rare.

Bhagavān conclut Son discours avec le *bhajan* : « *Hare Rāma, Hare Rāma, Rāma, Rāma, Hare, Hare...* »

*Traduit du Sanathana Sarathi,
la revue officielle mensuelle éditée à Prasānthi Nilayam.
(Octobre 2011)*

