

PREMA

F R A N C E



Organisation Sri Sathya Sai France

n° 146 – 3^e trimestre 2026

PREMA : AMOUR UNIVERSEL

Soyez bons,
Voyez le bien et
Faites le bien,
Tel est le chemin qui
mène à Dieu.

Avec Amour

Baba

Be good
See good and
Do good this is the
way to God
with love
Baba

Directeur de publication : Nicole CRESSY

Responsable de l'édition : Équipe PREMA

Adresse de la revue

pour la correspondance :

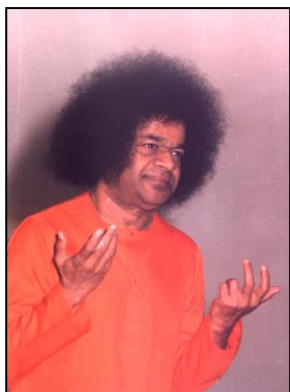
PREMA
BP 80047
92202 Neuilly sur Seine PDC1
Tél. : 01 74 63 76 83

Chers amis lecteurs,

Nous tenons à exprimer notre plus profonde reconnaissance aux nombreux fidèles qui participent à la réalisation et à la distribution de PREMA pour leur aide désintéressée, leur dévouement et leur esprit de sacrifice.

La revue "PREMA" est le porte-parole de l'Organisation Sri Sathya Sai de France ; elle est publiée tous les trimestres.

Prema.



*Pourquoi avoir peur puisque
Je suis là ?*

PREMA N° 146

3^e trimestre 2026

(<http://www.revueprema.fr>)

SOMMAIRE

SAI BABA NOUS PARLE

Le bonheur suprême provient de la sagesse absolue - <i>Amṛīta dhārā (62)</i> - Sathya Sai Baba	2
La voix de l'océan - Sathya Sai Baba	9
Dialogues avec Sai Baba - <i>Sandeha Nivarini (9)</i> - Sathya Sai Baba	13
Le Seigneur est-il le plus grand ? - Sathya Sai Baba	17

ENSEIGNEMENTS ET RÉFLEXIONS

<i>Sadhana chatushtaya</i> – Quatre qualifications pour un chercheur spirituel (1) - Sathya Sai, <i>The Eternal Companion</i> (Éditorial V.4 - N°7)	19
Le symbolisme du Guru - Shanker	27
Qu'y a-t-il dans un nom ? - Dr Phil Gosselin	29

DE NOUS À LUI

Voyez tout le monde comme divin - Pratiquez « <i>Die-Mind</i> » - la mort du mental - M. Jan Floris	33
Tout arrive au moment juste - M. Krishna Samy	37
La <i>vibhūti</i> redonne vie à un animal de compagnie bien-aimé - M. José Cabezas	41
La <i>vibhūti</i> guérit les vertiges invalidants - D'après M. Eugène Gussenhoven	43

L'AMOUR EN ACTION

<i>Sevā</i> – la première étape - M. Tony Reeder	46
--	----

EDUCARE ET TRANSFORMATION

Les Valeurs humaines dans la vie quotidienne - Mme Bea Flaig	48
--	----

MISCELLANÉES

Comment j'ai géré mon humeur - Dr Ben Carson	51
--	----

INFOS SAI France

Annonces importantes, Calendrier des prochains événements, etc.	54
Éditions Sathya Sai France...	59

LE BONHEUR SUPRÊME PROVIENT DE LA SAGESSE ABSOLUE

Amrita dhārā (62)

Extrait du discours prononcé par Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba,
le 1^{er} septembre 1996 dans le Sai Kulwant Hall à Prasān̄thi Nilayam

L'oignon perd-il son odeur même si on le sème dans un lit de camphre, qu'on y ajoute du musc odorant comme engrais et qu'on l'arrose d'eau parfumée ?

(Poème telugu)

ĀNANDA EST LE PRINCIPE DE BRAHMAN

Étudiants !

L'homme doit avant tout développer ses facultés physiques, mentales et spirituelles afin de préserver son humanité et de révéler sa divinité. La naissance humaine n'a pas pour but de jouir d'une vie physique, matérialiste et mondaine. Les oiseaux, les bêtes et les animaux connaissent eux aussi ce même bonheur physique auquel vous aspirez.

L'homme devrait prendre conscience de sa divinité



Alors, quelle est la spécificité de la naissance humaine ? *Jantūnām nara janma durlabham* – De tous les êtres vivants, la naissance humaine est la plus rare. Qu'est-ce qui rend la naissance humaine si rare et unique ? Les animaux, comme vous, se nourrissent et tissent des liens avec leurs proches. Ils ont également des désirs, tout comme vous. Si vous menez aussi une vie animale, à quoi bon toute cette éducation ? Quels *vijñāna* (connaissance profane), *sujñāna* (connaissance spirituelle) et *prajñāna* (conscience constante et intégrée) avez-vous acquis au cours de vos études ? Votre éducation a-t-elle pour seul but de vous remplir le ventre ? Ce n'est pas là le signe de l'humanité ; ce n'est pas le but de la vie humaine. L'homme doit réaliser son Soi véritable et la source dont il est issu.

Karmānubandhīni manuṣya-loke - L'homme dans le monde est lié par ses actes. Même les oiseaux et les animaux agissent. L'homme devrait donc accomplir des actions qui sont associées à la droiture. Tout *karma* (action) accompli par l'homme doit être en accord avec le *dharma*. L'homme doit user de son intelligence et de son discernement et s'engager pleinement dans l'action. Avant d'entreprendre toute tâche, il doit se demander si cette action particulière est digne d'un être humain ou d'un animal. La Divinité infinie et incommensurable est immanente en l'homme. Ayant reçu une naissance humaine aussi sacrée et divine, il est honteux de mener une vie d'oiseaux et d'animaux.

Brahman est omniprésent. De ce principe de Brahman émerge l'*akasha* (éther), dont le son est l'attribut. Le vent provient de l'éther, le feu du vent, l'eau du feu et la terre de l'eau. Les cultures poussent sur la terre, la nourriture provient des cultures et c'est de la nourriture que les êtres humains ont pris naissance. La vie humaine est un voyage d'*anna* (nourriture) à *ānanda* (félicité). Elle commence par la nourriture et son but ultime est d'atteindre la félicité. Il existe une relation intime entre la nourriture, Brahman et *ānanda*. En réalité, *ānanda* est le principe de Brahman. C'est pourquoi la Divinité est décrite ainsi : *brahmānandaṃ paramasukhadaṃ kevalaṃ jñānamūrtiṃ* – Dieu est l'incarnation de la félicité divine, du bonheur suprême, de la sagesse absolue.

Quelle est la source de *Brahmānanda*, la Béatitude de Brahman ? À quoi ressemble *Brahmānanda* ? C'est l'état de bonheur suprême. D'où provient ce bonheur suprême ? De la sagesse absolue. L'*ānanda*, qui émane de la sagesse, est le fondement de la vie humaine en ce monde. Mais aujourd'hui, les gens sont incapables de comprendre ce qu'est le véritable *ānanda*. Ils ignorent ce qu'est le vrai bonheur. Ils prennent le bonheur matériel et terrestre pour le vrai bonheur. Combien de temps dure le bonheur terrestre ? Il est comme un nuage passager. Est-ce à ce bonheur que vous devriez aspirer ? Je l'ai dit à maintes reprises. Ādi Śaṅkarā a également enseigné cette même vérité. Certains d'entre vous pensent peut-être que Swāmi se répète sans cesse. J'aimerais vous poser une question : pourquoi vous gavez-vous toujours de la même chose ? N'est-ce pas pour cela que vous mangez trois fois par jour ? Combien de sacs de riz avez-vous déjà engloutis, et combien en consommerez-vous encore ? Vous-mêmes l'ignorez.

*Vous luttez sans relâche dans la vie simplement pour vous nourrir.
Vous acquérez de nombreuses connaissances dans divers domaines.
Mais vous ne parvenez pas à goûter au bonheur véritable.
Alors, réfugiez-vous en Dieu et contemplez-Le.
Il vous montrera assurément le bon chemin.*

(Poème en telugu)

Vous avez consommé d'innombrables sacs de riz. Pourtant, votre estomac n'est pas rassasié. C'est pourquoi vous devez écouter les mêmes enseignements encore et encore, en saisir l'essence, les mettre en pratique et goûter à la béatitude. Ādi Śaṅkarā a dit :

***mā kuru dhana-jana-yauvana-garvaṃ
harati nimeṣāt kālaḥ sarvaṃ***

(Ne soyez pas fiers de vos richesses, de votre descendance et de votre jeunesse ;
le flot du temps pourrait les détruire en un instant.)

Vous consacrez votre vie entière à des activités matérielles. Vous étudiez tant de matières, lisez tant de livres et obtenez tant de diplômes, mais à quoi bon ? Quelle part des connaissances acquises avez-vous mise en pratique ? Absolument aucune. Si vous voulez que la nourriture servie dans votre assiette arrive jusqu'à votre estomac, vous devez mettre vos mains et votre bouche à contribution. De la même manière, vous devez mettre en pratique au moins une partie de ce que vous avez étudié et appris pour connaître le bonheur. À quoi sert une éducation qui n'est pas mise en pratique ? De telles personnes sont un fardeau pour le monde. Ce n'est pas ainsi que vous devriez vivre. Vous devriez servir la société et mettre un terme à la situation chaotique qui y règne aujourd'hui. Seule l'éducation permet d'acquérir cette capacité. Il n'y a que les étudiants qui soient capables de résoudre les problèmes de la société. Or, leur égoïsme et leur intérêt personnel les en empêchent. En réalité, ils vivent comme des animaux. Ce n'est pas là le but de l'éducation. Ayant obtenu une naissance humaine, fixez un idéal à la société. Quel idéal ? Un idéal digne d'un être humain.

Quel est le sens de la vie ? J'en ai parlé hier. Même un lapin mort a une certaine valeur, contrairement au cadavre d'un être humain. On accepte même des sandales dans une maison, mais pas un cadavre. Est-ce là la valeur d'une personne ? Non, certainement pas. Efforcez-vous de découvrir

d'où vous venez. Prenez conscience de votre véritable Soi et atteignez la source de votre origine. Voilà ce que vous êtes censés savoir. Pour connaître cette vérité, la Divinité doit se manifester en vous. Non seulement vous devez prendre conscience de votre Divinité, mais vous devez aussi voir la Divinité partout. En réalité, le monde entier est divin et empli de félicité. La souffrance n'y a tout simplement pas sa place. Dès lors, comment se fait-il que vous éprouviez de la souffrance et de la détresse ? Comment se fait-il que vous soyez obsédés par de mesquins désirs matériels ? Votre attachement au corps en est la cause. Celui qui devrait être *ātmābhīmānī* (amoureux du Soi) est devenu aujourd'hui *dehābhīmānī* (amoureux de son corps physique).

*Le corps est composé de cinq éléments et est voué à périr tôt ou tard,
mais l'être intérieur n'a ni naissance ni mort.
L'être intérieur est totalement détaché et est le témoin éternel.
En vérité, l'être intérieur, qui est sous la forme de l'ātma, est Dieu Lui-même.*

(Poème en telugu)

Pourquoi le corps est-il donné aux hommes ? Le corps humain sacré leur a été donné pour les guider sur le chemin de la droiture, nourrir des pensées nobles et fréquenter de bonnes personnes. C'est ce que Gargi a dit au sage Yājñavalkya lors d'un débat à la cour du roi Janaka.

La réalisation de l'Unité est la véritable connaissance



Un jour, Janaka réunit une grande assemblée de savants et de sages à sa cour et organisa un débat sur ce qui est éternel et éphémère, sur la nature du *kshetra* (le champ) et sur l'identité du *kshetrajña* (celui qui connaît le champ). Ce débat dura 21 jours. À la fin, Yājñavalkya se leva et déclara être prêt à répondre à toute question posée par l'assemblée. Gargi se leva à son tour et lui demanda : « Que signifie *jñāna* (la sagesse) ? » Yājñavalkya répondit : « *Advaita darśanam jñānam* – L'expérience du non-dualisme, voilà ce qu'est la sagesse. »

Gargi répondit : « Oui, j'accepte ce que vous avez dit. Celui qui s'attarde sur les différences ne peut être un *jñānī* (une personne sage). Un véritable *jñāni* est celui qui est en union avec *ekātma bhāva* (le sentiment d'unité). Seul une telle personne est un véritable érudit. *Paṇḍitāḥ sama-darśinaḥ* – Un pandit est celui qui est impartial. » Gargi était une grande érudite et nul ne pouvait rivaliser avec elle en matière de savoir. En effet, le savoir est le véritable ornement d'une personne.

*Les vagues sont les ornements d'un océan,
Les maisons sont les ornements d'un village, le lotus est l'ornement d'un lac,
La lune est l'ornement du ciel, la connaissance est l'ornement de l'homme.*

(Poème en telugu)

Le vingt et unième jour, à la fin du débat, il fallut choisir, parmi l'assemblée des érudits et des sages, une personne pour honorer le roi Janaka. Janaka était connu sous le nom de Videha, car il était totalement détaché du corps. Compte tenu de son immense savoir et de sa sagesse suprême, Gargi fut

considérée comme la personne la plus digne d'honorer le roi Janaka. Dans cette grande assemblée d'éminents érudits et sages, le roi Janaka décida de recevoir cet honneur des mains de Gargi. Hommes et femmes ne diffèrent que par la forme, mais la connaissance est commune à tous. Dieu est unique et identique pour tous, et il en va de même pour le but. Il n'y a aucune différence entre hommes, femmes, enfants, jeunes et personnes âgées en matière de connaissance, ni en fonction du clan ou des différentes étapes de la vie. La connaissance est une. *Ekam sat viprah bahudā vadanti* – La vérité est une, mais les sages la désignent par divers noms. La réalisation de l'unité est la véritable connaissance. Cependant, atteindre cette réalisation n'est pas chose aisée. Néanmoins, vous devriez vous efforcer d'en faire l'expérience. Vous atteindrez votre but en suivant la voie qui vous est indiquée. Vous pouvez devenir un bon chanteur par une pratique assidue. Même le fruit du neem a un goût sucré si vous le mâchez longtemps. Le bois de santal creuse un sillon dans le grès lorsqu'on le frotte avec persévérance. Plus vous taillez un diamant, plus sa valeur augmente.

Tout est possible grâce à une pratique constante. Marcher, lire, parler, manger, écrire – tout cela exige de la pratique. Combien de temps faut-il s'entraîner pour conduire une moto ? Vous pourriez tomber un nombre incalculable de fois, mais allez-vous pour autant abandonner votre entraînement ? Malheureusement, sur le chemin de la spiritualité, vous abandonnez votre détermination au premier échec. Dans tous les autres domaines, malgré les obstacles, vous ne renoncez pas. En réalité, il faut faire preuve de la même détermination – et même davantage – sur le chemin de la spiritualité. Pourquoi ? Parce que la spiritualité vous conduit au but de votre existence. Tel est le sens de la naissance humaine.

Le nom divin sanctifie l'atmosphère

La naissance humaine n'a de sens que lorsque vous atteignez le but de la vie. Ayant obtenu cette naissance humaine, vous devriez vous efforcer d'en tirer le meilleur parti et de gagner l'estime de tous. Vous vous sentez abattu face à l'échec et exalté face au succès. Pourquoi se laisser abattre dans les moments difficiles et se réjouir dans les moments de bonheur ? Le bonheur n'a aucune valeur s'il n'y a pas de difficultés.

*Les hommes sèment des graines amères et s'attendent à récolter des fruits sucrés.
Par conséquent, lorsqu'ils doivent manger des fruits amers,
ils se plaignent et Me reprochent leurs souffrances.*

(Poème en telugu)

Est-ce cela, l'humanité ? C'est contraire aux lois de la nature. Telle graine, tel fruit. Si vous voulez déguster des fruits sucrés, vous devez semer de bonnes graines. Les gens recherchent le bonheur dans la vie matérielle. Au début, cela peut paraître très agréable, mais le bonheur s'estompe avec le temps.

***Aujourd'hui, le monde est plongé dans un chaos total.
Partout, l'agitation et le mécontentement ne cessent de s'intensifier dans tous les pays. Propagez la gloire du Nom divin pour chasser asānti, l'agitation, et instaurer praśānti, la paix suprême.
Chaque rue, chaque recoin, devrait résonner du chant du Nom divin. C'est la seule façon d'instaurer la paix et la sérénité dans le monde.
Lorsque vous chantez des bhajans (chants dévotionnels), les vibrations sacrées sont portées aux quatre coins du monde par les ondes sonores.
Cela ne fait aucun doute.***

Je l'ai répété à maintes reprises aux étudiants. Lorsqu'un jeune couple marié se promène dans un parc et que le mari aperçoit une épine, il tire aussitôt sa femme par le bras en s'écriant : « Recule, il y a une épine ! » À ce moment-là, il considère sa femme comme sa raison de vivre. Six mois plus tard, si la même situation se présente, le mari se contente de la prévenir : « Fais attention, il y a une épine. » Six mois plus tard encore, si la même situation se reproduit, il lui criera : « Ne vois-tu pas qu'il y a une épine ? » L'amour terrestre décline ainsi jour après jour. Seul l'amour divin ne cesse de croître.

*Celui qui construit un mur monte de plus en plus haut à mesure que le mur s'élève ;
mais celui qui creuse un puits descend de plus en plus bas.*

(Poème telugu)

C'est de nos actes que dépendent notre ascension ou notre chute. Certains garçons se demandent : « Que faire si tous les aînés me poussent à me marier ? » C'est là un véritable défi. Si vous n'êtes vraiment pas intéressé, que peuvent bien faire les membres de votre famille ? Si quelqu'un vous forçait à boire du poison, le boiriez-vous ? Vos désirs sont responsables de votre souffrance. Vos pensées sont responsables de votre bonheur comme de votre chagrin. Votre bonheur est véritablement le paradis et votre malheur, l'enfer. Par conséquent, efforcez-vous de maîtriser vos pensées. Ne nourrissez que des pensées nobles. Alors seulement l'humanité s'épanouira et rayonnera en vous.

Aujourd'hui, le monde est plongé dans un chaos total. Partout, l'agitation et le mécontentement ne cessent de s'intensifier dans tous les pays. Propagez la gloire du Nom divin pour chasser *asānti*, l'agitation, et instaurer *prasānti*, la paix suprême. Chaque rue, chaque recoin, devrait résonner du chant du Nom divin. C'est la seule façon d'instaurer la paix et la sérénité dans le monde. Lorsque vous chantez des bhajans (chants dévotionnels), les vibrations sacrées sont portées aux quatre coins du monde par les ondes sonores. Cela ne fait aucun doute. Quand quelqu'un donne une conférence sur une station de radio de Delhi, comment pouvez-vous l'écouter à Praśān̄thi Nilayam ? Le son nous parvient grâce aux ondes électromagnétiques présentes dans l'atmosphère. Lorsque le Nom divin est chanté, les vibrations sacrées ainsi générées se répandent partout et chassent les vibrations négatives et néfastes. En respirant ces vibrations sacrées, vous développez des sentiments sacrés. Si vous polluez l'atmosphère de mauvaises vibrations, vous ne pourrez à votre tour que respirer de mauvaises vibrations. Quel que soit le type de vibrations que vous respirez, vous développerez des pensées similaires. Je l'ai déjà dit : « Tel feu, telle fumée ; telle fumée, tel nuage ; tel nuage, telle pluie ; telle pluie, telle récolte ; telle récolte, telle nourriture ; telle nourriture, tel mental. »

Ne consommez que des aliments purs et sattviques

Vous devez comprendre le lien entre la nourriture, le mental et Dieu. Pour être en bonne santé, vous ne devez manger que des aliments sains. Veillez à adopter de bonnes habitudes alimentaires. Ne mangez pas n'importe quoi. On parle souvent d'aliments purs, sattviques. On dit que le lait, les fruits et les légumes en sont des exemples. Mais même ces aliments peuvent devenir tamasiques (viciés, insipides, déprimants) en cas de consommation excessive.

Tout d'abord, si vous souhaitez cultiver des sentiments sattviques, vous devriez prendre votre bain entre cinq et six heures du matin. On appelle cela le *daiva snānam* (le bain divin), celui entre six et sept heures est le *mānava snānam* (le bain humain) et celui après sept heures est appelé *rākshasa snānam* (le bain démoniaque). Votre vie entière sera sanctifiée si vous purifiez votre cœur pendant *Brāhma Muhūrta*, « l'heure de Dieu » (généralement environ une heure et demie avant le lever du soleil, pendant 48 minutes), en développant des sentiments sacrés.

Ne consommez que des aliments frais. Évitez les aliments périmés préparés la veille. L'huile est indispensable à la préparation des aliments. Les médecins affirment qu'un excès d'huile favorise la production de cholestérol. Cependant, l'organisme a également besoin d'une certaine quantité de cholestérol. Par conséquent, évitez les aliments totalement dépourvus d'huile.

Adoptez une alimentation équilibrée. Qu'entend-on par alimentation sattvique ? Si la nourriture est savoureuse, on a tendance à trop manger. Ce type d'excès est fréquent lors des festins, notamment pour les mariages. Ce comportement n'est pas conforme aux principes de l'alimentation sattvique.

Après avoir mangé, vous devriez pouvoir vous lever aussi facilement que vous vous êtes assis pour manger. C'est la manière sattvique de manger. Lorsque vous vous asseyez pour prendre votre nourriture, vous êtes très actif et agile, mais, après avoir mangé, vous avez du mal à vous lever à cause de la surcharge de l'estomac. C'est une tendance tamasique (paresseuse). Arrêtez de vous nourrir lorsque vous sentez que vous pourriez manger encore un peu.



Les légumes constituent une nourriture pure (sattvique). Les feuilles vertes sont excellentes pour la santé. De nombreuses nouvelles variétés de légumes apparaissent ces derniers temps sur les marchés. Les légumes cultivés avec des produits chimiques et des pesticides nocifs sont responsables de nombreuses maladies qui affectent l'humanité aujourd'hui. Si je vous expliquais tout cela en détail, vous pourriez même développer une aversion pour les légumes.

Autrefois, les piments étaient petits, mais un seul suffisait pour cinq ou six personnes, car il était très fort. Aujourd'hui, on cultive des piments de grande taille à l'aide d'engrais chimiques. Même si vous mangez un piment entier, vous ne le trouvez plus du tout fort.

Renseignez-vous également sur la provenance de ces légumes. À Bengaluru, on trouve une grande variété de légumes. Les choux-fleurs sont énormes, tout comme les choux. Mais comment sont-ils cultivés ? Ils sont cultivés à l'aide des eaux usées de la ville. La consommation de ces légumes provoque de nombreuses maladies. Le gouvernement devrait mettre un terme à ces pratiques néfastes.

De plus, de nombreux types d'insecticides sont pulvérisés sur les légumes. Les citadins en sont conscients et lavent leurs légumes avant de les couper et de les cuisiner, mais les villageois, ignorant la présence de produits chimiques nocifs, contractent des maladies, car ils ne lavent pas leurs légumes. Ainsi, les insecticides destinés à tuer les insectes tuent en réalité des personnes en provoquant des maladies graves comme le cancer et les crises cardiaques. Qui plus est, la santé mentale est également affectée par cette alimentation contaminée.

Des personnes censées mener une vie très pure mènent une vie impure à cause de leur mauvaise alimentation. Elles développent des sentiments négatifs dans leur cœur au lieu de sentiments positifs. Le lait est considéré comme un aliment sattvique. Cependant, il est déconseillé de boire du lait entier, car il engendre un sentiment de léthargie (tamasique). De toute façon, de nos jours, on ne trouve plus de lait entier nulle part. Les vendeurs le diluent eux-mêmes en y ajoutant beaucoup d'eau. En ce sens, ils nous rendent service. Le lait entier apporte plus de matières grasses et d'énergie, mais il peut aussi engendrer une certaine torpeur mentale.

Il vous faut développer votre force physique, ce qui nécessite une alimentation équilibrée. Vous pouvez manger du riz et des *chapatis*. Il est important de cultiver votre force mentale pour chasser les pensées négatives. Grâce à cette force mentale, vous pourrez rester imperturbable face aux difficultés et aux chagrins.

Atteignez les sommets les plus élevés de la spiritualité

Étudiants !

Ne le prenez pas mal quand je dis que manger de la viande est très mauvais. Consommer de la chair animale engendre des comportements animaux et favorise l'apparition de nombreuses maladies. De plus, fumer est une habitude très nocive. Le tabagisme endommage gravement les poumons. Grâce à l'oxygène, les poumons purifient le sang que le cœur distribue à tout le corps. Le cœur et les poumons sont deux organes vitaux. C'est pourquoi, lors d'une opération à cœur ouvert, les médecins utilisent une machine cœur-poumons. Fumer provoque un durcissement des veines qui transportent le sang, ce qui soumet le cœur à une pression accrue. Vous avez sûrement déjà vu des publicités pour les cigarettes dans les journaux. Elles sont grandes, mais, en bas, on peut lire en petits caractères : « Fumer est dangereux pour la santé. » Malheureusement, le gouvernement n'interdit pas de fumer, car il perçoit d'importantes recettes grâce à la taxe sur les cigarettes. Il ne voit que les profits et ignore les nombreuses vies perdues à cause du tabagisme. Comment comprendre les méfaits du tabac ? Voici un exemple simple. Approchez un chiffon blanc de la bouche d'un fumeur. Lorsqu'il expire, une tache jaune se forme sur le chiffon. Si un chiffon blanc se salit à cause de la fumée, imaginez les dégâts que le tabac peut causer à l'organisme. Le tabac contient de la nicotine, une substance très dangereuse pour la santé.

Les étudiants devraient consommer uniquement des aliments sattviques et développer leur force physique et mentale. Lorsque vous développez votre force physique et mentale, votre force spirituelle s'améliore également. En suivant la voie de la spiritualité, vous serez libérés de tous les doutes et de toutes les illusions. C'est une mauvaise alimentation qui engendre des penchants néfastes telles que la colère, la luxure et la tension, et qui est à l'origine de tous les problèmes. Il est donc nécessaire que vous ne consommiez toujours que des aliments sattviques.

À mon avis, vous devriez atteindre un état de santé tel que vous n'avez besoin d'aucun médicament. Ce corps est sur le point d'entrer dans sa 71^e année dans deux mois. Croyez-le ou non, jusqu'à présent, Je n'ai pas pris un seul comprimé. Pourtant, Je n'ai aucun problème de santé. Je peux affronter n'importe quelle situation. Je n'utilise aucun pouvoir divin pour Me maintenir en bonne santé. Physiquement, Mon corps est comme le vôtre. Alors, comment suis-je capable de rester en bonne santé ? Simplement grâce à une alimentation et des habitudes de vie modérées.

Certains étudiants ont des habitudes indésirables qui nuisent à leur santé. Ils devraient s'en débarrasser complètement. Si vous ressentez une pensée négative, répétez-vous dix fois : « Je ne suis pas un animal, je suis un être humain. » Affirmez-le avec une conviction totale. Vos pensées animales disparaîtront alors instantanément. C'est un moyen simple de maîtriser vos mauvaises pensées.

Vous devez atteindre des sommets spirituels élevés et propager la voie de la spiritualité dans le monde. Alors seulement l'agitation, la peur et la méchanceté qui règnent dans le monde seront vaincues.

Étudiants !

Ne vous considérez pas comme de simples êtres humains. Vous êtes Dieu, vous êtes Dieu. Si quelqu'un vous demande où est Brahman, vous devez déclarer : « *Aham Brahmāsmi* – Je suis Brahman. » Vous devez dire : « Je suis Brahman », avec courage et conviction. C'est ce qu'enseignent les Védas. En vous rappelant constamment : « Je suis Brahman », vous serez assurément libérés de *bhrama* (l'illusion).

(Bhagavān a conclu son discours avec le bhajan : « *Govinda Gopāla Prabhu Giridharī ...* »)

*Traduit des archives du Sanathana Sarathi,
la revue officielle mensuelle éditée à Praśān̄thi Nilayam.
(Septembre 2014)*



LA VOIX DE L'OcéAN

Discours prononcé par Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba
à Praśān̄thi Nilayam, le 29 juillet 1969, lors de la fête de *Guru Pūrnimā*

(Tiré de <https://saispeaks.sathyasai.org/discourse/voice-ocean>)

Le chercheur doit être très vigilant quant à son point de vue, aux choses qu'il cherche à visualiser, à celles qu'il désire contempler. Car c'est *drish̄ti* (la vision) qui détermine l'attachement, le chagrin, la passion, etc. Vous êtes l'être le plus noble qui ait jamais été créé, et vous devez dès lors développer une vision qui ne voit ni haut ni bas, qui voit tout comme imprégné de divinité et donc sans différence d'un être à l'autre. Śankara a déclaré : « Imprégnez votre *drish̄ti* de *jñāna* ; alors, ce qui est vu apparaîtra dans sa véritable lumière comme étant *Brahman*. » Une telle vision est qualifiée de divine, surnaturelle, suprasensible et propice. Chaque corps que vous voyez devant vous est un miroir dans lequel, si seulement vous ouvrez les yeux, vous pouvez voir l'image de Dieu. Le Dieu en vous est également présent en chacun d'eux. N' imaginez pas les autres comme étant distincts ; ils ne sont que vous, dans d'innombrables miroirs. Le monde est rempli de vos proches ; tous sont des étincelles de la même flamme. La *Gītā* dit : « Les pandits (les érudits) voient *Brahman* dans le savant, le sage, le vénérable et l'adorateur, la vache, l'éléphant, le chien et celui qui mange de la chair canine. » De tels pandits sont très rares sur terre ; les hommes prétendent être des pandits sur la base de l'érudition qu'ils affichent, et non sur la base de la vision qu'ils ont acquise. Certains pandits expliquent ainsi le verset de la *Gītā* qui déclare que Dieu s'incarne lorsque le *dharma* (la vertu) décline : « Le *dharma* reposait sur quatre pieds à l'âge de *Krita* (l'âge d'or ou de la plénitude) ; il n'en restait que trois à l'âge suivant : le *Tretā* (trois pieds) ; puis, à l'âge de *Dvāpara* (double base), il tenait précairement sur deux pieds ; et maintenant, à l'âge de *Kali* (l'âge de fer ou de l'épreuve), il ne repose plus que sur un seul pied ! » Ils affirment également, dans la même phrase, que Dieu s'est incarné en Rāma à l'Âge de *Tretā*, puis en Krishna à l'Âge de *Dvāpara*, dans le but avoué de restaurer le *dharma* ! Selon eux, lorsque Krishna s'est incarné, le *dharma* avait deux pieds, mais, lorsque sa vie humaine prit fin, le *dharma* perdit un pied supplémentaire et dut souffrir le martyre, n'ayant plus qu'un seul pied ! Une telle absurdité est-elle crédible ? Non. Les incarnations de Dieu ont toujours accompli leur mission. Le *dharma* a toujours été pleinement restauré.

Yuga	Pieds du dharma	Caractéristiques
Krita Yuga (Âge d'or)	■ ■ ■ ■ (4 pieds)	Vérité, pureté, harmonie totale
Tretā Yuga (Âge d'argent)	■ ■ ■ □ (3 pieds)	Début du déclin, apparition des rituels (<i>Rāmāyana</i>)
Dvāpara Yuga (Âge de bronze)	■ ■ □ □ (2 pieds)	Conflits, dualité, perte de la sagesse (<i>Mahābhārata</i>)
Kali Yuga (Âge de fer)	■ □ □ □ (1 pied)	Confusion, matérialisme, obscurcissement spirituel

La vérité est la lampe qui dissipe les ténèbres

Ce qu'ils ont rétabli sur des fondements solides, c'est *satya* (la Vérité). Car, comme l'annoncent les *Veda* (Écritures sacrées), il n'y a pas de *dharma* plus élevé que la Vérité. La Vérité se cache, semble déformée, est déclarée défailante ; alors, l'Avatar (incarnation divine) réaffirme sa validité et sa valeur. Dieu revêt la Vérité ; les justes recherchent la Vérité ; les injustes sont sauvés par la Vérité. La Vérité libère ; la Vérité est puissance ; la Vérité est liberté. Elle est la lampe qui illumine le cœur et dissipe le doute et les ténèbres. La splendeur de Dieu est la Vérité. Accueillez Dieu dans votre cœur. Installez-Le là comme résultat de votre aspiration. Souciez-vous toujours de *Brahman* ; alors, vous mériterez

d'être appelé brahmane ; si vous vous préoccupez de la peau et de tout ce qu'elle contient, cela ne vous donnera le droit qu'à être considéré comme un *chandāla*, celui qui travaille le cuir et la peau !

Kanaka, né dans une caste inférieure, était un fervent dévot qui, avec une angoisse insoutenable, aspirait à voir Krishna. Il se rendit donc à Udipi, où se dresse un célèbre temple dédié à Krishna, fondé par le grand sage Madhvācārya en personne. De basse extraction, il ne pouvait entrer dans le temple et contempler la charmante idole de Krishna. Il se tint devant la porte extérieure, mais l'idole était cachée par le mât du drapeau devant le sanctuaire. Il contourna le mur d'enceinte et chercha une fissure entre les pierres à travers laquelle il pourrait apercevoir l'idole. Il remarqua qu'une pierre était descellée : avec ses doigts, il en retira le mortier et créa une étroite fente, et lorsqu'il regarda avec impatience à travers elle, il ne vit que le dos de l'idole. Mais il fut submergé de joie ! Il dansa d'extase, chantant la gloire de Krishna. À cet instant précis, l'idole se tourna vers lui et Krishna lui accorda la pleine vision de Son charme et de Sa majesté. Son ardent désir fut récompensé par la Grâce. Le désir ardent mène à l'abandon, et l'abandon procure la joie suprême. Abandonnez tout à Sa Volonté, acceptez tout ce qui arrive, que ce soit agréable ou douloureux.



Ayez une foi inébranlable en Dieu et en Sa compassion

À Bagdad vivait autrefois un riche marchand qui menait une vie vertueuse et pieuse. Il avait une fille qu'il adorait profondément, car elle incarnait la vertu même. Le père décida qu'il ne la donnerait en mariage qu'à un jeune homme intimement dévoué à Dieu, quelles que soient ses autres qualités ou ses éventuels handicaps. Il chercha un tel époux dans les caravansérails, les mosquées et les lieux où les saints hommes étaient susceptibles de se rassembler. Un vendredi, il remarqua dans la mosquée un beau jeune homme, agenouillé, alors même que tous les autres étaient partis, implorant Dieu avec beaucoup de ferveur et de sincérité. Il l'aborda et lui demanda s'il voulait épouser sa fille. Le jeune homme répondit : « Je suis le plus pauvre des pauvres ; mon toit fuit et je ne suis assis que sur du gravier. Qui voudrait épouser un tel mendiant ? Je me marierai si quelqu'un qui ne s'oppose pas à ma *sādhana* spirituelle accepte de partager ma pauvreté. » Le marchand jugea qu'il était le prétendant idéal et les noces furent célébrées peu après. Sa fille se rendit chez le fakir (mendiant) et commença à nettoyer le sol. Elle était heureuse que son mari partage ses convictions ; elle aussi était une fidèle sur le chemin de Dieu, une pratiquante d'exercices spirituels. En balayant, elle trouva dans un coin une assiette avec un morceau de pain dessus. Elle demanda à son mari pourquoi il le gardait là, et il répondit : « Je l'ai gardé, de peur que demain, lors de ma tournée, nous n'ayons pas assez à manger. » À ces mots, la femme répliqua : « J'ai honte de toi. Tu as si peu de foi en Allah. Celui qui nous donne la faim, ne nous donnera-t-Il pas aussi du pain ? Je ne vivrai pas avec un homme de cette nature. Tu n'as aucune foi en Dieu ni en Sa Miséricorde. » Sur ces mots, elle quitta le fakir.

Vivre sans être hostile à aucun être

La *Gītā* dit que, si vous renoncez à tout *dharma* et prenez refuge en Lui seul, alors Il vous sauvera du péché et essuiera vos larmes. Renoncer au *dharma* ne signifie pas renoncer à la vertu et aux actions justes ; cela signifie renoncer à l'égoïsme qui vous fait croire que vous êtes « l'auteur » de vos actes, et vous affermir dans la foi qu'Il est « l'auteur » de chaque action. Voilà le véritable renoncement. Il existe dans le monde des hôtels (*bhojanalayāḥ*), des hôpitaux (*vaidyālayāḥ*), des lieux de divertissement (*vilāsālayāḥ*), des centres sportifs (*vihārālayāḥ*), des musées, palais des arts... (*vicitrālayāḥ*), etc. Mais quel que soit leur nom, ce sont tous des lieux de souffrance (*duḥkhālayāḥ*). Le seul *ānandanilaya* (Demeure de la Joie) est le *devālaya* (Temple de Dieu), c'est-à-dire notre propre corps, où Dieu est le Guide et le Gardien intérieur. En ce jour de *Guru Pūrṇimā*, voici le conseil que je peux vous donner : ne haïssez personne, suivez la prescription de la *Gītā* pour la santé spirituelle : *adveṣṭā sarva-bhūtānām*

- « sans être hostile à aucun être ». La raison de cette injonction est que Dieu est l'*ātma* intérieur en tout ce qui existe. Ainsi, toute blessure infligée à un être vivant est un sacrilège, une blessure infligée à soi-même. L'amour se transforme en poison s'il est contaminé par la haine. Aimez certaines personnes, mais ne haissez pas les autres, car cette haine souillera l'amour et le rendra mortel. L'amour vient naturellement à l'âme réalisée ; mais l'aspirant spirituel doit le cultiver par le service et la recherche de l'unité de l'*ātman*. L'amour ne doit pas jaillir de la langue, ni seulement de la tête, mais principalement du cœur.

Un faible progrès dans la *sādhana* est aussi grave qu'un échec

Vous obtenez la note que vos réponses à l'examen méritent, ni plus ni moins. Parfois, si vous n'obtenez que 5 ou 6 points sur 100, ces points peuvent même être annulés et vous recevrez un zéro. En effet, la différence entre zéro et les 5 ou 6 points obtenus est minime. Cependant, si votre score est très proche du minimum requis pour la réussite, les 2 ou 3 points manquants seront ajoutés en bonus et vous aurez de fortes chances d'être admis. Il en va de même pour la *sādhana*. Une faible progression est considérée comme un échec, tandis qu'une bonne progression sera appréciée et la grâce vous soutiendra. Le jour de *Guru Pūrṇimā*, on reçoit généralement l'initiation à la vie spirituelle d'un précepteur ou on reçoit des instructions concernant un vœu, un jeûne ou une veillée. Ces précepteurs ne peuvent prétendre au statut de Guru tel que décrit dans le *śloka* : *guru brahmā, guru viṣṇuḥ, guru devo maheśvaraḥ, guruḥ sāksāt parabrahma*, etc. Le Guru y est présenté comme un sage qui a transcendé le Nom et la Forme et qui est au-delà de l'influence des trois *guṇa* ou attributs ; il n'est ni bon ni mauvais, ni passionné ni indifférent, ni enthousiaste ni désintéressé. Il est imperturbable, calme et serein. Il est l'*ātman*, ayant réalisé que l'*ātman* est Un et seulement Un. Il vous libère de la peur de la mort et de la naissance, il vous rend apte à contempler la Vérité absolue et éternelle.

Seule la dévotion permettra aux prières d'atteindre Dieu

Si vous ne rencontrez pas de tels précepteurs, ne vous découragez pas ; priez pour être guidé et, du fond de votre cœur, vous recevrez la *Gītā* dont vous avez besoin de l'Aurige qui s'y trouve. Vous pouvez facilement rencontrer de nombreux précepteurs dès que vous les cherchez ; car c'est désormais devenu une profession, pleine de praticiens concurrents, chacun essayant de rassembler autant de disciples, d'argent et de renommée que possible. Certains ont développé une arrogance démesurée, tandis que d'autres souffrent de myopie, d'amertume ou de cupidité. Comment des personnes qui s'affrontent dans des disputes stériles peuvent-elles être vénérées comme des gurus ? Si elles ne possèdent pas, outre l'exaltation du savoir, l'extase de l'expérience divine, elles ne sont pas dignes de cette mission sacrée. Aussi fin que soit le papier, aussi artistique que soit l'enveloppe, aussi poétique que soit la composition de la lettre, elle n'atteindra pas son destinataire par la poste si elle n'est pas affranchie d'un timbre de 20 paise ! De même, les ornements, les vêtements, les châles, les robes et les chapelets sont inefficaces ; ils ne peuvent atteindre le destinataire, Dieu. Ce qui portera leurs prières jusqu'à Lui, c'est le timbre de 20 paise – la dévotion ou *bhakti*. Celui qui cherche un Guru peut le trouver dans chaque parole prononcée à ses oreilles, dans chaque événement qui se produit autour de lui. La divinité Dakṣiṇāmūrti (maître divin primordial de la sagesse spirituelle éternelle) marchait seul le long d'un vaste rivage, plongé dans une profonde méditation. Il se tourna vers les vagues et contempla le défilé incessant des brisants. Il aperçut au loin une petite brindille sèche sur la crête d'une vague ; elle était emportée d'une vague à l'autre, de creux en crête, de crête en creux, jusqu'à ce qu'elle soit rejetée sur le sable du rivage, près de l'endroit où il se tenait ! Dakṣiṇāmūrti fut stupéfait par l'égoïsme de l'Océan qui refusait d'accueillir ne serait-ce qu'une petite brindille. Percevant sa réaction, l'Océan déclara, en des termes qu'il pouvait



comprendre : « Ce n'est ni de l'égoïsme ni de la colère qui m'anime ; c'est simplement le devoir de me préserver. Je ne dois permettre à aucune tache, aussi infime soit-elle, de ternir ma grandeur. Si je laisse cette brindille altérer ma splendeur, ce sera le premier pas vers ma chute. » Dakṣiṇāmūrti sourit intérieurement, admirant la vigilance du puissant Océan. Il interpréta l'incident comme une grande leçon de quête spirituelle. La moindre trace de désir, si elle se pose sur le mental, doit être immédiatement retirée des eaux pures et rejetée au loin. Telle était la leçon à retenir.

Les trois étapes du voyage pour atteindre Dieu

Le *Rāmāyaṇa* enseigne que Sītā dut souffrir, séparée de Rāma, à cause d'un désir infime : posséder la biche dorée ! Si seulement elle l'avait chassée de ses pensées, comme l'Océan l'avait fait ! Libérez-vous des chaînes du désir – tel est le leitmotiv du *Rāmāyaṇa*, du *Mahābhārata*, du *Bhāgavata Purāṇa*, de la Bible, du Coran et de toutes les Écritures de l'humanité. Chaque religion exhorte ses adeptes à méditer sur Dieu sous une certaine Forme, connue sous un certain Nom ; mais celui qui a conscience qu'Il est tous les Noms et toutes les Formes adoptera un son d'une profonde signification, qui résume tous les Noms : le son *Pranava* (OM), l'*Akṣara* (l'Immuable, l'Indestructible). Le passage du changeant à l'immuable, voilà le voyage. Du *kṣara* à l'*Akṣara*. Ce cheminement comporte trois étapes ou phases : « Je suis TIEN », « TU es MIEN ! » et enfin, « Je suis TOI ! » Chaque *sādhaka* doit cheminer d'un point à l'autre et atteindre le terme du voyage. Avancez, ne vous arrêtez pas. Il est bon de naître dans une église, mais il n'est pas bon d'y mourir. Évoluez et libérez-vous des limites et des règles, des doctrines qui entravent votre liberté de pensée, des cérémonies et des rites qui vous restreignent et vous détournent de votre chemin. Atteignez le point où les églises n'ont plus d'importance, où tous les chemins se terminent d'où tous les chemins partent.

Il n'existe pas de raccourci pour atteindre la réalisation du Soi

Duth, de Calcutta, a déclaré qu'écouter attentivement, réfléchir profondément et pratiquer fidèlement les trois étapes prescrites dans les *śāstra* est une tâche plutôt ardue. Et pour cause ! Atteindre la réalisation de Soi ne se fait ni par ruse ni par subterfuge ; il n'existe pas de raccourci. Voyez ce qui est arrivé au sage Rāmadāsa de Bhadrāchalam, ce chanteur emprisonné par le Nawab de Golconde pour détournement de fonds publics (destinés à la rénovation du temple de Rāma à Bhadrāchalam), et dont la libération fut obtenue par Rāma et Lakshmana eux-mêmes, qui versèrent au Nawab la somme détournée !

Rāmadāsa avait amassé une grande quantité de feuilles de palmier, sur chacune desquelles il avait composé, dans son style, un chant à la gloire de Rāma. Un jour, son regard se posa sur ce tas et une pensée le frappa : « Ai-je composé ces chants pour mon propre plaisir ? Ou bien pour plaire à Rāma ? » Il voulait connaître les chants qui avaient plu à Rāma et rejeter ceux qui ne lui avaient pas plu. Il décida de jeter le tout dans la rivière Godāvārī et de laisser Rāma garder ceux qu'Il approuverait. Presque tous coulèrent dans les profondeurs ; seuls 108 flottèrent et furent récupérés. Eux seuls étaient nés du cœur ; les autres sentaient l'habileté, l'artifice, la suffisance et la pédanterie. Les prières doivent émaner du cœur, où Dieu réside, et non de la tête, où s'affrontent doctrines et doutes. La foi en Dieu au sein du cœur, la foi en Sa présence constante et en Ses conseils constants – voilà ce qui confère courage, vertu et illumination. Les *śāstra* disent : ayez foi en votre médecin afin d'être guéri de votre maladie ; ayez foi dans le *mantra* (formule sacrée) que votre précepteur vous enseigne, car c'est seulement ainsi que votre *sādhana* portera ses fruits ; ayez foi dans le caractère sacré du temple, car c'est seulement ainsi que votre pèlerinage sera profitable ; ayez foi dans les prédictions de l'astrologue, car, sans cela, pourquoi vous donneriez-vous la peine de le consulter et d'écouter ses formules magiques ? Ayez foi en votre Guru, car c'est seulement ainsi que vos pas seront assurés et fermes sur le chemin de la réalisation du Soi. La foi dans le Guru doit apporter la foi dans l'*ātma* (le Soi libre), sinon le Guru est un handicap.

*Discours du 29 juillet 1969 à Prasānthi Nilayam
à l'occasion de Guru Pūrnimā
[Sri Sathya Sai Speaks, vol. 9 (1969)]*



DIALOGUES AVEC SAI BABA

Sandeha Nivarini

(Dissipation des doutes spirituels)

9^e partie

Sathya Sai Baba, en tant que Maître spirituel, répond aux interrogations d'un aspirant cherchant à dissiper ses doutes. Ces dialogues ont un aspect inédit : le rôle de l'aspirant est joué par Sai Baba Lui-même ! Et qui d'autre, mieux que le Maître, est en mesure de reconnaître les questions essentielles ? Le chemin s'éclaircit alors et le véritable sens de la quête individuelle apparaît : il revient ensuite à chacun d'entre nous d'assimiler et de mettre en pratique.

« Ce recueil de dialogues avec Baba¹, publié à l'origine dans la revue [Sanāthana Sārathi] en telugu, dévoile les mystères de la vérité spirituelle et dissipe tendrement la brume qui trouble la vision des aspirants. Lus avec attention et foi, ces dialogues sont destinés à éclairer, renforcer et convaincre. Puisse cette lecture vous conduire de plus en plus près du but. »

N. Kasturi - Rédacteur en chef du « Sanāthana Sārathi » (Nouvel an 1985)

Neuvième dialogue

Swāmi : Oh ! Vous voilà ! Bien ! Quelles sont les nouvelles ?

Bhakta : Quelles autres nouvelles sont importantes sinon les vôtres ? J'ai entendu dire que Votre voyage au Kerala avait été très agréable et même merveilleux. Je suis triste de n'y avoir pas participé.

Swāmi : Pourquoi être triste à ce sujet ? Écoutez les comptes-rendus et soyez heureux, voilà tout. Soyez confiant et gardez l'espoir de vous y joindre une fois prochaine. Ne ruminez pas sur le passé.

Bhakta : Quelle est l'utilité d'avoir confiance et d'espérer quand votre destin est contraire ? La déception n'en est que plus grande.

Swāmi : Le destin a-t-il une forme ou une personnalité qui vous permettent de le reconnaître avant même qu'il ne se manifeste ? Vous ne devriez pas être dépendant de ses bienfaits, parlant toujours de destin, de destin ... Comment ce destin pourrait-il se réaliser sans votre volonté et votre désir, sans prendre une forme concrète, sous forme d'action ? Quel que soit votre destin, il est essentiel de continuer à agir. L'action (*karma*) doit être accomplie, même pour atteindre son destin.



¹ Livre publié en français en 1993 par l'Organisation Sathya Sai France (avant la création des Éditions Sathya Sai France) et épuisé depuis de nombreuses années.

Bhakta : Ce que le destin nous réserve se réalisera de toute manière, n'est-ce pas ?

Swāmi : Croire cela est une grave erreur. Si vous vous asseyez tranquillement avec un fruit dans la main en espérant que son jus vous vienne à la bouche, comment pourriez-vous le savourer ? Il est tout à fait stupide de se plaindre que le destin vous a privé du jus, si vous n'avez pas pressé le fruit et avalé son jus. Le destin a mis le fruit entre vos mains, le *karma* seul peut vous le faire apprécier. Le *karma* est le devoir, le destin est le résultat. Il ne peut y avoir de résultat sans action.

Bhakta : Ainsi, Swāmi, nous ne devrions pas rester assis les bras croisés en remettant notre fardeau entre les mains du destin, n'est-ce pas ?

Swāmi : Écoutez, vous ne devriez jamais sous-estimer vos capacités ; engagez-vous dans des actions à la mesure de ces capacités. Pour le reste, parlez du destin autant qu'il vous plaira. Il est erroné de renoncer à agir de manière appropriée en se reposant sur le destin. Si vous agissez ainsi, votre destin même vous échappera. Qui que vous soyez, vous devez vous engager dans l'action (*karma*).

Bhakta : Oui, oui, Swāmi. Dans la *Gītā*, Krishna dit à Arjuna : « Même Moi J'accomplis des actions (*karma*) ; l'Univers ne peut continuer à exister si Je renonce à agir. » Ainsi, si vous voulez vous y soustraire, quel résultat pouvez-vous obtenir ? Je crois maintenant que le *karma* est la marque distinctive des hommes (*purushalakshana*).

Swāmi : Et des femmes également. C'est la caractéristique de la Nature (*prakritilakshana*). Tous les êtres, hommes, femmes, arbres, animaux, vers, insectes, tous doivent accomplir des actions (*karma*) ; tout dans l'Univers est astreint à cette loi. On ne peut échapper à cette obligation. Le *karma* est la caractéristique de *prakriti*, la Nature. Ne le considérez pas comme *purushalakshana*, l'apanage des hommes. *Paramātma*, le Soi suprême, est le seul et unique *Purusha*. *Prakriti* est entièrement *śakti*, féminine. Vous n'êtes pas tous des *Purusha*, souvenez-vous-en.

Bhakta : Mais Swāmi, une distinction existe dans la Nature ; comment se peut-il que tout soit féminin ?

Swāmi : Vous pouvez imaginer qu'il en est ainsi, guidé par votre raison naturelle, mais la réalité est tout autre. Tout cela n'est qu'une expérience profane, temporelle, impermanente. Ce n'est pas la vérité fondamentale. Ce n'est que du théâtre, une simple interprétation. Dans certaines pièces, des hommes tiennent des rôles de femmes. Quelquefois, les femmes jouent des rôles d'hommes. Sont-elles pour autant des hommes ? Dans le drame de *prakriti*, tous les acteurs sont des femmes, bien qu'il puisse y avoir des rôles d'hommes également. Le véritable *Purusha* est unique, c'est Śiva, l'*Ātma*. L'*Ātma* est immanent en chacun, mais tous ne peuvent être considérés comme masculin pour cette seule raison. Le théâtre de *prakriti* est comme une école de filles où tous les rôles sont tenus par des filles. L'énergie divine (*śakti*) est féminine et joue tous les rôles. Mais, mon cher ami, ne prenez pas le drame pour la réalité.

Bhakta : Swāmi, même après avoir entendu tout cela, la nature du monde reste pour moi une énigme. Lorsque j'en vois un aspect, il me semble réel ; lorsque l'autre aspect se présente, il me semble irréel. Rien n'est certain.

Swāmi : C'est exactement la nature de *mithyā* (la vérité apparente). Cela signifie que le monde n'est ni *satya* ni *asatya* – ni vérité ni mensonge ; il est à la fois réel et irréel. Vous êtes né dans *mithyā*, vous y êtes pris au piège et vous ne pouvez donc pas distinguer ceci de cela, *satya* d'*asatya*.

Bhakta : Laissons de côté cette discussion sur *mithyā*. Swāmi, parlez-moi de ce *satya*, de ce *Purusha*, quel qu'il soit.

Swāmi : Le *Purusha* n'a ni naissance ni mort ; Il ne subit aucun changement. Il est l'incarnation de la conscience (*citsvarūpa*), l'incarnation de la sagesse spirituelle (*jñānasvarūpa*). Le *dharma* ou les codes de conduite sociale ne font pas partie de Sa nature ; Il n'est donc pas *dharmasvarūpa*. La sagesse (*jñāna*) qui est Sa nature ne change pas ; elle n'est ni corrigée ni complétée au fil du temps ; c'est une sagesse éternelle. La Lumière est Sa nature et ne peut donc admettre la moindre trace d'obscurité. Le soleil ne tire pas d'éclat supplémentaire du monde qu'il illumine. Il rayonnera de splendeur, qu'il y ait des mondes ou non.

Le *Purusha* est auto-lumineux. Il est toujours l'objet de la connaissance, il perçoit toutes les *vritti* ou mutations de *citta* (la substance mentale ou conscience) ; Il ne subit pas de modifications, Il est immuable (*aparināmi*), non sujet à l'évolution. Le *citta* est changeant (*parināmi*), il se transforme et évolue. Le *Purusha* est la Conscience pure elle-même [la sentience absolue], Il n'est pas touché par la perception ou l'absence de perception. Aucune activité (*vyāpāra*) ne peut L'affecter. Même lorsqu'Il n'est pas manifesté, la splendeur est Sa nature.

La graine dans la terre pousse et devient un arbre ; l'arbre est la forme manifestée de la graine. Ce changement de la graine en arbre puis de l'arbre en graine montre que la *śakti*, l'énergie divine, contenue dans la graine est en activité (*vyāpāra*). C'est ce qu'on appelle *parināma* (la transformation). Mais le *Purusha* (la Conscience pure) ne change jamais, n'est jamais affecté ; Il est Celui qui voit, le témoin. Il est complètement séparé de *prakriti*, la Nature. Aucune action ne peut diminuer Sa gloire, ni épuiser Sa Personnalité.



Bhakta : Alors, qu'est-ce que *prakriti* ? Qui est *Purusha* ?

Swāmi : Le Principe derrière ce qui est vu est *prakriti* ; le principe derrière Celui qui voit est *Purusha*. « *Amūlam* (sans racine) *mūlam* (cause racine) », dit-on ; la cause racine n'a pas de racine. Sans cause, *prakriti* et *Purusha* n'ont pas de commencement.

Bhakta : Alors ce *samsāra* (le cycle des naissances et des morts) devrait lui aussi être sans commencement, n'est-ce pas, Swāmi ? Il est le résultat de leur union.

Swāmi : Cette union est le fruit de l'illusion ; provoquée par l'illusion, elle produit à nouveau l'illusion. Telle est la loi de la semence et de l'arbre.

Bhakta : Qu'entendez-vous par union ? Quelle en est la condition ?

Swāmi : La réflexion du *Puruṣa* dans les *guṇa*, qui évoluent à partir de la *prakriti*, voilà ce qu'est l'union. Écoutez, je vous donne juste un exemple. Le soleil n'est pas l'eau, et l'eau n'est pas non plus le Soleil ; pourtant par leur juxtaposition se produit la réflexion. L'image ne possède ni les caractéristiques du soleil ni celles de l'eau, mais on ne peut pas dire non plus qu'elle en soit totalement dépourvue. Quand l'eau s'agite, l'image s'agite également. L'image brille aussi un peu. De même, l'aimant est distinct du fer, mais si on les rapproche, l'aimant affecte le fer et le rend semblable à lui. Cette relation est appelée *samyoga* ou union.

Bhakta : Dites-moi, quel est le vrai *Purusha* et quel est le *Purusha* actif ?

Swāmi : N'ai-je pas parlé du soleil et de son image ? L'image-*Purusha* est celui qui agit, qui jouit, qui expérimente. L'original, le *bimba*, demeure inchangé. Il est celui qui n'agit pas, celui qui ne fait aucune expérience. L'image-*Purusha* est donc connu sous le nom de *vyāvahārikapurūṣa* (l'être phénoménal) ou *grihīta* (celui qui accepte). Le *bimba* est le Vrai, l'Éternel, le Réel, l'*Ātmasvarūpa* (l'Incarnation de l'*Ātma*). Le *grihīta* est le connaisseur, et par cet acte de connaissance, il a subi une modification.

Bhakta : Bien, Swāmi. Merveilleux ! Combien de livres devrait-on avoir étudié afin de savoir tout cela ! Et même alors, en saisir le sens exact est si difficile ! Je sais désormais que le *Purusha* n'est pas dans le monde et que tout ceci n'est qu'un drame, *Paramātmā* étant le Seul *Purusha*. Toute ce qui se trouve dans *prakṛiti* s'efforce de L'atteindre ; c'est probablement cela qu'on appelle Śiva-Śakti. Parfait ! Parfait !

Swāmi : Vous avez raison. On peut également parler de l'union *Jīva-Brahma*. Chacun doit s'efforcer d'atteindre cette union. Le *jīva* (l'âme individuelle) ne peut exister seul ; chaque être vivant doit pratiquer, bon gré mal gré, une discipline spirituelle qui le mènera à la libération (*moksha-sādhana*). Sans cela, il ne peut y avoir de *śānti* (paix).

Bhakta : Que signifie exactement *moksha*, Swāmi ? Et qu'est-ce que *mukthi* ?

Swāmi : Les deux signifient la même chose. Ce qui est chargé du *manas* (le mental) est le *jīvi* (l'individu) ; lorsque le mental ainsi que le nom et la forme qu'il tisse à partir de sa propre substance sont détruits, alors le *jīvi* atteint *moksha* (la libération). Il devient alors un avec Brahman ; c'est cela *moksha*. Lorsque le Gange ou la Godāvārī atteignent la mer, leurs noms, formes, goûts et limites séparés disparaissent tous, et ils acquièrent le nom, la forme, le goût et les limites de la mer elle-même.

Tant que les âmes individuelles (*jīva*) n'atteignent pas la dissolution du mental (*manas*), elles restent revêtues du nom (*nāma*), de la forme (*rūpa*) et de l'attrait (*ruci*) de l'Illusion du « mien » et du « je ». À mesure que le *jīva* s'approche de la mer, ces caractéristiques commencent à disparaître lentement ; lorsque les *guṇa* (qualités de la nature) ainsi que les mutations du mental sont détruits, on peut alors dire que l'union avec Brahman est accomplie. Comment le Gange, une fois immergé dans l'océan, pourrait-il encore être doux ? Si l'on dit qu'une personne a fusionné en Brahman, elle ne doit plus posséder les trois *guṇa*, ni aucun goût du *manas*. Une telle union totale est connue sous le nom de *sāyujyamukti*.

Bhakta : Oh ! Magnifique, Swāmi ! Bénissez tous les hommes afin que tous atteignent cette union, alors le monde sera vraiment heureux !

Swāmi : Quoi ? Donner une telle bénédiction serait aller à l'encontre de la liberté dont vous êtes dotés. Absorberez-vous dans la *sādhana* (discipline spirituelle) prescrite pour gagner cette bénédiction ; gagnez-la par l'effort, tel est le chemin. Ce n'est pas quelque chose dont il vous est fait cadeau. Vous ne priez pas le soleil pour qu'il fasse tomber ses rayons sur vous, n'est-ce pas ? Briller est sa nature, il le fait toujours. Écartez les obstacles entre vous et le soleil et les rayons vous toucheront. De la même manière, si vous maintenez les obstacles de l'Illusion du « mien » et du « je » entre vous et les rayons de la Grâce, à quoi bon vous plaindre qu'ils ne tombent pas sur vous ? Que peuvent faire les rayons ?

Bhakta : Cela revient à dire qu'il nous faut effacer toute trace du « je » et du « mien » de notre mental.

Swāmi : Pourquoi dites-vous « cela revient à » ? Je l'affirme énergiquement encore et toujours. Si vous recherchez les rayons de la grâce, essayez d'écartier les obstacles. Souvenez-vous : même si vous ne faites pas cet effort maintenant, vous en ressentirez l'irrésistible besoin un peu plus tard ; vous ne pourrez échapper à cet élan. Ce dépouillement des liens de l'Illusion devra arriver un jour. Pourquoi reporter ce jour de joie, ce jour de libération ? Œuvrez en ce sens dès aujourd'hui même, que dis-je, à cette minute même.

Vous pouvez partir maintenant, mon garçon. Mais revenez. Je dois vous dire encore une chose : ne tombez pas dans les extrêmes ; soyez constant ; soyez patient.

(À suivre)



CHINA KATHA

Une petite histoire de Bhagavān

LE SEIGNEUR EST-IL LE PLUS GRAND ?

(Archives de *Heart2Heart* du mois de juillet 2008)

Un jour, Nārada se rendit auprès du Seigneur Nārāyaṇa. Au cours de leur conversation, Nārāyaṇa demanda à Nārada : « Tu parcours les trois mondes, quelles nouvelles M'as-tu rapportées de tes pérégrinations ? As-tu vu quelque chose de grand dans Ma création ? »

« Qu'y a-t-il de plus grand que Toi dans les trois mondes ? » répondit Nārada. À ces mots, Nārāyaṇa dit : « Je te questionne sur Ma création, et non sur Moi-même. »



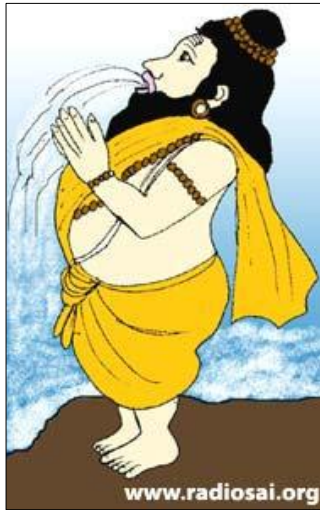
Perplexe face à la réponse du Seigneur, Nārada dit : « Je ne comprends pas la question. » Sentant la confusion de Nārada, Nārāyaṇa lui demanda alors : « Il y a les *panchabhūta* (cinq éléments fondamentaux). Lequel est le plus important parmi eux ? »

« La Terre est la plus grande », répondit Nārada. Insatisfait de cette réponse, Nārāyaṇa demanda : « Mais la Terre n'est-elle pas recouverte aux trois quarts d'eau ? »

En entendant cela, Nārada reconnut que l'eau était effectivement plus grande que la Terre.

Mais Nārāyaṇa fit remarquer : « Puisque le sage Agasthya a bu toute l'eau des océans en une seule gorgée, qui est le plus grand selon toi, l'eau ou Agasthya ? »

Nārāyaṇa avait manifestement quelque chose en tête. Nārada dut admettre qu'Agasthya était supérieur. Après tout, celui qui pouvait boire toute l'eau de l'océan d'une seule gorgée était forcément plus grand que l'eau ! Mais Nārāyaṇa avait plus d'un tour dans son sac.



Une fois Nārada convaincu de la grandeur du sage Agasthya, Nārāyaṇa lança avec ironie : « Agasthya n'est qu'une étoile dans le ciel. Dans l'immensité de la voûte céleste, Agasthya scintille comme une petite étoile ! La voûte céleste n'est-elle pas alors plus grande que l'étoile ? »

Une fois de plus, Nārada dut se ranger à l'avis de Nārāyaṇa. Il était désormais convaincu que le firmament était plus vaste qu'Agasthya. Mais Nārāyaṇa, visiblement désireux d'enseigner quelque chose à Nārada, ne s'arrêta pas là. Il dit alors : « Dans Mon *avatāra* en tant que Vāmana, J'ai couvert la Terre et le Ciel entiers d'un seul de Mes pieds. Le firmament est-il donc plus vaste que Mon pied ? »

Nārada répondit : « Ton pied, Seigneur. Voilà ce qui est plus grand. »



Nārāyaṇa demanda alors : « Si Mon pied est si grand, ne suis-Je pas plus grand que Mon pied ? » Nārada commençait à comprendre le sens des paroles du Seigneur. Il acquiesça. Nārāyaṇa fit alors remarquer : « Bien que Je sois grand, Je réside dans le cœur de Mes fidèles. Ainsi, cher Nārada, Mes fidèles sont plus grands que Moi. Et c'est pourquoi, partout où Mes fidèles chantent Mon Nom, Je suis présent. »

- Baba

Illustrations : Mme Vidya, Koweit

SĀDHANA CHATUSHTAYA

QUATRE QUALIFICATIONS POUR UN CHERCHEUR SPIRITUEL

PARTIE 1

(*Sathya Sai - The Eternal Companion* - Editorial du Volume 4 | N° 7 - Juillet 2025 - pp. 6 -13)

Guru pūrṇimā est une fête sacrée célébrée chaque année par les chercheurs spirituels du monde entier. Avec amour et gratitude, les disciples rendent hommage à leur guru pour les avoir guidés sur le chemin spirituel et leur avoir montré la voie vers Dieu. **Les fidèles de Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba sont particulièrement bénis et fortunés car, pour eux, le sadguru et Dieu ne font qu'un – l'Avatar du Kali Yuga.** Il est le *Parabrahman* suprême qui, dans son infinie compassion, est descendu sur terre sous forme humaine pour le salut de l'humanité en lui enseignant le sens et le but de la vie.

Il est le maître universel (*jagadguru*) dont le message est éternel et bénéfique aux personnes de toutes cultures, races, pays, ethnies et confessions. Il est le maître des maîtres (*gurūṇām guru*). Il est le maître de la vérité et le véritable maître (*sadguru*) qui porte le nom de Vérité (*satya*). Il est le maître divin (*divya guru*), le Seigneur venu sous la forme d'un maître. C'est pourquoi Il est le maître par excellence (*paramaguru*), car Il est *saccidānanda* (connaissance, conscience et béatitude).

Le guru nous révèle le *guri* (but ou finalité) de la vie qui est de manifester notre véritable nature en incarnant l'amour divin, la félicité, l'*Ātman* et le *Brahman*. Le terme « guru » se compose de deux parties : « Gu » et « Ru ». « Gu » signifie *guṇātīta* (au-delà des attributs) et « Ru » signifie *rūpavarjita* (au-delà de la forme). **Ainsi, le véritable guru est le Brahman Lui-même, venu enseigner la brahmavidyā ou l'ātmavidyā (la connaissance ultime du Soi).**

Comprendre les quatre qualifications requises pour un chercheur spirituel

Swāmi a guidé de nombreuses personnes à travers des entretiens personnels, des milliers de discours divins et de nombreux écrits. Il est notamment l'auteur du *Sūtra Vāhinī*, un commentaire des *Brahma Sūtra* (aphorismes sur la connaissance du *Brahman*) d'une grande profondeur. Il y souligne les qualités requises pour atteindre la connaissance suprême. Même l'obtention d'un diplôme profane en ingénierie, médecine ou droit exige de longues années d'efforts. Ici, nous aspirons à la connaissance suprême, dont l'atteinte signifie qu'il n'y a plus rien d'autre à atteindre. **C'est pourquoi, dans la *Bhagavad Gītā*, le Seigneur Krishna déclare (BG 10.32) : « *adhyātma vidyā vidyānām* » - « Parmi les connaissances, Je suis la connaissance spirituelle. » Cette connaissance conduit à la cessation complète de la souffrance et du chagrin, et procure une félicité éternelle (BG 6.22).**

*yam labdhvā cāparam lābham manyate nādhikam tataḥ |
yasmin sthito na duḥkhena guruṇāpi vicālyate ||*

Concernant la connaissance, Swāmi explique que, dans la *Muṇḍaka Upaniṣad*, le sage Aṅgīrasa enseigne à son disciple, le sage Śaunaka, l'existence de deux types de connaissance. *Parā Vidyā* (la connaissance supérieure) est la connaissance suprême et éternelle, immuable, qui confère l'illumination et la félicité suprême. La seconde est *Aparā Vidyā* (la connaissance inférieure), qui englobe la connaissance du monde, les dogmes, les rituels et les pratiques. La connaissance inférieure comprend la connaissance textuelle, notamment les quatre Védas, la science de la prononciation, le code des rituels, la grammaire, l'étymologie, la métrique et l'astrologie. **La connaissance supérieure est celle par laquelle l'Ātman, immuable et impérissable, est réalisé ; cette connaissance du Soi conduit à la réalisation directe de la Réalité suprême, la source de tout ce qui est.**

Concernant l'importance de la *Brahma Vidya* ou de la connaissance supérieure, le Seigneur Krishna déclare (BG 2.45) :

*traiguṇya-viṣayā vedā nistraiguṇyo bhavārjuna |
nirdvandvo nitya-sattva-stho niryoga-kṣema ātmavān ||*

(Les *Veda* exposent les trois modes de la nature matérielle.

Ô Arjuna ! Élève-toi au-dessus de ces trois modes
pour atteindre un état de pure conscience spirituelle.

En te libérant des dualités, demeure éternellement ancré dans la vérité et,
sans te soucier du gain matériel ni de la sécurité, établis-toi dans le Soi.)

Les *Brahma Sūtra*, également connus sous le nom de *Vedānta Sūtra*, constituent le texte fondateur de la philosophie *Vedānta*, l'une des six écoles classiques de la philosophie indienne. Attribués à Bādarāyaṇa (aussi appelé Veda-Vyāsa), les *Brahma Sūtra* systématisent et interprètent les enseignements des *Upaniṣad*, qui représentent l'essence des *Veda*. Ces *Brahma Sūtra* forment le socle philosophique du *Vedānta* et ont inspiré de nombreux commentaires de grands penseurs tels que Śrī Ādi Śaṅkarācārya (*advaita* – non-dualisme), Śrī Rāmānujācārya (*Viśiṣhādvaita* – non-dualisme qualifié) et Śrī Madhvācārya (*dvaita* – dualisme).



Notre cher Swāmi, l'Avatar de notre époque, a écrit un commentaire des *Brahma Sutra*, intitulé *Sūtra Vāhinī*. Il s'ouvre sur l'affirmation « *Athāto Brahma Jijñāsā* », signifiant : « **Maintenant que vous avez acquis cela, vous êtes qualifié pour rechercher la connaissance du Brahman.** » Pour atteindre la réalisation du Soi, la connaissance de l'Ātman ou du Brahman, il est nécessaire de posséder certaines qualifications ou prérequis. Les *Sādhana Chatuṣṭaya* désignent les quatre qualifications qu'un chercheur spirituel doit développer pour être admissible à la connaissance du Soi ou à la réalisation du Soi. Ces quatre qualifications sont :

1. *Viveka* (le discernement)
2. *Vairāgya* (le détachement ou l'impassibilité)
3. *Shat sampatti* (les six 'trésors')
4. *Mumukshutva* (l'intense désir de libération)

Examinons en détail ces quatre principes, un à un, en commençant par les deux premiers dans la première partie de cet éditorial. Les deux derniers seront publiés dans le prochain numéro de ce magazine.

Viveka (le discernement)

Tout chercheur spirituel a besoin de *viveka*, le discernement, la capacité de discerner. La question se pose alors : le discernement entre quoi et quoi ? **Swāmi souligne qu'il existe deux types de discernement : le discernement individuel et le discernement fondamental.**

Nous faisons tous preuve de discernement : ce qui est bon pour moi, ce qui est bon pour ma famille et mes amis, etc. C'est ce qu'on appelle le discernement individuel. Bien qu'il soit bénéfique, il est davantage centré sur soi-même. **Le discernement fondamental, quant à lui, vise le bien commun de la société et de l'univers. Désintéressé et ancré dans la vérité, il considère l'univers comme une totalité.** C'est pourquoi les chercheurs spirituels devraient toujours s'efforcer de développer ce discernement fondamental.

Śreyomārga contre Preyomārga

Vient ensuite la distinction entre *śreyomārga* (la voie bénéfique) et *preyomārga* (la voie agréable). Ce sont deux voies distinctes abordées dans la *Kaṭhopanīṣad*, représentant deux types de choix auxquels nous sommes constamment confrontés dans la vie.

***Śreyomārga* est la voie qui est bénéfique aux aspirants spirituels, car elle nous aide à atteindre le but suprême. C'est la voie qui mène au bonheur durable, à la sagesse et à la libération.** Elle peut paraître difficile ou peu attrayante au premier abord, mais elle apporte finalement un profond épanouissement et une croissance spirituelle. Choisir *śreyomārga*, c'est par exemple privilégier l'autodiscipline à la recherche de plaisirs faciles, l'étude des Écritures aux divertissements, la sincérité à la flatterie et la quête du Brahman aux plaisirs éphémères.

En revanche, *preyomārga* est la voie profane qui procure une gratification immédiate, mais qui conduit souvent à l'asservissement, à la souffrance, aux regrets et à la stagnation spirituelle. C'est tentant et facile, mais son bénéfice est éphémère. Choisir « *preyomārga* » revient, par exemple, à céder à ses envies sensorielles, à privilégier le confort à l'épanouissement personnel et à préférer la distraction à l'introspection.

Le focus de Nachiketa



Il existe une belle histoire illustrant ces deux chemins dans la *Kaṭhopanīṣad*. Un jeune garçon nommé Nachiketa dut affronter Yama, le dieu de la mort. En quête de la vérité suprême, car rien de moins ne pouvait le satisfaire, il demande au Seigneur Yama : « Qu'y a-t-il au-delà de la mort ? Certains disent que l'âme existe ; d'autres disent qu'elle n'existe pas. S'il te plaît, dis-moi la vérité. » Yama le tente alors avec tous les plus grands plaisirs du monde, lui disant qu'au lieu de cette connaissance, il

peut lui offrir toutes les richesses de la Terre, d'innombrables plaisirs sensuels, une vaste descendance et le pouvoir absolu sur tous les peuples.

Mais Nachiketa demeure inébranlable dans sa résolution et déclare : « Ces plaisirs sont éphémères. Ils ne peuvent satisfaire l'âme éternelle. Je ne désire que la vérité sur le Soi. » Aussi rejette-t-il toutes ces offres et tentations, affirmant : « **Je ne veux ni richesse, ni pouvoir, ni famille, ni rien. Je ne désire que ce qui me conduira à la réalisation du Soi.** »

Profondément impressionné, le Seigneur Yama lui révèle alors la sagesse spirituelle secrète et profonde. Il dit : « Tu dois toujours choisir *śreyomārga* plutôt que *preyomārga*. Choisis le bon chemin, celui qui est fondé sur des valeurs telles que la vérité (*satya*), la droiture (*dharma*), la paix (*śānti*), l'amour (*prema*) et la non-violence (*ahiṃsā*). »

Aujourd'hui, la planète compte plus de 8 milliards d'êtres humains. La plupart d'entre eux aspirent à manger, se divertir, dormir et procréer avant de mourir. Par la grâce divine, seuls quelques élus peuvent se concentrer sur le but ultime de la vie humaine : la réalisation du Soi. Pour atteindre cet objectif, il nous faut choisir *śreyomārga*, la voie bénéfique, à l'instar de Nachiketa.

Temporaire ou permanent

Nous devrions exercer notre discernement entre le temporaire et le permanent. La vie du Seigneur Buddha en est un exemple éloquent. En tant que prince Siddhārtha, il vivait protégé et choyé dans l'enceinte du palais. Cependant, lors d'une sortie en ville, quatre visions l'amènèrent à réfléchir profondément. La première fut la vue d'un vieil homme, la seconde d'une personne malade, et la troisième d'un cadavre. La quatrième vision fut celle d'un moine, un renonçant serein et béat, rayonnant la paix et la joie autour de lui. Il réalisa alors que la vie est empreinte de souffrance et d'impermanence (*sarvaṃ duḥkhaṃ, sarvaṃ kṣaṇikam*), mais que l'on peut les transcender comme ce moine, en recherchant la vérité par le discernement et le renoncement.

Nous traversons tous la vieillesse, la maladie et la mort. **Cependant, le prince Siddhārtha cherchait à comprendre ce qui est éternel et immuable.** Il entreprit une quête de la Vérité et, finalement, après une intense recherche et de nombreuses austérités, il atteignit le *nirvāṇa* et devint le Buddha. **Pour parvenir à ce but, il dut renoncer à ce qui est éphémère et rechercher ce qui est permanent.**

Réel ou irréel

Ensuite, il nous faut distinguer le réel de l'irréel. Au sens le plus strict, seul ce qui est permanent est réel, tandis que tout ce qui change est irréel. **Par exemple, notre corps, notre mental et notre intellect évoluent avec le temps ; ils sont différents aujourd'hui de ce qu'ils étaient il y a quelques années et sont encore susceptibles d'évoluer. Le Seul qui ne change pas est le principe divin intérieur, l'Ātman, le Soi.** C'est sur cela que nous devrions nous concentrer, car c'est vraiment ce que nous sommes.

Swāmi raconte l'histoire du roi Janaka pour mettre en évidence ce type de discernement. Le roi Janaka était un grand *jñānī*, un homme d'une grande sagesse. Bien qu'il portât la plus haute responsabilité de gouverner un royaume, il était toujours concentré sur le but ultime de la vie humaine, la connaissance du Soi (*ātmajñāna*). Une nuit, alors qu'il dormait, il rêva qu'il avait perdu son royaume. Capturé par des ennemis, il se retrouva dans une forêt, privé de nourriture et d'eau. Il mourait de faim et de soif quand quelqu'un apparut et lui offrit de la nourriture. Il en fut très heureux. Mais avant qu'il ne puisse porter une seule bouchée à sa bouche, des oiseaux surgirent de nulle part et s'en emparèrent. Une fois de plus, il fut plongé dans une telle détresse qu'il hurla de douleur et d'agonie dans son rêve.

Soudain, il se réveilla de ce cauchemar et se retrouva dans son somptueux palais, allongé dans un lit confortable, tel un roi. En homme sage, il commença à se demander si ce qu'il vivait maintenant était réel ou si c'était ce qu'il avait vécu auparavant qui l'était. Il s'interrogea : « **Ceci est-il réel, ou bien cela ?** », **cherchant la vérité avec ferveur et intensité.**

Le roi Janaka se mit à poser ces questions à toute la cour royale, y compris aux reines, aux serviteurs et aux ministres. À chaque personne qu'il rencontrait, il demandait si ceci ou cela était réel. Tous étaient perplexes. Ils craignaient que le roi soit devenu fou et ait perdu la raison. Le médecin royal fut convoqué, mais il ne put rien faire non plus.

Finalement, ils firent venir le précepteur royal, le sage Aṣṭāvakra. **Lorsqu'il vit le roi, le sage dit : « Votre Majesté ! Cela est irréel, ceci est irréel. Les deux sont irréels. Seul Celui qui est témoin des deux est réel. »**

En novembre 1996, lors des célébrations du 71^e anniversaire de Bhagavān, des fidèles grecs ont mis en scène cette histoire sous forme de pièce de théâtre en la divine présence de Swāmi, au Poornachandra Auditorium. La pièce s'intitulait « *Les Contes de Janaka* ». Swāmi l'a beaucoup aimée et a surnommé le groupe « *drama boys* », leur accordant des bénédictions spéciales pendant les répétitions. Il leur rendait visite quotidiennement au Poornachandra Auditorium pour superviser les répétitions, leur donner des conseils et les guider dans les moindres détails. Ce geste témoigne de l'amour de Swāmi pour ses fidèles, mais souligne également l'importance qu'il accorde au message véhiculé par cette histoire.



Swāmi avec les fidèles grecs lors de la pièce de théâtre « Les Contes de Janaka » en 1996.

Le « rêve nocturne » et le « rêve diurne »

La seule réalité est le principe du « Je », qui existe aussi bien à l'état de rêve qu'à l'état de veille. C'est pourquoi Swāmi dit : « *La vie est un rêve. Réalisez-le.* »

Nous connaissons tous les rêves que nous faisons la nuit, pendant notre sommeil. Ce sont les « rêves nocturnes ». Nous réalisons leur caractère irréel une fois que nous nous réveillons. **De même, nous devons nous réveiller de cette « rêverie diurne » qui rythme nos journées et comprendre qu'elle est illusoire, car elle est en perpétuelle évolution.**

Un jour, Swāmi m'a affirmé avec force que ce « rêve » éveillé durant la journée est tout autant un rêve que celui que nous vivons la nuit. « Ce n'est que par la voie de *jñāna* - la voie de l'*ātma-vicāra* (l'enquête sur le Soi) et de la connaissance - que nous pouvons nous réveiller de ce rêve. **Posséder ce discernement est la première étape vers la réalisation du Soi.**

Une question importante

Il existe un autre aspect important du discernement. Une question que l'on doit toujours se poser est : « Cela va-t-il m'enchaîner ou me libérer ? » Cela peut être accompli par le processus de l'*ātma-vicāra* (l'auto-investigation) que Bhagavān Ramaṇa Maharṣi, un grand sage et un phare de

l'advaita-vedānta, a fortement souligné. **Tout ce que nous rencontrons doit être examiné sous cet angle afin de déterminer si cela nous enchaînera dans la souffrance ou nous libérera, en nous accordant la félicité éternelle.**

Dans le *Vedānta*, il existe le bel exemple de la corde et du serpent. À l'aube ou au crépuscule, on peut confondre une corde avec un serpent. Cette confusion engendre la peur, notamment une accélération du rythme cardiaque, et peut même provoquer un malaise. Cependant, dès que la lumière apparaît, l'obscurité se dissipe et l'on voit que la corde n'est rien d'autre qu'une corde. Le « serpent » perçu dans l'obscurité disparaît, car il n'a jamais existé. De même, nous projetons de nombreuses choses irréelles comme étant réelles et les confondons. Ainsi, nous devenons agités et inquiets. Si nous percevons le monde entier à la lumière de la Vérité en tant que Brahman, nous pouvons atteindre la béatitude. Mais, lorsque nous l'expérimentons dans l'obscurité de l'ignorance, ce monde irréel et changeant engendre l'attachement, source de souffrance.

Ainsi, lorsque nous voyons la Vérité, nous réalisons *tat tvam asi* (Tu es Cela), une grande proclamation védique affirmant que nous ne sommes ni le corps ni le mental, mais que nous sommes CELA — *Brahman* ou l'*ātman*.

Par conséquent, viveka (le discernement) doit reposer sur la conviction profonde que seul Brahman est réel et que le monde est illusoire.

Vairāgya (Impassibilité ou détachement)

Concernant le détachement, Swāmi confirme souvent la philosophie non-dualiste (*advaita*) de Śaṅkara, mais l'imprègne de *prema*, l'amour divin, qui est pur, immaculé et inconditionnel. Tandis qu'Ādi Śaṅkarācārya se concentrait sur la philosophie de la non-dualité ou *advaita*, **Sai déclare que l'amour est la voie royale, car l'amour est Brahman faisant l'expérience de Brahman. Il affirme que le Seigneur s'est séparé de Lui-même pour s'aimer Lui-même.**

Dans ce processus, l'impassibilité ou le détachement est essentiel pour atteindre *brahmavidyā*, ou la réalisation du Soi. Le Seigneur Kriṣṇa définit *saṁnyāsa* (le renoncement) dans la *Bhagavad-gītā* (BG 18.2) de la manière suivante :

kāmyānāṃ karmaṇāṃ nyāsaṃ saṁnyāsaṃ kavayo viduḥ |
sarva-karma-phala-tyāgaṃ prāhus tyāgaṃ vicakṣaṇāḥ ||

(Renoncer aux actions motivées par le désir, c'est ce que les sages entendent par *saṁnyāsa*.
Renoncer aux fruits de toutes les actions, c'est ce que les érudits déclarent être *tyāga*.)

Comprendre le véritable sens du sacrifice

Swāmi cite souvent cette déclaration des Écritures sur la manière d'atteindre l'immortalité :

na karmaṇā na prajayā dhanena
tyāgenaike amṛtatvam ānaśuḥ

(L'immortalité ne peut être obtenue ni par les actions, ni par la descendance,
ni par la richesse, ni par aucun autre moyen.

Elle ne peut être atteinte que par le sacrifice ou le renoncement.

Il affirme également que l'amour exige un grand sacrifice. **Ici, le sacrifice consiste à renoncer au désir ou à l'aspiration aux fruits de ses actions. C'est ce que le Seigneur Kriṣṇa met en avant dans la *Gītā* sous le nom de *niṣkāma-karma-yoga*.**

C'est là l'une des révélations les plus importantes sur le renoncement. On associe souvent le renoncement à l'abandon de sa famille, de sa maison et de ses biens. Mais Swāmi explique qu'il faut se détacher des fruits de ses actions. Lorsque nous disons : « Je veux la libération », Swāmi conseille d'abandonner le « je », l'ego, et le « vouloir », le désir ; la libération nous sera alors acquise automatiquement.

Le Seigneur Krishna (BG 13.10) illustre les qualités d'une personne illuminée :

*asaktir anabhiṣvaṅgaḥ
putra-dāra-grhādiṣu
nityaṃ ca sama-cittatvam iṣṭāniṣṭopapattiṣu*

(Absence d'attachement envers son conjoint, ses enfants, son foyer, etc. ;
conserver son équanimité dans les situations favorables comme défavorables de la vie.)

Renoncer au « je » (*ahaṃkāra*) et au « mien » (*mamakāra*), ainsi qu'au sentiment d'être l'auteur des actions et à l'attachement aux résultats de celles-ci, est l'essence même de *vairāgya*.

Conseils pratiques de Swāmi pour atteindre *Vairāgya*

Une approche pratique du renoncement consiste à éviter l'attachement aux objets des sens et aux plaisirs sensoriels. **Swāmi affirme que le meilleur moyen d'y parvenir est de sublimer les sens plutôt que de les réprimer.** Les yeux ne doivent contempler que des visions bonnes et divines. Les oreilles ne doivent entendre que les gloires divines - et non des commérages et des rumeurs. La parole doit servir à parler de Dieu et des saints - et non à critiquer autrui. Les jambes doivent nous porter vers des lieux de culte et non vers des lieux de débauche sensorielle. Les mains doivent servir à adorer le Seigneur ou à aider les autres, et non à s'emparer de tout ce que l'on désire, que ce soit pour assouvir ses plaisirs sensuels ou pour amasser des richesses par des moyens égoïstes.

Une autre façon pratique de parvenir à l'impassibilité consiste à éviter les mauvaises fréquentations et à rechercher les bonnes. Swāmi nous exhorte à fuir les mauvaises fréquentations. Par mauvaises fréquentations, il ne s'agit pas seulement de personnes aux pensées, paroles et actions négatives, mais aussi de lieux et de choses qui produisent de mauvaises vibrations, lesquelles perturbent le mental en provoquant et en stimulant les sens.

Swāmi nous propose une équation arithmétique : « L'homme moins le désir est égal à Dieu. » Cependant, renoncer complètement au désir n'est pas chose aisée. C'est pourquoi Swāmi nous offre une voie pratique : sublimer tous nos désirs en désirant Dieu. Pour comprendre cela, Swāmi propose une analogie. Lorsque nous possédons de l'argent sous forme de nombreuses pièces et de billets de faible valeur, il peut être encombrant de les transporter. Cependant, nous pouvons les convertir en billets de valeur supérieure, pour une somme identique, que nous pourrions transporter facilement. De même, il convient de sublimer tous les désirs mesquins en un désir pour Dieu. Nous nous sentirons alors plus légers et plus paisibles. La compagnie de personnes saintes qui aiment et servent Dieu nous aidera également à atteindre un plus grand détachement du monde et un attachement plus profond à Dieu. **C'est le programme de « Limitation des désirs » que Swāmi nous a présenté, nous invitant à abandonner les désirs mesquins et à aspirer au désir suprême : le désir de libération.**

La pratique du détachement du corps, des plaisirs, des sens et des objets sensoriels nous rapproche de la connaissance de l'*ātman* ou de Brahman. **C'est pourquoi Baba nous enseigne la voie du service désintéressé comme pratique spirituelle pour nous libérer des qualités négatives telles que la pompe, l'ostentation, la haine, la colère, l'avidité, l'orgueil et la jalousie. Cette voie purifie également le cœur et favorise le détachement.** L'autre voie est celle de la dévotion, où

l'on développe également le détachement envers tout ce qui n'est pas divin. Plus notre attachement à Dieu est grand, plus notre détachement du monde est profond !

L'homme moins le désir est égal à Dieu



Un attachement profond à Dieu conduit au détachement

Le meilleur moyen d'atteindre le détachement est de s'attacher profondément à Dieu. **Plus nous nous tournons vers Dieu, plus nous nous éloignons des attachements terrestres et des plaisirs sensoriels.** C'est pourquoi les grands maîtres, les sages et les saints d'autrefois abandonnaient le monde pour se retirer dans des grottes ou des forêts afin de se consacrer à la contemplation du Divin. Le Seigneur Bouddha a abandonné sa famille aimante, le confort de son royaume, ses droits sur celui-ci et les plaisirs terrestres pour rechercher la Vérité et atteindre le *nirvāna*.

Un tel sacrifice pour rechercher la vérité n'est possible que si l'on fait preuve d'une impassibilité ou d'un détachement inébranlable. Mais notre Swāmi est très bienveillant et compatissant. Il dit que nous n'avons pas besoin de tout quitter pour nous réfugier dans une forêt ou une grotte. « **Les mains dans la société, la tête dans la forêt** », précise-t-il. **Tout ce dont nous avons besoin, c'est d'être détachés intérieurement. Nous devrions nous dire : « Tout ceci n'est qu'un rêve ; je vais donc me concentrer sur ma véritable nature, qui est l'ātman. »**

Le grand saint, Śrī Rāmakṛishṇa Paramahansa, affirmait que plus on se rapproche de Dieu, plus on s'éloigne du monde, et sa vie illustre parfaitement ce message. C'est comme dire que plus on se rapproche du pôle Nord, plus on s'éloigne du pôle Sud.

Nous avons abordé les deux premières des quatre qualifications mentionnées précédemment dans cet éditorial. Dans la deuxième partie de cet article, qui sera publiée dans le prochain numéro, nous explorerons *ṣaṭ-sampatti* (les six nobles vertus) et *mumukṣutvam* (l'intense désir de libération), les deux qualifications suivantes pour la réalisation du Soi.

Jai Sai Ram.

(À suivre)



LE SYMBOLISME DU GURU

(Archives du *Sanathana Sarathi* de juillet 1968)

La conception courante que l'on se fait d'un guru ou d'un maître spirituel est associée à sa personne et aux pouvoirs particuliers qui lui sont attachés ou qu'il manifeste. La relation personnelle entre le guru et son disciple remonte à un passé lointain, époque où, selon la tradition des *śāstra*, le chercheur en quête de libération devait apprendre auprès d'un guru par une initiation formelle. Le guru est celui qui montre la voie. Autrefois, c'était un ascète réputé pour ses austérités et sa sagesse, ainsi que pour son accomplissement spirituel. Avec le temps et le développement des différentes écoles de pensée dévotionnelle, des loyautés ésotériques se sont développées et la personnalité du guru a acquis une influence prépondérante sur le progrès religieux et philosophique. Il y eut sans aucun doute de grands sages ou saints aux mérites réels. Cependant, l'approche dévotionnelle était déterminée ou encouragée par la personnalité du guru, plus que par son mérite spirituel intrinsèque. À notre époque où le bien-être matériel a plus d'influence dans les esprits que le spirituel, trouver un guru digne de montrer la voie est une réelle difficulté.

La dévotion est une impulsion personnelle qui surgit dans le milieu impur du mental et est activée par l'intellect, les émotions et la volonté. Cela explique l'interaction entre *jñāna*, *bhakti* et *karma* dans l'effort dévotionnel. Les chercheurs dotés d'intuition ou de *vicāra* (réflexion, investigation)



Le Seigneur Dattātreya

apprennent par l'observation et l'étude de la nature du monde et par l'expérience de la vie. Le grand *Avadhūta* (le Seigneur Dattātreya), par exemple, avait plusieurs gurus : la terre, l'arbre, la colombe, le python, la guêpe, l'abeille, le corps, etc., auprès desquels il apprit la voie juste. Le mental humain normal, cependant, affligé par les aléas de la vie, cherche un soutien en Dieu et tend naturellement à envisager la forme, conditionné qu'il est par les attributs du monde des noms et des formes. Dans cet état d'esprit, le guru joue un rôle essentiel.

Le guru peut opérer sous une forme humaine. Le mental du chercheur étant extraverti, le *Paramātmān* prend une forme humaine, celle d'un guru, pour l'aider à se tourner vers l'intérieur. Il apparaît dans un corps afin de dissiper chez le chercheur l'idée de « Je suis le corps ». L'apparition de Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba en tant qu'incarnation à notre époque est véritablement providentielle. Son message a un attrait universel, car il propose un programme inclusif d'élévation spirituelle pour les chercheurs ou les fidèles de tempéraments variés, quels que soient leur statut ou leur condition de vie, et offre une synthèse des *bhakti*, *jñāna* et *karma* yogas. Tout en soulignant la nécessité d'un guru, Baba a déclaré dans Ses discours que si, dans les circonstances actuelles, il est difficile pour le *sādhaka* de choisir un guru digne de ce nom, il peut adopter le *Paramātmān* Lui-même comme guru et s'abandonner à Lui.

En tant que *jagadguru* ou *sadguru*, Il répondra à une dévotion sincère. Une telle conception du guru ne le limite pas aux contraintes de la forme humaine, l'accent étant mis sur le principe éternel

enchâssé dans cette forme. En réalisant que son guru est le *sadguru*, on en vient à se connaître soi-même comme Son serviteur, ou une partie de Lui ou de Son propre Soi, selon l'approche adoptée. Cela est illustré par les célèbres paroles d'Hanumān à Śrī Rāma.¹

Cela montre clairement l'évolution de la *bhakti*, du niveau personnel au niveau impersonnel, de la forme à la vérité abstraite. Le *sadguru* a le pouvoir de délivrer l'homme du *bhavasagara*, l'esclavage de l'ego. La sphère croissante d'adoration pour Baba présente différentes étapes et phases de dévotion, et Il distribue Sa Grâce tout autour de Lui. Le bénéfice d'une telle grâce peut cependant rejaillir sur le chercheur ou le fidèle selon son degré de réceptivité, autrement dit, selon l'élimination de l'égoïsme par le développement de *viveka* (le discernement), *vairagya* (le détachement) et *vichara* (l'investigation), qui se développent grâce à une dévotion exclusive à Dieu. Si la proximité et le contact avec le Guru présentent des avantages potentiels pour les chercheurs, le facteur le plus important dans la transformation est la capacité à renoncer à ses intérêts personnels et à s'en remettre entièrement à la Grâce divine qui coule à travers lui.

Baba, en tant qu'incarnation du Principe universel, accepte la dévotion de tous de manière égale. Sa déclaration « Pourquoi avoir peur, alors que je suis toujours en vous ? » est une indication claire du bon type de *sādhana* et de la bonne compréhension du contenu et de la signification du *guru-tattva*. Il est essentiel pour les chercheurs d'éviter de tomber dans l'illusion que la dévotion signifie simplement loyauté envers la personnalité de Baba. Une telle illusion est, sans aucun doute, une projection de l'illusion originelle qui pousse l'homme à s'identifier à son corps et à oublier sa véritable nature. C'est cette conception erronée qui pousse la *bhakti* à sombrer dans les eaux superficielles de l'exhibitionnisme et à revendiquer des mérites préférentiels reposant sur des contacts ou des avantages particuliers. La propagation inlassable par Baba du potentiel du « *nāmasmarana* » pour l'élévation spirituelle et de la nécessité vitale de s'efforcer de purifier ses pensées, ses paroles et ses actes par l'observance de *satya*, *dharma*, *śānti* et *prema* (la Vérité, l'Action juste, la Paix et l'Amour), souligne la nécessité fondamentale d'abdiquer l'ego. Cet idéalisme devrait trouver une forme concrète en orientant toute activité dévotionnelle, tant au niveau personnel qu'organisationnel, sur la force de conviction que nous sommes tous des instruments de la Volonté divine reflétée à travers Baba. L'adoption de cet idéal concret devrait, par la Grâce de Baba, contribuer à dissiper la suie de l'ego du miroir de notre mental et à réaliser que Baba n'est pas une simple personne, mais la Vérité incarnée.



Shanker

¹ Les paroles attribuées à Hanumān lorsqu'il s'adresse à Śrī Rāma sont très connues dans la tradition dévotionnelle. En voici la formulation classique :

« Du point de vue du corps (*deha-bhāva*), je suis ton serviteur. »

« Du point de vue de l'âme individuelle (*jīva-bhāva*), je suis une partie de Toi. »

« Du point de vue du Soi (*ātma-bhāva*), Toi et moi sommes uns. »



(*Sathya Sai - The Eternal Companion - Volume 2 | N°12- Décembre 2023 - p. 16-18*)

Au printemps 1971, nous étions six ou sept jeunes fidèles occidentaux vivant dans une maison rurale près de Whitefield, à Bengaluru. Bien que proche de Brindāvan, l'ashram de Swāmi, la distance était néanmoins suffisante pour que nous ayons à nous rendre au *darśan* à vélo deux fois par jour. Swāmi avait permis à cinq ou six femmes occidentales d'habiter derrière les salles de classe les plus proches de Sa résidence. Chaque matin, j'avais plaisir à parcourir à vélo la campagne verdoyante pour aller chercher du lait pour les femmes à la laiterie voisine. Avec de grands bidons de lait suspendus de chaque côté du vélo, j'étais littéralement le laitier de Brindāvan !

Un matin, je suis arrivé dans l'allée près de la maison de Swāmi. J'étais sur le point de garer mon vélo et de livrer le lait quand j'ai vu Swāmi quitter Sa maison pour donner Son *darśan*. Personne ne s'attendait à ce qu'Il vienne aussi tôt, et il y avait très peu de monde. Il semblait que j'allais avoir droit à un *darśan* presque privé, car je me trouvais directement sur Son chemin ! Je n'avais aucune idée du protocole à suivre dans cette situation. Alors je suis resté figé, tenant mon vélo avec les bidons de lait accrochés à celui-ci, ce qui semblait ridiculement déplacé.

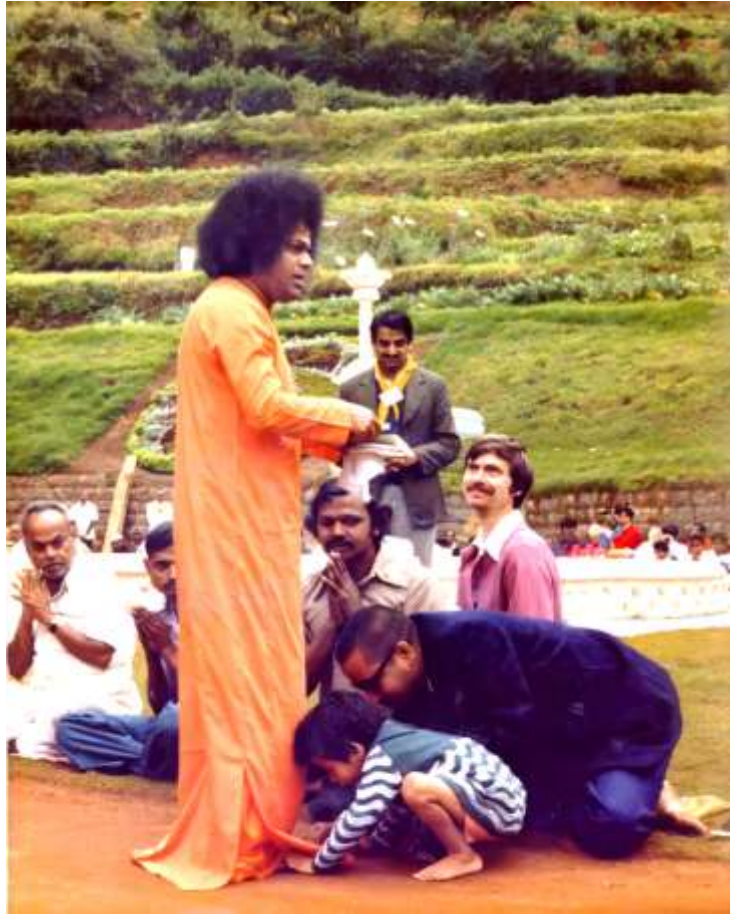
« Quel est ton nom ? »

Swāmi me regardait de loin tandis qu'Il s'avançait lentement vers moi. Cela me laissait tout le temps de me laisser aller à une multitude de pensées confuses, du genre : « Ce doit être mon grand moment de bénédiction. Va-t-Il dire ou faire quelque chose de profondément significatif ? Je devrais Lui demander ce que je désire le plus ! »

Mon mental surexcité s'est alors embrouillé : « Eh bien, que DEVRAIS-JE demander ? Qu'est-il juste de demander ? » Je n'avais toujours pas trouvé la réponse et j'étais stupéfait et abasourdi lorsqu'Il s'est approché de moi avec tant de grâce et pourtant d'inéluctabilité.

En me regardant, Il m'a surpris en me demandant simplement : « *Comment t'appelles-tu ?* » Abandonnant toutes les pensées que j'avais eues jusqu'alors, j'ai simplement répondu : « Philip Gosselin. »

Swāmi m'a regardé comme s'Il pensait : « Quelle chose vraiment étrange et stupide à dire ! » Je ne pouvais trouver aucun mot ni même organiser mes pensées pour répondre, car mon mental avait complètement cessé de fonctionner, et Il s'est éloigné comme s'Il planait. J'étais fasciné par cette proximité et cet échange si naturel et intime avec le Seigneur. En même temps, j'étais perplexe, car le



Maître, par la plus prosaïque des questions, avait lancé un *koan* (une histoire, un dialogue, une question ou une affirmation utilisée dans la pratique zen pour provoquer le « grand doute » afin de tester et de favoriser la progression d'un élève) sur la nature du désir, de la réalité et du Soi !

Comprendre le *koan*

Swāmi souligne toujours l'importance du nom divin ; mais, pour la plupart des gens, notre nom est plus important, car il fait partie de l'identité que nous nous créons. C'est probablement ce à quoi Swāmi fait référence lorsqu'Il dit : « L'Être se perd dans le Devenir. » **Notre nature divine originelle est obscurcie par l'identité que nous créons au fil du temps.**

Swāmi dit aussi : « *Vous n'êtes pas un mais trois : celui que vous pensez être (le corps), celui que les autres pensent que vous êtes (le mental) et celui que vous êtes réellement (l'Ātma).* »

De toute évidence, l'une des tâches de Sai est de saper les fausses identités que nous pensons être et de permettre à notre réalité de briller ! Ce processus a été décrit un jour avec humour comme le passage de la perception que nous avons de nous-mêmes comme des VIP (personnes très importantes) à celle de VVOP (personnes très très ordinaires) !

Le nom est
sans importance.
Ce qui compte,
c'est le cœur et
l'amour.



Noms qu'Il a donnés pour accélérer notre croissance

Swāmi n'avait pas l'habitude d'appeler les fidèles de nos groupes par leurs prénoms. Tout comme Swāmi appelait son père « garçon du foyer (*griham abbayi*) », ou « père de ce corps », et sa mère « fille du foyer (*griham ammayi*) », ou « mère de ce corps », il utilisait souvent des noms familiers, voire dévalorisants, pour nombre d'entre nous. Il le faisait peut-être pour nous éviter d'avoir une vision trop élevée et égocentrique de nous-mêmes. Par exemple, si quelqu'un était potelé et petit, il l'appelait « *Pakoda* » (équivalent indien de « boulette »). S'il était grand et mince, il l'appelait « *Cocunut Tree* (cocotier) » (ma femme et moi avons reçu ce surnom, à juste titre). D'autres que nous connaissons étaient surnommés « *Dirty Beard* (Barbe sale) » (pour ceux qui portaient une longue barbe), ou encore « *Lion* » ou « *Big Head* (Grosse Tête) », par exemple. Parfois, Sai exprimait Son amour et Son attention en renommant Ses fidèles. Par exemple, Robbie est devenu Ravi, Śrī Ravan est devenu Śrī Raman (« Je ne veux appeler personne Rāvana (un roi démoniaque) », a-t-Il dit), et Wendell est devenu Sai Wendell.

La plupart du temps, cependant, Swāmi ne nous appelait pas par notre nom. Cela suscitait parfois des réactions. J'ai un jour eu un entretien avec un éminent professeur californien qui souhaitait fonder une université Sathya Sai en Californie. Swāmi lui accorda alors beaucoup d'attention, mais, à son retour un an plus tard, Swāmi semblait très distant. Il pensa : « Il ne connaît même pas mon nom ! » Quelques jours plus tard, Swāmi se pencha vers lui pendant le *darśan* et lui dit : « *Je connais ton nom.* »

Qu'Il donne des noms ou qu'Il ne nous appelle pas par nos noms, c'est toujours pour s'assurer que nous prenons nos distances par rapport à notre corps et à notre mental afin de nous tourner vers l'Ātma !

De « sans importance » à une partie intégrante de ma vie

Permettez-moi de conclure cet article sur une note humoristique. Au printemps 1974, lors de mon deuxième voyage chez Swāmi, j'avais emmené quatre autres personnes qui avaient hâte de le rencontrer. Il y avait désormais davantage d'Occidentaux à Whitefield, et certains adoptaient de nouveaux noms hindous ou issus d'autres traditions pour marquer leur nouvelle vie spirituelle. Peggy Atkin, l'une des membres de notre groupe, était enchantée par cette idée ; elle semblait avoir l'oreille attentive de Swāmi, car Il lui parlait dans les lignes du *darśan* et semblait prendre plaisir à imiter sa voix aiguë. Un jour, elle Lui présenta une grande carte pour Lui demander un nouveau nom, ce à quoi Il répondit avec grâce et émotion : *“Name, not important. Heart and love important.”* – « Le nom est sans importance. Ce qui compte, c'est le cœur et l'amour. »

C'était un message profond qui la liait encore plus étroitement à Sai.

Je n'ai pas pu m'empêcher de la taquiner en lui disant que Swāmi lui avait donné un nouveau nom – *“Not important !”* Cependant, elle a eu le dernier mot lorsque Swāmi a célébré notre mariage quelques années plus tard, et elle a joyeusement fait remarquer : « Tu vois, Il a changé mon nom en Mme Gosselin ! »

Dr Phil Gosselin

USA



Le Dr Phil Gosselin est président de la zone 1 de l'Organisation Sri Sathya Sai Internationale, qui regroupe les pays anglophones et néerlandophones de l'hémisphère occidentale. Il est également coprésident du comité des archives de la SSSIO. Il est l'un des premiers membres du Conseil central pour les États-Unis, dont la nomination a été annoncée lors de la Conférence mondiale de 1975 en présence de Swāmi. Le Dr Gosselin a également été membre fondateur de plusieurs centres Sai du nord-est des États-Unis, dont le Centre Sai de Manhattan. Il a eu la chance de vivre à Praśān̄thi Nilayam pendant deux ans, en 1971-1972 et en 1974-1975.

Sur le plan professionnel, le Dr Gosselin est psychologue clinicien et a été professeur de psychologie à l'Union Institute et directeur du département de médecine comportementale du Franklin Medical Center à Greenfield, dans le Massachusetts. Il a également travaillé à Wall Street pendant douze ans dans les années 70 et 80. Son parcours professionnel à Wall Street est relaté dans l'ouvrage 'The Dharmic Challenge' (Le défi dharmique).

VOYEZ TOUT LE MONDE COMME DIVIN :

Pratiquez « *Die-Mind* » - la mort du mental



(*Sathya Sai - The Eternal Companion* - Éditorial du Volume 1 | N°10 - Décembre 2022 - pp. 20 -23)

Lorsque l'offrande musicale s'acheva, Bhagavān, visiblement ravi, fit signe d'entonner le chant de l'*ārati*. J'étais transporté de joie à l'idée d'agiter vers le Seigneur la flamme allumée au camphre, et je tremblais de bonheur. Tout en offrant l'*ārati* à Swāmi, **je priais pour que ma vie soit comme le camphre : pure, blanche, parfumée et se consumant pour glorifier Dieu**. Il sembla accueillir mes prières par un sourire et leva les mains en signe de bénédiction. Quelle conclusion parfaite pour une soirée parfaite !

Le 7 août 2010, jour où Śrī Sathya Sai Baba a béni les fidèles d'Europe du Nord en leur offrant l'opportunité de chanter 15 chants en Sa présence, fut aussi mon dernier *darśan* de Lui physiquement. Mais **je sais que Swāmi a toujours été avec moi, éternellement** – même avant que je Le connaisse durant Son séjour terrestre et après Son *Mahāsamādhi* !

Les valeurs humaines dans l'entreprise

Aujourd'hui, je vois l'influence de Swāmi dans ma vie, et même dans mes motivations, depuis mon plus jeune âge. Enfant, j'avais conscience que le monde était en mauvais état et mon seul désir était de l'améliorer. J'ai donc décidé de bien me préparer à la vie et j'ai fait mes études dans une école de commerce américaine.

Mon premier emploi fut dans une chaîne de supermarchés aux Pays-Bas. À cette époque, j'ai remarqué que le verre usagé était jeté dans les décharges, et ma conscience a été piquée au vif en imaginant le mal que nous faisons à la planète. **Dieu (aujourd'hui, je sais qu'il s'agit de Swāmi) m'a inspiré une idée pour résoudre ce problème** tout en augmentant les profits de l'entreprise. À l'époque, le recyclage du verre n'était pas à la mode, et j'ai découvert que la fusion du verre existant nécessitait beaucoup moins d'énergie que sa production dans un four à partir de sable et de soude. C'était une solution gagnant-gagnant : nous triions le verre et gagnions de l'argent en le revendant aux entreprises verrières ; de leur côté, ces entreprises économisaient aussi beaucoup d'argent sur les coûts de matières premières. C'est ainsi que les Pays-Bas sont devenus le premier pays européen à mettre en place des conteneurs de recyclage du verre pour collecter les déchets verriers. L'initiative a connu un succès retentissant et s'est répandue comme une traînée de poudre à travers l'Europe. En reconnaissance de mon esprit d'entreprise créatif, j'ai été immédiatement nommé responsable du marketing. J'ai occupé ce poste pendant deux ans, jusqu'au rachat de la société par un grand groupe.

Je n'ai jamais breveté cette idée et je suis reconnaissant envers Swāmi de m'avoir incité à la mettre en œuvre dans un esprit de service désintéressé. J'ai trouvé un nouvel emploi dans le marketing chez le plus grand fournisseur de fournitures scolaires du pays. Cependant, j'ai découvert que cette entreprise trompait ses clients avec des produits de qualité médiocre. J'ai protesté, mais personne

J'ai commencé à pratiquer
sérieusement une deuxième
sādhana :
trouver le bien chez les gens
que je rencontre



ne m'a soutenu et mes paroles sont restées lettre morte. J'ai quitté cette entreprise et créé une fondation comprenant un magasin d'alimentation biologique et un restaurant végétarien. Nous organisons également des ateliers sur les modes de vie sains et l'alimentation végétarienne pour des milliers de personnes. Ce fut un succès retentissant. Parallèlement, je dirigeais une maison d'édition produisant de la papeterie à partir de papier recyclé. Cette initiative, elle aussi, a rencontré un vif succès. Entre-temps, malgré sa taille importante, l'entreprise de fournitures scolaires malhonnête a fait faillite. Cela nous rappelle le message de Swāmi : le commerce sans moralité est non seulement inutile, mais carrément dangereux.

Le bonheur durable ne vient que de Swāmi

J'avais une trentaine d'années quand, un jour, je me suis retrouvé à genoux à prier : « Seigneur, merci pour ta merveilleuse création et pour toutes les opportunités que tu m'as offertes ! Mais il manque une chose à ta création : le bonheur durable. Alors, je t'en prie, reprends cette création et donne-m'en une qui apporte le bonheur durable. »

Bien que Dieu ait toujours fait partie de ma vie, j'ai décidé de me mettre à Sa recherche. J'ai commencé à lire des ouvrages sur de grands maîtres spirituels tels que Paramahansa Yogānanda, Śrī Rāmakrishna Paramahansa, Śrī Aurobindo et le Bouddha, et j'ai suivi quelques cours. Lors d'un cours sur le bouddhisme, le professeur a mentionné le nom de Sai Baba. J'ai demandé : « Qui est Sai Baba ? » Le professeur a répondu : « **Il est Dieu sur Terre.** » Si tel était le cas, je me suis demandé quel était le sens de notre présence ici-bas et si nous ne devons pas tous aller Lui rendre visite.

C'était en 1979, et j'ai immédiatement rejoint le centre Sai Baba local. Quelques mois plus tard, j'ai été invité à me joindre à un groupe en visite chez Swāmi. Je leur ai dit : « Eh bien, je viens de me marier. Je n'ai pas d'argent pour voyager, et je ne sais pas comment expliquer à ma femme mon projet de voyage en Inde ! Mais si Swāmi peut résoudre ces problèmes, je serai heureux de vous accompagner. »

Swāmi a effectivement réglé ces deux problèmes ! Mon comptable avait mal rempli ma déclaration d'impôts, indiquant que je devais payer des impôts ; en réalité, j'avais droit à un remboursement. Deux semaines plus tard, une somme importante a été créditée sur mon compte bancaire, largement suffisante pour financer mon voyage en Inde. Ma femme a également eu la vision de ne pas s'opposer à mes projets. Elle a donc accepté mon départ pour l'Inde !

C'est ainsi qu'un groupe de neuf couples, un homme et une femme, arrivèrent finalement des Pays-Bas à Whitefield, Bangalore, pour voir Swāmi.

Deux entretiens

Lors du *darśan* cette année-là, Swāmi s'approcha de moi et me demanda :

« Combien ? »

« 20, Swāmi. »

« Quel pays ? »

« Pays-Bas, Swāmi. »

Swāmi continua Son chemin. Mais lorsqu'Il atteignit la porte de Sa résidence, Il s'arrêta, fit demi-tour et vint droit vers moi.

« Allez ! » me dit-Il. C'était notre première entrevue. Lors de cette première entrevue, je Le vis matérialiser des bagues et des chaînes pour beaucoup.

La pensée qui me vint à l'esprit était : « Est-ce que je veux aussi une bague ? »

Spontanément, la réponse surgit du plus profond de moi : « Non ! »

« Que vais-je demander alors ? »

« Je demanderai à toucher Ses pieds. »

C'était mon premier *pādanamaskār*.

Faisons un bond en avant jusqu'en 2003. Je me trouvais à nouveau dans la salle d'entretien. J'ignorais alors que ce serait ma dernière entrevue avec Swāmi. Mon épouse était également à mes côtés. Dès que nous fûmes entrés, Swāmi prit ma main dans la Sienna et la tint ainsi durant tout l'entretien. Je fondis littéralement, incapable de toute pensée. Au cours de la session, Swāmi me demanda par trois fois :

« Voulez-vous une bague ? »

Je ne répondis pas, car je ne désirais que ce que Swāmi était venu nous offrir : la réalisation du Soi. Mais lorsqu'Il me posa la question pour la troisième fois, je répondis :

« Si Vous voulez me donner cela aussi, je serai heureux de le recevoir. »



Swāmi fit un mouvement circulaire de la main et fit apparaître une bague ornée d'une pierre verte. Il la glissa à mon doigt, mais la regarda avec déception.

« Mauvaise couleur », dit-Il, et Il me demanda de la retirer et de la Lui rendre. Puis Il souffla dessus et la transforma en une pierre brillante et transparente. Il demanda à l'assistance : « Quelle est cette pierre ? »

« Diamond (un diamant), Swāmi ! » répondit tout le monde en chœur.

« Non, » a-t-Il dit : « C'est *Die-Mind*¹ (la mort du mental). »

¹ Jeu de mots sonore entre le mot anglais « *Diamond* » (diamant) et l'expression « *Die-mind* » (mort du mental).

Tandis qu'Il passait cette bague à mon doigt, je fus transporté de joie : Il venait de m'offrir ce que je désirais par-dessus tout.

Après l'entretien, Swāmi demanda au photographe de prendre une photo de Lui avec ma femme et moi. Le photographe me demanda notre adresse pour nous l'envoyer. Mais j'étais alors sur un petit nuage et je fus incapable de m'en souvenir sur le moment. Ce n'est que lors d'un voyage ultérieur que l'un des fidèles présents lors de cet entretien me remit la photo.

Signification de la bague en diamant

De retour aux Pays-Bas, je priais sans cesse Swāmi de m'aider à devenir une bonne personne. C'est alors que j'eus la vision d'une Main divine désignant quelqu'un, trois doigts pointant vers moi. Quand Swāmi vous offre une expérience, Lui seul peut vous donner la capacité de la comprendre. J'ai compris que chaque fois que je regardais les autres, je devais trouver en eux trois qualités.

J'ai donc pratiqué cet exercice avec intensité. Pendant une année entière, rien ne semblait se produire ; puis, pendant deux semaines, ce fut de la pure magie ! **Pendant ces deux semaines, je ne pus trouver la moindre erreur nulle part ni chez personne – tout était parfait et divin !** Je me suis réveillé dans un monde que je n'avais jamais vu auparavant. Pourtant, je n'y étais pas parvenu par mes seuls efforts. J'avais fait un pas, et Swāmi en avait fait cent vers moi pour rendre cela possible. Au bout de deux semaines, cette expérience prit fin aussi soudainement qu'elle avait commencé. Je savais que je devais poursuivre mes exercices.

J'ai commencé à pratiquer sérieusement une seconde *sādhana* : trouver le bien chez les gens que je rencontre. Mais, lorsque je suis seul, je me consacre à la *sādhana* de la maîtrise du mental, où je me contente d'observer mes pensées. **Je deviens témoin de mes pensées, et c'est étonnant de voir comment elles s'apaisent dès que l'on commence à les observer.** Je ne souhaite accueillir que des pensées positives.

Je suis tellement heureux de connaître Swāmi. Swāmi dit : « Vous êtes déjà sauvé ! » C'est ce que je ressens toujours maintenant.

M. Jan Floris
Les Pays-Bas



M. Jan Floris est un innovateur, spécialiste du marketing et entrepreneur néerlandais qui a toujours placé les valeurs humaines au cœur de sa vie professionnelle. Après sa rencontre avec Śrī Sathya Sai Baba, il a rejoint l'Organisation Sri Sathya Sai Internationale (SSSIO) en 1989 et y a occupé diverses fonctions, notamment celle de président du Conseil national des Pays-Bas. Il est actuellement coordinateur central de la SSSIO pour la zone 7 (Europe du Nord) et président du comité du programme de Noël de la SSSIO.





(Sathya Sai - *The Eternal Companion* - Volume 4 | N°6 – Juin 2025 - p. 20-23)

Né dans une famille hindoue traditionnelle aux Fidji, j'ai été élevé dans le culte de nombreux dieux et déesses. À la fin des années 1960, quelqu'un offrit à mes parents une photo de Swāmi, en leur disant qu'il était Dieu vivant en Inde. À cette époque, de mon point de vue, l'Inde était un endroit situé sur une autre planète, et l'existence d'un Dieu vivant me paraissait inconcevable. Mais mes parents se sont mis à avoir foi en Lui, ce qui signifiait plus de viande le jeudi ! Il fallait aussi allumer une nouvelle lampe sur notre autel, mais c'était à peu près tout. Nous n'avions pas de bhajans particuliers, ni aucune information sur Sai Baba ou Ses enseignements, juste l'obligation de nous abstenir de manger de la viande le jeudi !

Les choses ont continué ainsi pendant de nombreuses années, jusqu'à ce que je grandisse et me marie. Un jour, quelqu'un nous a dit qu'il y avait un centre Sai non loin de la sucrerie de Lautoka où je travaillais. C'était au début des années 1980, et ma femme a décidé d'aller aux bhajans. Je devais l'y emmener, car elle ne savait pas conduire. Je l'ai conduite à une seule condition : que je n'aie pas à assister aux bhajans. Je profiterais de ce temps pour déguster le kava local (une boisson traditionnelle à base de racine de piper methysticum, qui a un effet légèrement sédatif et relaxant sans être enivrant) avec mes amis.

Le 19 septembre 1987, nous avons déménagé en Nouvelle-Zélande (*Zealand*). C'est dans cette « nouvelle terre de Sai (*Sai-land*) » que j'ai ressenti avec force le vide spirituel qui m'habitait ! C'est à ce moment-là que quelqu'un nous a fait découvrir le Centre Sai du Mt Eden. Nous avons commencé par assister aux bhajans du centre, ce qui est peu à peu devenu une habitude hebdomadaire. Mais là encore, cela s'est arrêté là. Nous n'avons participé à aucune autre activité de l'organisation.

Le voyage « forcé » à Puttaparthi

Le tout premier livre que j'ai lu était le célèbre ouvrage intitulé « Sai Baba, le saint homme et le psychiatre », qui m'a profondément inspiré. Ma femme décida qu'il était temps d'aller se recueillir aux pieds de lotus de Bhagavān Baba. Une fois de plus, je n'avais aucune intention de l'accompagner, d'autant plus qu'il était exigé que toute personne voyageant avec le groupe pour rendre visite à Baba

soit végétarienne six mois avant son arrivée. Cela m'était difficile. Ma femme a suivi les instructions de « Mère Madeleine », qui était vénérée comme une fidèle de longue date et très chère au Seigneur. Elle a occupé le poste de secrétaire générale de la SSSIO Nouvelle-Zélande et était l'auteure du bulletin d'information néo-zélandais.

Même si j'avais dit à ma femme d'aller voir Baba toute seule et de me raconter son expérience à son retour, elle a réservé deux billets et versé l'acompte pour le voyage ! J'ai résisté et insisté sur le fait que je déciderais plus tard. Mais l'idée de l'envoyer seule aussi loin ne me semblait pas bonne, d'autant plus que mon cousin et sa famille y allaient aussi. Je me suis finalement précipité chez Mère Madeleine pour confirmer mon voyage. Notre vol a eu lieu le 25 décembre 1994. C'était le jour de Noël, et mon cousin et moi en avons profité pour boire pendant le vol.

Bien qu'ayant fait la sourde oreille aux recommandations d'être végétarien pendant les six mois précédant le voyage, par respect pour Baba, je suis devenu végétarien quelques jours avant mon arrivée à l'*ashram*.

Swāmi répond toujours

À cette époque, les places à l'*ashram* étaient limitées, mais on nous avait attribué une chambre au troisième étage d'un bâtiment circulaire. Mes boissons et mes plats non végétariens me manquaient terriblement, et j'en voulais à ma femme de m'avoir contraint à cette situation. C'était le dix-huitième jour de notre séjour, et j'étais très frustré. J'ai lancé mentalement un défi à Swāmi : « Je touche Vos pieds sur la photo depuis si longtemps, mais si Vous êtes vraiment Dieu, je veux les toucher physiquement. Pouvez-Vous faire en sorte que cela se produise et me le montrer ? »

De manière tout à fait inattendue, ce jour-là, j'ai obtenu le numéro un au tirage au sort pour le *darśan* et je me suis assis au premier rang, face au nord. Notre Seigneur bien-aimé est arrivé, s'est arrêté juste devant moi et, tout en ramassant les lettres, a soulevé légèrement Sa robe, dévoilant Ses pieds. Comme Il était si proche, j'ai saisi l'occasion de faire *pādanamaskār* (toucher les pieds du Maître) ! Je n'ai pas hésité une seconde à toucher Ses pieds divins.

Mon véritable cheminement vers Sai a commencé ce jour-là, car des larmes ont spontanément coulé de mes yeux. C'étaient des larmes de joie, que j'ai versées tout le long du chemin du retour dans ma chambre, tandis que je partageais cette expérience avec ma femme ! J'avais enfin compris qui Il était, grâce à mon expérience personnelle.

La transformation



Offrande d'une lettre à Swāmi lors d'un darśan à Brindāvan, Whitefield, Bangalore.

Il était temps de rentrer à la maison, et lors de mon dernier *darśan*, le contact visuel que m'a accordé mon bien-aimé Bhagavān est encore gravé de manière indélébile dans mon mental sous la forme du Seigneur Krishna. Je n'avais jamais eu l'intention de devenir végétarien, mais, lors du vol de retour entre Singapour et Auckland, j'ai entendu une voix très forte en moi qui disait : « Ça suffit. Arrête ! » J'ai dit à ma femme que je devenais végétarien et que je ne mangerais plus de viande ni ne consommerais d'alcool !

Lors de notre deuxième voyage à Bangalore (Whitefield), pendant un entretien, j'ai eu la grâce de Lui masser les pieds durant toute la durée de celui-ci. Je pouvais sentir Ses bénédictions alors qu'Il prenait plaisir à ce massage, et je Lui ai massé les jambes. Lors de notre deuxième entretien à Puttaparthi, je tenais à la



main un livre intitulé *Prema Dhara*, un recueil de lettres de Swāmi à Ses étudiants.

Pendant qu'Il nous parlait, je Lui ai discrètement pré-

senté le livre pour qu'Il le bénisse. Il l'a dédicacé avec beaucoup d'amour : « *With love – Baba.* » Ce livre m'est désormais très précieux. Il a également parlé avec ma femme et moi. Après cela, de nombreux pèlerinages à Ses pieds de lotus ont suivi, année après année.



La visite à Brindāvan déboucha sur un entretien avec Swāmi.

L'omniprésence de Sai

J'ai toujours pris plaisir à participer à des actions de service désintéressé, et j'y prends encore beaucoup de plaisir. Bhagavān m'a toujours guidé, et je participe aux camps médicaux des Fidji depuis plusieurs années. En 2011, j'étais responsable de l'organisation logistique du camp. **Deux jours avant notre départ pour les Fidji, j'ai entendu Bhagavān me dire en rêve : « Assure-toi que tout soit bien organisé. »** J'ai compris qu'il était temps de tout reprendre à zéro, de lister et de vérifier chaque détail. Mais tout avait déjà été fait. Tous les vols intérieurs avaient été réservés, et tous les médicaments avaient été envoyés aux Fidji pour être acheminés sur l'île de destination. J'avais coordonné le tout avec mon homologue aux Fidji par courriel et par téléphone, et tout semblait parfaitement organisé.

Ce n'est qu'à notre arrivée sur la deuxième île des Fidji que nous avons réalisé que certains médicaments n'étaient pas parvenus à destination et étaient encore bloqués sur le continent. **La première chose qui m'est venue à l'esprit, c'est la mise en garde de Swami dans mon rêve.** Parfois, nous prenons les choses à la légère. Mon Seigneur bien-aimé m'a transmis tant de messages depuis l'âge de 14 ans, et pourtant, je m'étais laissé absorber par Sa seule forme physique.

L'omniscience de Sai

En 2013, après 25 ans de service dans une entreprise, je me suis retrouvé à la croisée des chemins. L'entreprise connaissait des difficultés et des discussions étaient déjà en cours concernant une restructuration. C'est ainsi qu'on m'a proposé une indemnité de départ (offre de retraite). Même si je n'étais pas heureux de partir, j'ai reçu une indemnité de départ conséquente et j'ai accepté cela comme étant Sa volonté.

Je comprends désormais que chaque épreuve, chaque décision et chaque rebondissement inattendu s'inscrit dans un plan plus vaste, un plan qui est toujours pour notre plus grand bien, ordonné par Dieu.

J'ai passé les trois années suivantes à chercher du travail, changeant constamment d'entreprise. Ce fut une période difficile et incertaine. Mais, au moins, j'avais un emploi. Puis, un ancien collègue m'a annoncé que l'entreprise pour laquelle j'avais travaillé avait été placée en redressement judiciaire (difficultés financières). Mon service a été dissous et les employés n'ont reçu que des indemnités de départ minimales.

C'est alors que j'ai compris profondément que ce qui m'avait paru au départ une période difficile et incertaine était en réalité une bénédiction divine. Swāmi avait veillé à ce que je parte au bon moment, avant que tout ne s'effondre, m'assurant une rémunération équitable avant le déclin de l'entreprise.

Nous croyons souvent que c'est nous qui agissons, mais une force supérieure connaît notre avenir et nous guide en conséquence. **Cette expérience a renforcé ma foi dans le jeu divin de Swāmi et dans Sa sagesse infinie. Je comprends désormais que chaque épreuve, chaque décision et chaque rebondissement inattendu s'inscrit dans un plan plus vaste, un plan qui est toujours pour notre plus grand bien, ordonné par Dieu.**

Tout au long de ce cheminement, j'ai appris à faire confiance, à m'abandonner et à demeurer éternellement reconnaissant de Sa main qui m'a guidé tout au long de ma vie. Par Sa grâce divine, je m'engage pleinement dans le *sevā* à travers diverses initiatives de la SSSIO, notamment l'école maternelle, les camps médicaux et la bibliothèque Sai, ainsi que d'autres responsabilités qui me permettent de m'investir pleinement dans les œuvres divines. **Je ressens une grande satisfaction dans ces opportunités de service, car j'ai toujours souhaité de tout cœur prendre une retraite anticipée et consacrer ma vie entièrement au *sevā*.** Swāmi m'a offert l'opportunité inestimable de le faire jusqu'à mon dernier souffle.



Photo du groupe Nouvelle 'Sai-Land' à l'ashram de Brindāvan

M. Krishna Samy
Nouvelle-Zélande



M. Krishna Samy est titulaire d'un certificat d'études néo-zélandais et a effectué son apprentissage à la sucrerie de Lautoka, aux Fidji. Il a travaillé pendant 25 ans comme ingénieur de maintenance dans une fonderie en Nouvelle-Zélande. M. Samy a occupé diverses fonctions au sein de la SSSIO en Nouvelle-Zélande, notamment celle de coordinateur du service au niveau du centre, au niveau régional et au niveau national. Il participe depuis 18 ans à la mission médicale Sai aux Fidji et a également servi dans des camps médicaux aux Philippines, en Ouganda, au Kenya et en Tanzanie.



(Sathya Sai – *Le Compagnon Éternel* – Volume 4 | N°12 – Décembre 2025 – p. 28-30)

Permettez-moi de partager une histoire qui me touche encore profondément chaque fois que je m'en souviens – une histoire qui témoigne de la compassion infinie de Bhagavān et de ses façons mystérieuses de nous faire savoir qu'Il est toujours présent, nous guidant et nous protégeant.

En 2007, nous avons lancé une émission de radio hebdomadaire au Costa Rica. Diffusée sur les ondes AM, elle a ensuite été mise en ligne sur un site web sous le nom de : « SSB : L'Amour en Action ». Aucun d'entre nous n'aurait pu imaginer l'ampleur que prendrait cette modeste initiative. Mais, étant omniscient, Swāmi en était certainement conscient. J'en suis convaincu car, lors d'un dîner privé à Praśān̄thi Nilayam avec le Dr G. Venkataraman, un fidèle renommé résidant à l'ashram, Baba a mentionné l'émission de manière inattendue et l'a bénie. **Avec un sourire, Il a déclaré en être très satisfait. Comment Il en a eu connaissance reste au-delà de la compréhension humaine, mais Sa reconnaissance a rempli nos cœurs d'une joie indescriptible.**

L'Amour divin inspire



C'est peut-être grâce à cette bénédiction que des événements extraordinaires et miraculeux ont commencé à se produire autour de l'émission. Environ deux ans après son lancement, Teresita, une talentueuse animatrice de cette même station, fut impressionnée par la sincérité des témoignages, la puissance des discours de Swāmi et les récits vivants de miracles. Elle proposa alors de prêter sa belle voix à nos enregistrements – entièrement gratuitement ! Sa contribution rehaussa la qualité de l'émission et, pendant des mois, elle travailla avec nous avec enthousiasme. **Bien qu'elle ne se soit jamais impliquée directement auprès du Centre Sai, son cœur fut touché par l'amour de Swāmi. Elle appréciait particulièrement recevoir la *vibhūti*, que je partageais souvent avec elle.**

Décès d'un animal de compagnie bien-aimé

Un après-midi, Teresita m'attendait au studio, visiblement bouleversée et agitée. D'une voix tremblante et empreinte d'urgence, elle me dit qu'elle devait me parler. Elle adorait les animaux et avait un petit chien qu'elle aimait comme un membre de sa famille. Quelques jours auparavant, le chien était tombé

gravement malade. Des convulsions secouaient son petit corps fragile ; il avait perdu toute mobilité et avait fini par s'effondrer dans d'atroces spasmes. En quelques heures, il était devenu évident qu'il ne survivrait pas.

Désespérée, elle envoya son fils de 12 ans porter l'animal à la clinique vétérinaire située à une cinquantaine de mètres. Le garçon revint en serrant toujours l'animal souffrant contre lui, en expliquant que le vétérinaire lui avait fait une injection, mais n'avait pas demandé à être payé. Rien n'avait changé, et le chien agonisait sous leurs yeux.

Cette même nuit, le pauvre animal rendit l'âme dans le salon familial. Accablée de chagrin, la famille pleura inconsolablement. Teresita décida de l'enterrer le lendemain et, dans l'immédiat, ils recouvrirent son corps sans vie d'une couverture. **Soudain, une idée lui vint. Elle aspergea le petit chien de vibhūti, la cendre sacrée bénie par Baba, et le laissa là, tandis qu'ils se retiraient pour la nuit.**

Miracle du jour au lendemain

Le lendemain matin, un miracle attendait la famille. **À leur grande surprise, le petit chien était non seulement vivant, mais il remuait joyeusement la queue et courait partout comme si rien ne s'était passé ! La famille était sans voix, submergée de joie et de gratitude.** Quelques jours plus tard, Teresita m'invita chez eux pour me présenter cette créature heureuse, pleine de vie et d'énergie.

Elle retourna plus tard chez le même vétérinaire. Le docteur, stupéfait de voir le chien vivant, avoua que l'injection qu'il lui avait administrée la veille ne contenait que de l'eau. Sachant que l'état du chien était désespéré, il ne voulait pas décevoir le jeune garçon avec une mauvaise nouvelle. Pourtant, ce que la science médicale jugeait impossible s'était produit grâce à une intervention divine miraculeuse.



Aucun service rendu à Dieu ne restera sans récompense

En y réfléchissant, je ne peux que conclure que Swāmi, dans Son infinie bonté, a ressuscité le chien en signe de Sa bénédiction pour Teresita, reconnaissant ainsi ses efforts sincères et désintéressés pour diffuser Son message à travers l'émission de radio. **C'est peut-être un rappel pour nous qu'aucun acte d'amour et de service désintéressé, si petit soit-il, ne passe inaperçu aux yeux du divin.** Par ce miracle, Il a manifesté Son infinie compassion et la puissance de Son amour inconditionnel.

M. José Cabezas
Costa Rica



Maître José Alberto Cabezas est un avocat, notaire et spécialiste en communication au Costa Rica. Il est chroniqueur pour les médias d'information et animateur d'émissions de radio.

Il a produit pendant sept ans l'émission hebdomadaire « Sathya Sai Baba : L'amour en action », diffusée sur une station de radio locale au Costa Rica et en ligne, touchant des auditeurs dans 92 pays. Il a également été coordinateur régional de la SSSIO pour l'Amérique centrale de 2000 à 2010. Il a donné des conférences inspirantes sur Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba à New York, Miami, en République dominicaine, ainsi que dans toute l'Amérique centrale, au Pérou et en Argentine.



(Sathya Sai – Le Compagnon Éternel – Volume 4 | N°12 – Décembre 2025 – p. 31-33)

*« Dīna-dukhiyon se prem karo, merā Sāī prasanna hoga
(Aimez les délaissés et les démunis, et mon Sai en sera content.) »*

Il s'agit là du refrain d'un bhajan populaire. Il prolonge les commandements de Swāmi : « Aidez toujours, ne blessez jamais » et « Aimez et servez tous les êtres ». **Chaque fois qu'il y a un effort, ou même une intention d'aider les autres, Swāmi s'en réjouit et répand Ses bénédictions.**

L'épisode suivant, survenu en 2025 au Botswana, en est une parfaite illustration : il met en lumière l'amour d'un fils, le service désintéressé des fidèles et le miracle de la *vibhūti*. Il témoigne avec éclat de cet aphorisme, démontrant la puissance de la *vibhūti* et de Ses bénédictions.

Un cri à travers les continents

Tout commença par un simple courriel adressé à l'Organisation Sri Sathya Sai Internationale (SSSIO) par M. Eugène Gussenhoven.

« Om Śrī Sai Ram, mon père ne se sent pas bien. Il est américain et séjourne à Gaborone. Serait-il possible de lui envoyer de la *vibhūti* ? »

Eugène se trouvait aux États-Unis, mais son père, Francis Gussenhoven, était malade et alité à des milliers de kilomètres de là, au Botswana. Eugène avait tenté de contacter le centre Sai local via Facebook, en vain. Il s'adressait désormais directement à l'organisation de Swāmi, la SSSIO, s'accrochant à son dernier espoir : la *vibhūti* de Swāmi, réputée pour ses pouvoirs miraculeux. C'était un cri de grâce, une supplication pour la guérison de son père.

Le cœur du *sevā*

Le message d'Eugène parvint à Krishna, le représentant de la SSSIO, qui répondit promptement avec amour et sollicitude.

« Veuillez nous communiquer l'adresse et le numéro de téléphone de votre père dès que possible. Merci. »



Quand la médecine échoue, quand la raison faillit et que toutes les options semblent épuisées, c'est alors que le cœur se tourne vers Dieu, le seul refuge.

Eugène répondit avec gratitude, en fournissant une adresse et un numéro de téléphone à Gaborone, au Botswana, et reçut l'assurance que la *vibhūti* serait livrée dans un délai d'une semaine.

Quelques jours plus tard, Eugène écrivit de nouveau ses mots empreints de détresse :

« Sairam Krishna, mes parents sont actuellement hospitalisés à Gaborone, mais la *vibhūti* ne leur est pas encore parvenue. Veuillez m'indiquer comment nous pouvons leur faire parvenir la *vibhūti*. Mon père ne peut plus marcher. Om Śrī Sai Ram. »

Son ton était urgent, car l'état de son père se détériorait : il était incapable de marcher et souffrait de vertiges. Sa mère était également tombée malade, aux prises avec une embolie pulmonaire. La famille était plongée dans une profonde angoisse. Les traitements médicaux semblaient peu prometteurs, car les médecins peinaient à diagnostiquer la maladie.

Quand la médecine échoue, quand la raison faillit et que toutes les options semblent épuisées, c'est alors que le cœur se tourne vers Dieu, le seul refuge. La *vibhūti* – cette cendre sacrée que Swāmi Lui-même matérialisait souvent et distribuait de Ses propres mains – était désormais leur dernier refuge. **Pour Eugène et sa famille, ce n'était pas seulement de la cendre ; c'était l'espoir, la guérison, la vie même.**

Les efforts inlassables des volontaires de Sai

En coulisses, la famille Sai au Botswana faisait tout son possible. Krishna contacta rapidement le Dr Sunil Kadiyala, directeur médical de la SSSIO, Zone 9 (Afrique), et médecin responsable de la clinique gratuite Sathya Sai au Botswana. Mû par la compassion, le Dr Kadiyala tenta à plusieurs reprises de joindre Francis par téléphone et par SMS, mais en vain. Dépassant ses obligations, il se renseigna sur un autre numéro et une autre adresse. Apprenant que les parents d'Eugène étaient hospitalisés à l'hôpital Princess Marina, il fit en sorte que la *vibhūti* de Swāmi y soit livrée. La persévérance dans le *sevā* est véritablement la persévérance dans l'amour !

Le 2 juillet, Krishna reçut un autre courriel d'Eugène :

« Om Śrī Sai Ram, merci infiniment, Krishna. La *vibhūti* a été livrée aujourd'hui. Nous prions maintenant pour obtenir les bénédictions de Swāmi. Paix et Amour. »

Malgré la distance, la confusion et les obstacles, la *vibhūti* avait finalement trouvé son chemin par la grâce de Swāmi. Swāmi avait veillé à ce que Son don parvienne à Ses enfants.

Le miracle s'accomplit

Les semaines passèrent. La famille appliqua la cendre sacrée avec une foi absolue et des prières sincères. L'épouse de Francis, bien que souffrante et épuisée, frotta tendrement la *vibhūti* sur les jambes de son mari malade. Peu après, une guérison miraculeuse et étonnante commença.



C'était la présence
vivante de Baba,
qui s'étendait,
à travers les continents,
par l'intermédiaire
de Ses fidèles,
jusqu'au lit d'hôpital où
la foi rencontrait la grâce.

Francis, qui était incapable de marcher et demeurait alité, en proie à des vertiges, recouvra peu à peu ses forces. Jour après jour, pas à pas, il recommença à marcher – d'abord avec une canne, puis de manière de plus en plus autonome !

Le 21 septembre, Eugène écrivit de nouveau à Krishna, cette fois le cœur débordant de gratitude :

Je souhaite vous faire part des résultats obtenus grâce à la *vibhūti* qui a été envoyée à mon père pendant son hospitalisation, par la grâce de Swāmi. Après avoir reçu la *vibhūti*, l'état de mon père a commencé à s'améliorer. Deux mois plus tard, il peut désormais marcher avec une canne et son état est nettement meilleur. Je tiens à vous remercier et à exprimer sincèrement ma gratitude à Swāmi pour les bienfaits de Sa *vibhūti*. Je prie maintenant pour la guérison de ma mère et pour qu'elle puisse enfin retrouver un sommeil paisible.

Un miracle médical s'était produit, et il a ravi tout le monde, y compris le Dr Kadiyala, Krishna et les membres du SSSIO qui ont joué un rôle clé dans ce drame divin.

Vibhūti : cendres de l'assurance

Qu'est-ce que cette *vibhūti*, cette simple cendre grise qui transforme le désespoir en espoir, la maladie en guérison et la faiblesse en force ? Swāmi l'a souvent expliqué. Elle nous rappelle la nature éphémère de la vie, la vérité que toute forme retourne finalement à la cendre, qui ne peut plus se dégrader davantage. **Pourtant, elle est aussi parfumée de Son amour et imprégnée de Sa grâce – une assurance de Sa présence, de Sa protection et de Son toucher guérisseur.**

Pour Francis et sa famille, la *vibhūti* n'était pas simplement de la cendre, mais un puissant talisman qui guérissait et suscitait la dévotion. C'était la présence vivante de Baba, qui s'étendait à travers les continents, par l'intermédiaire de Ses fidèles, jusqu'au lit d'hôpital où la foi rencontrait la grâce.

(D'après une communication avec M. Eugène Gussenhoven, Botswana)



Sevā – la première étape

M. Tony Reeder

(Archives du *Sanathana Sarathi*, janvier 1986)

J'ai passé un certain temps à parcourir un recueil de poésie intitulé « Le Mystique amoureux » en quête d'un poème approprié par lequel commencer. Au premier abord, le poème que j'ai choisi ne semblait pas tout à fait convenir, mais, en le lisant plus attentivement, j'ai senti qu'il exprimait, en réalité, quelque chose de ce que je voulais dire. Swāmi Vivekānanda a écrit le poème suivant, intitulé : 'Le Dieu vivant.'

*Celui qui est en vous et hors de vous,
Qui agit par toutes les mains,
Qui agit par tous les pieds,
Dont vous êtes tous le corps,
Adorez-Le et brisez toutes les autres idoles !*

*Celui qui est à la fois le haut et le bas,
Le pécheur et le saint,
À la fois Dieu et ver,
Adorez-Le — visible, connaissable, réel, omniprésent,
En qui il n'y a ni vie passée,
Ni naissance future, ni mort,
En qui nous avons toujours été
Et serons toujours un,
Adorez-Le et brisez toutes les autres idoles !*

*Insensés ! Vous qui négligez le Dieu vivant
Et Ses reflets infinis dont le monde est rempli,
Tandis que vous courez après des ombres imaginaires,
Qui ne mènent qu'à des luttes et des querelles,
Adorez-Le, Lui, le seul visible !
Brisez toutes les autres idoles !*

Les piliers sur lesquels reposent les missions de Śrī Sathya Sai Baba sont *satya*, *dharma*, *sānti*, *prema* et *ahimsa* – la vérité, la droiture, la paix, l'amour et la non-violence. Mais il en existe un autre sur lequel Baba insiste de plus en plus de nos jours : le *sevā*, ou service. De prime abord, cela pourrait sembler une dimension supplémentaire à ajouter aux cinq piliers, mais en réalité, si l'on s'efforce de les intégrer à sa vie, le fruit de cette démarche devrait être le désir de s'engager dans le *sevā*. Ces cinq « piliers » peuvent également être perçus autrement - comme les rayons d'une roue dont le moyeu porte l'inscription « *sevā* ». Tous ces aspects sont interdépendants et chacun, à sa manière, devrait inspirer le *sevā* – ou le désir de servir Dieu avant soi-même.

Prenons n'importe laquelle de ces valeurs, *ahimsa* (la non-violence) par exemple, et l'on constate que cela se vérifie. Si nous voulons cultiver la non-violence, nous devons dans ce processus reconnaître que Dieu est présent en *tous* les êtres, et pas seulement dans l'espèce humaine ; non pas dans un être particulier qui pourrait nous séduire, mais dans *tous* les êtres.

En pratiquant la non-violence, nous servons Dieu ; c'est un *sevā*. Nombreux sont ceux qui, abordant le sujet du *sevā*, affirment que *sevā* signifie être employé ou impliqué dans une activité qui sert directement et concrètement d'autres personnes. Je n'ai rien à redire à cela, si ce n'est que le fait de ne pas être médecin ou travailleur social ne signifie pas pour autant que l'on ne soit pas impliqué dans du *sevā*. Ou, au contraire, que simplement parce que vous êtes médecin ou travailleur social, vous servez nécessairement Dieu.



Le problème est plus complexe que cela. Pour moi, le *sevā* est autant, sinon plus, une activité intérieure qu'extérieure. La plupart d'entre nous, par formation ou par manque de formation, ne deviendront jamais médecins, travailleurs sociaux ou enseignants – et peut-être n'étions-nous d'ailleurs pas destinés à l'être. Nous pouvons néanmoins servir Dieu et l'humanité avec autant d'efficacité que ceux qui exercent ces professions.

Il s'agit d'une question de conscience, ou peut-être serait-il plus juste de parler d'éveil. En nous engageant consciemment dans *satya*, *dharma*, *śānti*, *prema* et *ahimsa*, nous devrions commencer à percevoir la véritable nature des choses - la présence de la dimension spirituelle et, à mesure que nous progressons, le besoin impérieux d'offrir autant de nous-mêmes que possible pour élargir cette dimension. Si nous avançons et évoluons, même imperceptiblement, nous devrions commencer à prendre suffisamment de recul pour reconnaître notre égoïsme. Cet égoïsme, cet égoïsme, est l'antithèse du *sevā*. Nous devons reconnaître la nécessité de surmonter notre propre égoïsme. Cela ne peut se faire du jour au lendemain. C'est un processus lent et ardu, comme tout processus de croissance. En agissant ainsi, en nous engageant à prendre conscience de notre véritable nature ou à nous *éveiller* à celle-ci, nous nous engageons assurément dans le *sevā*. Comment peut-on prétendre comprendre, et encore moins adhérer à *satya*, *dharma*, etc., sans d'abord reconnaître son propre *adharma*, son ignorance ?

Il n'est pas non plus correct de juger les personnes d'après leurs activités extérieures apparentes. Pour autant que nous le sachions, elles peuvent être bien plus rigoureuses et déterminées que nous dans leur développement et leur épanouissement intérieurs.

Il me semble logique que le résultat de ce type d'exploration intérieure que Baba nous demande d'entreprendre soit le désir de servir l'humanité, ou Dieu à travers l'humanité. Chacun possède un talent, une aptitude ou une vertu qu'il peut mettre à profit. C'est seulement dans ce monde moderne et fou qui est le nôtre que l'on nous pousse à croire qu'une occupation ou une activité est meilleure ou plus précieuse qu'une autre. Notre façon de voir les choses a été conditionnée de manière erronée. On nous apprend à toujours voir l'apparence, la surface, les pièges, avant même de voir l'essentiel : le cœur.

Tous les grands maîtres spirituels ont enseigné ce point. C'est le cœur qui compte. Pour moi, personnellement, il n'y a pas de vérité plus grande. J'en ai constamment la confirmation : la présence du cœur, de l'amour, dans les endroits les plus inattendus.

Nous devons travailler sur nous-mêmes, nous devons être éveillés, et c'est là la première étape du *sevā*. Nous devons écouter les élans de notre cœur ; les indices, les signes sont toujours là, parfois masqués par le tumulte de notre mental, mais toujours là.

~Tony Reeder, Sydney, Australie
(Sanathana Sarathi, janvier 1986)

LES VALEURS HUMAINES AU QUOTIDIEN

Mme Bea Flaig

(Archives du *Sanathana Sarathi* de juillet 1988)

Sathya Sai Baba dit : « Le sens profond de toute discipline spirituelle est de permettre à l'homme de réaliser sa véritable nature. » Quelle est cette véritable nature ?



Baba dit que nous sommes Dieu, non différents de Dieu. « Je suis l'Absolu suprême, indivisible. Je suis *sat-cit-ānanda* (Être, Conscience, Béatitude). Le chagrin et l'anxiété ne peuvent jamais m'affecter. Je suis toujours satisfait ; la peur ne peut m'envahir. »

Beaucoup d'entre nous comprennent cela intellectuellement, mais ne reflètent pas cette idée dans leur vie quotidienne. Cela semble si facile. Pourquoi, alors, cherchons-nous sans cesse ?

Peut-être pouvons-nous trouver des réponses dans un court texte, « *Tout ce que j'ai toujours voulu savoir, je l'ai appris à la maternelle* », écrit par Robert Fulghum, pasteur d'une église unitarienne de l'État de Washington. Il dit : « J'ai appris à la maternelle la plupart de ce que j'ai vraiment besoin de savoir sur la façon de vivre, de faire et d'être. La sagesse n'était pas au sommet de mes études supérieures, mais bien là, dans le bac à sable de la maternelle.

« Voici ce que j'ai appris : partagez tout. Jouez franc jeu. Ne frappez pas autrui. Remettez les choses à leur

place. Excusez-vous si vous blessez quelqu'un. Lavez-vous les mains avant de manger. Tirez la chasse d'eau. Les biscuits chauds et le lait froid sont bons pour la santé. Menez une vie équilibrée. Apprenez, réfléchissez, dessinez, peignez, chantez, dansez, jouez et travaillez un peu chaque jour.

Restez ensemble

« Quand vous sortez dans le monde, faites attention à la circulation, tenez-vous la main et restez ensemble. Soyez attentif à l'émerveillement. Souvenez-vous des petites graines dans le gobelet en plastique. Les racines poussent vers le bas et la plante vers le haut, et personne ne sait vraiment comment ni pourquoi, mais nous sommes tous comme ça.

« Et puis, souvenez-vous du premier mot que vous avez appris, le plus important de tous : 'Regarde.' Tout ce que vous devez savoir se trouve là, quelque part. La règle d'or : l'amour, l'hygiène de base, l'écologie, la politique et une vie saine.

« Imaginez à quel point le monde serait meilleur si, dans notre pays et dans les autres, nous avions tous pour règle de toujours remettre les choses à leur place et de nettoyer ce que nous avons sali. Et cela reste vrai : quel que soit votre âge, lorsque vous partez à la découverte du monde, mieux vaut se tenir la main et se serrer les coudes. »

Comment avons-nous compris tout cela à la maternelle ? Jésus a dit : « Soyez comme des enfants et vous connaîtrez le royaume des cieux. »

Que nous est-il arrivé ? Comment pouvons-nous retrouver notre innocence et nous réveiller à ce que Swāmi dit être inhérent à nous : « Je suis Dieu, je ne suis pas différent de Dieu. »

Éducation aux Valeurs Humaines pour tous

Baba a créé pour nous un programme appelé *Education in Human Values* (EHV) ou Éducation aux Valeurs Humaines. Ne vous y trompez pas, ce programme n'est pas réservé aux enfants. Il s'adresse à nous tous : enseignants, fidèles et tous ceux qui ont le privilège de vivre l'expérience de l'EHV.

Baba dit que le but de l'éducation est de forger le caractère. L'éducation se poursuit bien au-delà de l'école. Nous sommes tous impliqués dans l'éducation, et donc dans le développement du caractère. Le but ultime du caractère est de pouvoir maîtriser son mental et d'apprendre la discipline.

Examinons la voie que Baba nous a proposée pour nous aider à nous développer. Il a proposé cinq techniques d'enseignement pour l'EHV. Comparons-les à ce que nous, fidèles, pratiquons dans nos Centres Sai. Les citations sont utilisées en EHV. Dans nos centres, nous utilisons des prières. L'assise silencieuse est une autre composante, comparable à la méditation du centre. Les membres découvrent la splendeur du chant collectif à travers les bhajans. Des récits sont également partagés lorsque nous racontons des expériences liées à Baba ou animons des cercles d'étude. Enfin, nous pratiquons des activités de groupe, que l'on retrouve au Centre Sai sous la forme de projets de service.

Je considère l'EHV comme les trois volets du message Sai : *sādhanā* [effort spirituel], *service*, *éducation*. S-S-E – Sathya Sai Excellence. Par conséquent, nous faisons tous l'expérience de l'EHV. Mais étendons-nous cette expérience au-delà des centres ? Chantons-nous, prions-nous et méditons-nous à la maison, dans les trains, sur notre lieu de travail ? Allons-nous au-delà de nourrir les sans-abris et servons-nous nos propres familles – nos maris, nos femmes, nos enfants et nos amis – en les nourrissant de paroles bienveillantes, de sourires et de patience ? Examinons quelques aspects spécifiques de la vie quotidienne, au-delà de l'intellect et des généralités.

Désirons-nous la *vérité* ? Alors, nous devons savoir que nous pouvons modifier l'avenir en changeant notre présent.

J'ai récemment ouvert un biscuit chinois sur lequel était écrit : « Mieux vaut ne pas voir une insulte que de la venger. » C'est un conseil que nous pouvons suivre. Pour prendre un autre exemple, une comptine de Mère l'Oye me vient à l'esprit :

*« Un vieux hibou sage était perché sur un chêne.
Plus il écoutait, moins il parlait. Moins il parlait, plus il écoutait.
Pourquoi ne pouvons-nous pas être comme ce vieil oiseau plein de sagesse ? »*

Voulons-nous nous conduire *avec droiture* ? Alors, nous devons être responsables, tenir nos promesses et cesser de colporter des ragots.

Faites-le avec amour

Carl Hirsch, professeur de céramique, est un fidèle qui comprend les qualités incarnées par l'EHV. Bien qu'il ne dispense pas de cours EHV au sens strict, on peut en percevoir l'essence même dans un article qu'il a rédigé, intitulé « *Teaching Clay—Taught by Clay* » (Enseigner l'argile — Apprendre de l'argile). Il y explique comment les étudiants en céramique apprennent le processus en « ... sentant qu'ils luttent contre l'argile, qui résiste à leurs intentions et à leurs désirs. Les étudiants découvrent que même si une technique leur a été enseignée, la mettre en pratique nécessite de nombreux efforts et de l'entraînement. C'est ainsi que l'on apprend la persévérance et l'endurance. » Il ajoute que nous devons apprendre à respecter les qualités de l'argile et que les échecs dans l'utilisation de ce matériau « ...sont considérés comme des étapes positives et nécessaires de l'apprentissage, et jamais comme des sources d'embarras. » Carl dit souvent à ses étudiants de « le faire avec amour » et « d'apprécier le processus ». « Le faire avec amour renvoie directement au savoir-faire artisanal, à la capacité d'accomplir quelque chose avec dignité, grâce et justesse, des qualités qui manquent tant dans notre société... » L'artisanat repose, dit-il, sur « ...la confiance en sa propre capacité à mener à bien une tâche donnée. »

Voulons-nous la **paix** ? Lors d'un récent entretien, Baba a demandé à un groupe d'entre nous : « Qui suis-je ? » Il a poursuivi en nous rappelant : « Vous êtes le maître, pas le serviteur. Ne soyez pas l'esclave de vos sens. Soyez le maître. » En désignant les objets dans la pièce, Il a dit : « Ma table, ma propriété, ma chaise, mon corps. Non, non, ce n'est pas à moi ! Ça va et ça vient, ça va et ça vient. » Nous ne trouverons pas la paix tant que nous n'aurons pas compris cela. Quand la vie nous tend un citron, que pouvons-nous faire ? Nous pouvons en faire de la limonade. La paix doit être à la fois extérieure et intérieure.

En chinois, le mot « crise » a deux significations : danger et opportunité. Pussions-nous affronter nos crises et les considérer comme des occasions d'apprendre.

Désirons-nous l'**amour** ? Que dire de l'amour, si ce n'est que nous devons nous rappeler de penser à Baba, nous souvenir de ce qu'Il dit à chacun de nous : « Je prendrai soin de toi. Je te bénis. » Imaginez Baba alors qu'Il marche sur le sable de Prasān̄thi Nilayam, semblant planer au-dessus de nous tous. Pourtant, Il transperce le cœur de chacun d'entre nous. Nous L'invoquons avec nos soucis et nos problèmes, avec amour, avec peur et déception, avec nos questions et parfois avec ressentiment. Pourtant, Il nous aime. Pensez à Swāmi chaque jour, car c'est la seule façon que je connaisse vraiment pour trouver l'amour. C'est peut-être ainsi que je peux me tourner vers le monde avec amour.

Voulons-nous la **non-violence** ? Alors, nous devons cultiver une plus grande conscience de nous-mêmes. Nous devons être plus attentifs à notre réaction face aux insultes, aux menaces, aux désaccords. Tout comme les rois envoyaient des hérauts avant leurs visites, nous envoyons constamment des messages – sous forme concrète, par le biais de lettres, d'appels téléphoniques et de conversations. Mais aussi, et peut-être avec des conséquences plus dévastatrices, à travers nos pensées. Quel genre de messages envoyons-nous chaque jour avec notre mental ?

La non-violence signifie aussi cesser de jeter des emballages de bonbons, des mouchoirs ou le chiffon sale du lavage de la voiture dans la rue. Cela signifie cesser de gaspiller de la nourriture et de gaver notre mental de violences télévisées.

3HV : L'amour en action

Ce ne sont peut-être que de petits tremplins, mais de petits tremplins peuvent nous faire traverser l'océan de la vie et empêcher les eaux turbulentes de nous entraîner vers le bas.

Baba a expliqué au Dr Goldstein que l'EHV est en réalité 3HV. (Ici encore, la magie se manifeste dans la façon dont Swāmi utilise les mots.) **3HV** : *head, heart, hands* - tête, cœur, mains. Baba dit que toute information est perçue par nos sens puis passe par notre mental. Il dit que nous ne devons pas agir impulsivement sous l'emprise du mental. Au contraire, nous devons prendre nos pensées, nos désirs et nos décisions et les filtrer à travers notre cœur. Alors, c'est avec amour que nous passerons à l'action. Voilà ce qu'est l'EHV pour nous tous : depuis la tête, en passant par le cœur, jusqu'aux mains.

La trousse de premiers secours de Baba

Permettez-moi de conclure avec le conseil que Baba a donné un jour à un fidèle. Il lui a recommandé de toujours avoir sur lui une trousse de premiers secours. « *Emportez-y quelques comprimés de discernement et de détachement, une once ou deux de maîtrise de soi, un sachet d'amour, un pansement de force d'âme. Ce n'est qu'ainsi que vous pourrez apporter efficacement les premiers soins aux personnes souffrant d'une crise d'ego, d'un accès d'avidité, d'une vision faussée ou d'une allergie au service d'autrui.* »

J'aime à considérer cela comme une trousse EHV. Le discernement et le détachement : une partie de la **vérité**. L'**action juste** grâce à la force d'âme, le contrôle des sens apportant la **paix**, un paquet d'**amour** et enfin, le service aux autres : la **non-violence**.

Commençons tous à emporter la trousse de premiers secours de Swāmi et découvrons notre véritable nature : **Being-Awareness-Bliss-Ātma** (Être, Conscience, Félicité, Ātma), B-A-B-A, BABA.

~Bea Flaig, New York, États-Unis

COMMENT J'AI GÉRÉ MON HUMEUR

Par le Dr Ben Carson

(Archives de *Heart2Heart* de septembre 2009,
le journal en ligne des auditeurs de Radio Sai)

J'étais en troisième quand l'impensable s'est produit. J'ai perdu le contrôle et essayé de poignarder un ami. Bob et moi écoutions un transistor lorsqu'il a changé de station. « Tu appelles ça de la musique ? » a-t-il demandé. « C'est mieux que ce que tu aimes », ai-je crié en attrapant le bouton.



« Allez, Carson. Tu es toujours... » À cet instant, une colère aveugle – une colère malade – s'est emparée de moi. Attrapant le couteau de camping que je portais dans ma poche arrière, je l'ai brusquement ouvert et me suis jeté sur le garçon qui avait été mon ami. De toute la force de mes jeunes muscles, je lui ai planté le couteau dans le ventre. Il a heurté sa lourde boucle de ceinture avec une telle force que la lame s'est brisée et est tombée au sol. J'ai fixé la lame brisée et me suis senti défaillir. J'avais failli le tuer. J'avais failli tuer mon ami. Si la boucle ne l'avait pas protégé, Bob serait étendu à mes pieds, mourant ou grièvement blessé. Il n'a rien dit, se contentant de me regarder, incrédule. « Je... je suis désolé », ai-je murmuré en lâchant le manche. Je ne pouvais pas le regarder dans les yeux.

Sans un mot, je me suis retourné et j'ai couru chez moi. Heureusement, la maison était vide, car je ne supportais pas l'idée de voir qui que ce soit. J'ai couru jusqu'à la salle de bain où je pouvais être seul,

et j'ai verrouillé la porte. Puis je me suis affalé contre la baignoire, mes longues jambes tendues sur le linoléum, heurtant le lavabo. J'ai essayé de tuer Bob. J'ai essayé de tuer mon ami. J'avais beau fermer les yeux, je ne pouvais échapper à cette image : ma main, mon couteau, la boucle de ceinture, le couteau brisé. Et le visage de Bob !

« C'est dingue », ai-je fini par marmonner. « Je dois être fou. Les gens sains d'esprit n'essaient pas de tuer leurs amis. » Le bord de la baignoire était frais sous mes mains. J'ai porté mes mains à mon visage brûlant. « Je suis tellement doué à l'école, et puis je fais ça. » Je rêvais de devenir médecin depuis l'âge de 8 ans. Mais comment réaliser ce rêve avec un si mauvais caractère ? Quand j'étais en colère, je perdais le contrôle et je ne savais pas comment m'arrêter. Je ne réussirais jamais si je ne contrôlais pas mon humeur. Si seulement je pouvais faire quelque chose contre la rage qui brûlait en moi.

Deux heures passèrent. Le motif serpenté vert et marron qui ornait le linoléum tourbillonnait devant mes yeux. J'avais la nausée, j'étais dégoûté de moi-même et honteux. « Si je ne me débarrasse pas de ce caractère colérique », dis-je à voix haute, « je ne m'en sortirai pas. Si Bob n'avait pas porté cette grosse boucle, il serait probablement mort, et je serais en route pour la prison ou une maison de redressement. »

Un sentiment de détresse m'envahissait. Mon t-shirt trempé de sueur me collait au dos. La sueur coulait le long de mes aisselles et de mes flancs. Je me détestais, mais je ne pouvais pas m'en empêcher, et je me détestais donc encore plus. Du plus profond de mon esprit me vint une forte intuition : celle de prier. Ma mère m'avait appris à prier. Mes professeurs à l'école religieuse de Boston nous disaient souvent que Dieu nous aiderait si seulement nous le lui demandions. Pendant des semaines, des mois, j'avais essayé de contrôler ma colère, pensant pouvoir la gérer seul. Maintenant, dans cette petite salle de bain surchauffée, je savais la vérité. Je ne pouvais pas gérer ma colère seul.

J'avais l'impression que je ne pourrais plus jamais regarder qui que ce soit en face. Comment regarder ma mère dans les yeux ? Saurait-elle ? Comment pourrais-je revoir Bob un jour ? Comment pourrait-il ne pas me haïr ? Comment pourrait-il me faire confiance à nouveau ? **« Seigneur », ai-je murmuré, « Tu dois me débarrasser de ce tempérament colérique. Si Tu ne le fais pas, je ne m'en libérerai jamais. Je finirai par faire des choses bien pires que de tenter de poignarder l'un de mes meilleurs amis. »**

Déjà très intéressé par la psychologie (je lisais « *Psychology Today* » depuis un an), je savais que le tempérament était un trait de personnalité. La pensée dominante dans ce domaine soulignait la difficulté, voire l'impossibilité, de modifier les traits de personnalité. Aujourd'hui encore, certains experts estiment que le mieux que nous puissions faire est d'accepter nos limites et de nous y adapter...

Des larmes coulaient entre mes doigts. **« Seigneur, malgré ce que disent tous les experts, Tu peux me changer. Tu peux me libérer à jamais de ce trait de caractère destructeur. »** Je me suis essuyé le nez avec un morceau de papier toilette et l'ai laissé tomber par terre. **« Tu as promis que si nous venons à Toi et Te demandons quelque chose avec foi, Tu l'accompliras. Je crois que Tu peux changer cela en moi. »** Je me suis levé, regardant par l'étroite fenêtre, implorant toujours l'aide de Dieu. Je ne pouvais pas continuer à me haïr éternellement pour toutes les choses horribles que j'avais faites.

Je me suis affalé sur les toilettes, le mental envahi par des images glaçantes d'autres accès de colère. Je voyais ma colère, serrais les poings contre ma rage. Je ne servais à rien si je ne parvenais pas à changer. « Ma pauvre mère », me suis-je dit. « Elle croit en moi. Même elle ne sait pas à quel point je suis mauvais. » Le désespoir m'envahissait. **« Si tu ne fais pas ça pour moi, Seigneur, je n'ai nulle part où aller. »**

À un moment donné, je suis sorti de la salle de bain juste le temps de prendre une Bible. Je l'ai ouverte et ai commencé à lire le livre des Proverbes. J'ai immédiatement vu une série de versets sur les personnes colériques et la façon dont elles s'attirent des ennuis. C'est le verset 32 du chapitre 16 des Proverbes qui m'a le plus marqué : « Celui qui est lent à la colère vaut mieux qu'un héros, et celui qui domine son esprit vaut mieux que celui qui prend une ville. »

Mes lèvres remuaient sans un mot, tandis que je continuais à lire. J'avais l'impression que les versets avaient été écrits spécialement pour moi. Les paroles des Proverbes me condamnaient, mais elles me donnaient aussi de l'espoir. Au bout d'un moment, la paix a commencé à envahir mon mental. Mes mains ont cessé de trembler. Les larmes se sont tariées. **Pendant ces heures**



passées seul dans la salle de bain, quelque chose s'est produit en moi. Dieu a entendu mes profonds cris d'angoisse. Une sensation de légèreté m'a envahi, et j'ai su qu'un changement s'était opéré dans mon cœur. Je me sentais différent. J'étais différent.

Enfin, je me suis levé, j'ai posé la Bible sur le rebord de la baignoire et me suis dirigé vers le lavabo. Je me suis lavé le visage et les mains, puis j'ai arrangé mes vêtements. **Ensuite, je suis sorti de la salle de bain, transformé. « Mon tempérament ne me dominera plus jamais », me suis-je dit. « Plus jamais. Je suis libre. »**



Et depuis ce jour, depuis ces longues heures passées à lutter contre moi-même et à implorer l'aide de Dieu, je n'ai plus jamais eu de problème de colère. Cet après-midi-là, j'ai décidé de lire la Bible tous les jours. J'ai conservé cette habitude quotidienne et j'apprécie particulièrement le livre des Proverbes. Même aujourd'hui, dès que j'en ai l'occasion, je prends ma Bible et je la lis dès le réveil chaque matin.

Quand j'y repense, le miracle qui s'est produit est incroyable. Certains de mes amis, qui s'intéressent à la psychologie, insistent sur le fait que je suis encore susceptible de me mettre en colère. Ils ont peut-être raison, mais cela fait plus de vingt ans que j'ai vécu cette expérience, et je n'ai jamais eu de nouvelle crise, ni même eu de véritable difficulté à maîtriser ma colère.

Je suis capable de supporter des niveaux incroyables de stress et de moqueries. Par la grâce de Dieu, je n'ai toujours aucun mal à faire fi des choses désagréables et irritantes. Dieu m'a aidé à vaincre mon mauvais caractère, une fois pour toutes.

Pendant ces heures passées dans la salle de bain, j'ai également pris conscience que si les gens pouvaient me mettre en colère, ils pouvaient me contrôler. Pourquoi devrais-je donner à quelqu'un d'autre un tel pouvoir sur ma vie ?

- Extrait du livre « Gifted Hands », du Dr Ben Carson

Illustrations : Mme Lyn, Nouvelle-Zélande

Le Dr Benjamin Carson est mondialement connu pour ses avancées révolutionnaires en neurochirurgie, qui ont redonné espoir là où il n'y en avait plus. Dans « Gifted Hands », il raconte son parcours inspirant, depuis son enfance dans un quartier défavorisé de Détroit jusqu'à son poste de directeur du service de neurochirurgie pédiatrique des institutions médicales Johns Hopkins à l'âge de 33 ans.

Le Dr Carson a joué un rôle déterminant dans cette opération épique de 17 heures au cours de laquelle son équipe de 70 personnes a séparé des jumeaux siamois de 7 mois à l'hôpital Johns Hopkins. Sa foi profonde en Dieu et en la bonté fondamentale de l'humanité, sa passion pour la perfection et son amour pour ses patients, qui ont donné lieu à des miracles médicaux tout au long de son illustre carrière, font de lui bien plus qu'un simple chirurgien.

INFOS SAI FRANCE

ANNONCES IMPORTANTES



L'Organisation Sathya Sai France, composée de l'ensemble des Centres et Groupes qui y sont affiliés, informe qu'**elle se démarque de toute personne**, physique ou morale, membre ou non-membre de l'Organisation, qui utiliserait sous quelque forme que ce soit **le logo, le nom de Sathya Sai Baba** ou sa photo à des fins commerciales, thérapeutiques ou privées, et qu'elle n'entretient et n'entretiendra aucun rapport avec cette ou ces personnes.

L'Organisation Sathya Sai France rappelle à ses lecteurs que Bhagavān Srī Sathya Sai Baba a clairement et régulièrement déclaré que sa relation avec chaque personne est une relation de cœur à cœur et **qu'il n'a jamais désigné et ne désignera jamais aucun intermédiaire spirituel** entre Lui et qui que ce soit. Nous mettons en garde nos lecteurs contre toute personne qui prétendrait le contraire ou se dirait être une exception.

Nous rappelons également que Swāmi nous conjure d'avoir le moins possible affaire à l'argent, **de ne pas procéder à des récoltes de fonds et surtout de ne pas ternir le Nom de Sai en l'associant à des quêtes immorales ou suspectes**. Il nous incite à ne pas nous laisser entraîner par cupidité dans des actions qui pourraient être contraires au *dharmā*, c'est-à-dire contraires à la rectitude et même parfois à la légalité. **Il nous exhorte à respecter scrupuleusement les lois de notre pays et à vivre dans le respect des valeurs humaines, la limitation des désirs et la modération de nos besoins.**

ADRESSE DE PREMA

La revue Prema fait partie intégrante de l'Association *Éditions Sathya Sai France*.

Si vous souhaitez nous envoyer un courrier postal et que celui-ci ne concerne que la revue Prema, l'adresse est la même. Veuillez préciser en libellant votre adresse :

Éditions SATHYA SAI FRANCE
BP 80047
92202 NEUILLY SUR SEINE PDC1

Tél. : 01 74 63 76 83

Vous pouvez aussi nous écrire à l'adresse e-mail suivante :

revueprema@sathysaifrance.org

CENTRES ET GROUPES SAI EN FRANCE



CENTRES AFFILIÉS

- **Centre de Paris** – *Jour des réunions* : le 1^{er} ou le 2^e dimanche du mois de 9 h 00 à 13 h.
Lieu de réunion : **SALLE ALEMANA - 35 rue Jean Moulin - 94300 Vincennes - M^o Bérault – ligne 1** (contacter le secrétariat du CCSSSF pour confirmation du jour et connaître le programme de ces dimanches, et également pour vous informer sur le lieu et le programme des fêtes).

GROUPES AFFILIÉS

- **La Réunion** – *Jour des réunions* : les jeudis de 19 h 30 à 21 h 00 et tous les samedis matin de 9 h à 11 h.

Pour connaître le lieu de réunion d'un groupe constitué ou en formation, **n'hésitez pas à nous contacter au :**

COMITÉ DE COORDINATION SRI SATHYA SAI FRANCE (CCSSSF)
Tél. : 01 74 63 76 83 - E-mail : contact@sathyasainfrance.org

POINTS CONTACTS

Les groupes de **Besançon** et **Lyon** redeviennent des points contacts. Des points contacts existent dans plusieurs régions de France. Les fidèles isolés qui souhaitent rencontrer des personnes **en vue de créer ou recréer un groupe de l'Organisation Sathya Sai** dans leur région peuvent **nous contacter à l'adresse ci-dessus** pour nous donner leurs coordonnées. Nous les communiquerons au fidèle « Point Contact » le plus proche se trouvant sur notre liste.

CALENDRIER DES PROCHAINS ÉVÉNEMENTS

Tous les événements majeurs de la SSSIO ont lieu en ligne sur le site :

<https://www.sathyasai.org>.

La SSSIO organise des satsangs en ligne pour partager l'amour, le message et les œuvres de Swāmi avec tout le monde à travers la planète. Ces événements en ligne permettent de toucher des centaines de milliers de personnes.

EN FRANCE

À Paris :

Pour avoir les renseignements sur ces programmes, lieux et horaires, **n'hésitez pas à nous contacter au : 01 74 63 76 83**

AU NIVEAU INTERNATIONAL

Prochains programmes en ligne et en direct sur <https://www.sathyasai.org> :

- **Mercredi 29 juillet 2026 : Guru Pūrṇima**
- **Samedi 15 et dimanche 16 août 2026 : Global Akhanda Gāyatrī**

Pour chaque événement, vérifier les dates et regarder les horaires prévus (heures du Pacifique) sur le site de la SSSIO ci-dessus, et convertir en heures locales à l'aide des sites de conversion sur internet.

EN GRÈCE à Sai Prema près d'Athènes

- **Du 24 juillet au 12 août 2026 (15^e Camp de Sādhana européen)** sur le thème « **Connais-toi toi-même** ». Objectif : approfondir la pratique spirituelle, améliorer les échanges mutuels et trouver l'inspiration pour continuer à mettre en œuvre les enseignements de Sai dans la vie quotidienne. Le Dr Sunder Iyer, qui a eu l'incroyable chance de passer plus de 15 années transformatrices à l'ashram de Śrī Sathya Sai Baba, animera les séances de yoga pendant la journée, ainsi que les cercles d'étude et les ateliers. Contribution volontaire à payer sur place pour ce séjour (voyage non compris) : 35 € par jour pour l'hébergement et les repas, y compris les jours d'arrivée et de départ. **Inscription jusqu'au 30 juin 2026.**
- **Du 15 au 23 août 2026 (Camp européen Sai Family 2026)** sur le thème « **L'Amour est la clé** ». Le camp est destiné aux familles avec des enfants âgés de quelques mois à 13 ans. Le programme comprendra diverses activités telles que : ateliers, chant, danse, dessin, jeux, moments passés dans la nature, natation et bien plus encore. Contribution à payer sur place pour ce séjour (voyage non compris) : 350 €/adulte (gratuit jusqu'à 5 ans, 50 % de 5 à 13 ans). **Inscription jusqu'au 30 juin 2026.**



Pour tous renseignements complémentaires, prenez contact au :

01 74 63 76 83

ou encore par e-mail à l'adresse suivante :

contact@sathyasainfrance.org



SI VOUS VOUS RENDEZ À PRAŚĀNTHI NILAYAM...

Si vous souhaitez vous rendre à **Praśān̄thi Nilayam**, l'ashram de Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba à **Puttaparthi**, et que vous désirez faire ce pèlerinage en compagnie d'autres fidèles, **adressez-vous au siège** de :

L'Organisation Sri Sathya Sai Internationale - France

E-mail : contact@sathysaifrance.org

Tél. : 01 74 63 76 83

Les demandes seront répertoriées et vous serez mis(e) en rapport avec les personnes qui partent et auxquelles vous pourrez éventuellement vous joindre.

L'Organisation rappelle aux personnes désirant se rendre à l'Ashram de Praśān̄thi Nilayam qu'il leur sera demandé de remplir un formulaire d'enregistrement par le Bureau en charge de l'enregistrement des visiteurs/fidèles étrangers. Pour gagner du temps, vous pouvez le remplir à l'avance en le téléchargeant sur le site <https://www.prasanthinilayam.in/guidelines.php>.



CALENDRIER DES FÊTES DE 2026 À L'ASHRAM

- | | |
|--------------------------------|--|
| • 1 ^{er} janvier 2026 | - Jour de l'An |
| • 14 janvier 2026 | - Makara Sankrānti (Solstice d'hiver) |
| • 15 février 2026 | - Mahāśivarātri |
| • 19 mars 2026 | - Ugadi (Nouvel An telugu) |
| • 26 mars 2026 | - Śrī Rāma Navami |
| • 3 & 5 avril 2026 | - Good Friday (Vendredi saint) et Pâques |
| • 24 avril 2026 | - Śrī Sathya Sai Ārādhana Mahotsavam* |
| • 6 mai 2026 | - Jour d'Easwaramma |
| • 1 ^{er} mai 2026 | - Buddha Pūr̄nima |
| • 29 juillet 2026 | - Guru Pūr̄nima |
| • 26 août 2026 | - Onam |
| • 4 septembre 2026 | - Śrī Krishna Janmashtami |
| • 15 septembre 2026 | - Ganesh Chaturthi |
| • 20 octobre 2026 | - Vijaya Dashami (Dasara) |
| • 20 octobre 2026 | - Jour de déclaration de l'avatāra |
| • 8 novembre 2026 | - Dīpavālī (Festival des lumières) |
| • 19 novembre 2026 | - Lady's day (Journée des Femmes) |
| • 22 novembre 2026 | - Convocation de l'Université Śrī Sathya Sai |
| • 23 novembre 2026 | - Anniversaire de Bhagavān |
| • 25 décembre 2026 | - Noël |

Note : Certaines dates données ci-dessus ne sont qu'indicatives et peuvent être sujettes à changement.

* Anniversaire du Mahāsamādhi de Bhagavān

APPEL À COMPÉTENCES

L'Organisation Sri Sathya Sai France et les Éditions Sathya Sai France recherchent toujours des personnes pouvant aider de façon bénévole dans la fabrication de notre revue, de nos livres ou documents, et dans la dissémination du message de Swāmi en s'aidant des différents types de médias existants.

Ainsi, si vous avez des talents et de la disponibilité qui vous permettent :

- de monter un **site web**,
- de faire de la **comptabilité pour les Éditions**,
- de **traduire des documents de l'anglais en français**,
- de **corriger la forme et/ou le style après traduction**,
- d'effectuer des **misés en page**, si vous avez l'expérience de l'informatique et des talents de graphiste,
- d'utiliser les **réseaux sociaux** en tant qu'émetteurs/créateurs (et non seulement en tant que lecteur/transmetteur),
- etc.

prenez contact avec nous. Merci.

Pour toutes ces tâches, disposer d'un ordinateur est indispensable actuellement. Pouvoir échanger par e-mail, WhatsApp... l'est presque autant.



Si vous avez du temps libre, habitez Paris ou pouvez vous déplacer régulièrement, alors appelez-nous. Nos équipes ont besoin de renfort.

Par avance, nous vous en remercions.



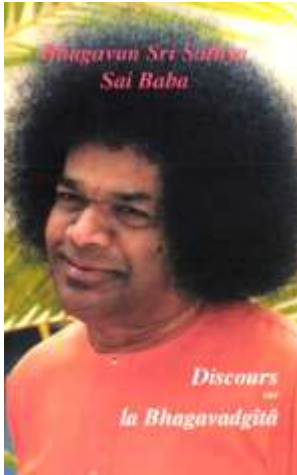
NOTE AUX TRADUCTEURS

Toute personne souhaitant traduire un livre ou un document en français est priée de prendre auparavant contact avec les Éditions Sathya Sai France qui coordonnent les traductions afin d'éviter qu'un texte soit traduit plusieurs fois. Les Éditions Sathya Sai communiqueront en outre aux intéressés les titres de livres ou les documents à traduire en priorité et les normes de traduction et de présentation à respecter.

RAPPELS – QUELQUES LIVRES

Discours sur la Bhagavadgītā

par Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba

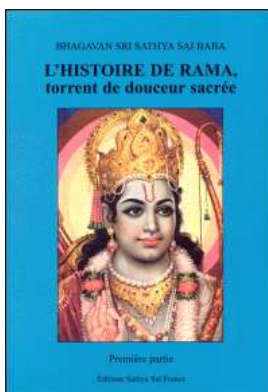


(393p.) Prix : 22 €

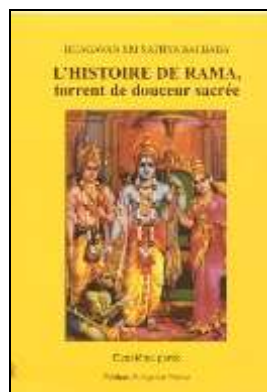
Bhagavadgītā signifie le « Chant du Seigneur ». Il s'agit là du noyau de la spiritualité indienne. Cet ouvrage sacré enseigne à l'homme la manière de vaincre ses pulsions inférieures et comment réaliser son potentiel comme être humain, c'est-à-dire la Connaissance du Soi, en tant qu'*Ātman* immortel, un avec Dieu.

En 1984, Sathya Sai Baba donna trente-quatre discours sur la *Bhagavadgītā*. Deux chapitres de la *Gītā* furent mis en évidence : le douzième, qui développe la voie de la dévotion, et le deuxième qui expose la voie de la sagesse et la voie de l'action. Chaque discours est complet en lui-même, mais tous s'interpénètrent et se renforcent. Le lecteur peut choisir d'entamer sa lecture là où il le décide.

**Dans la collection VĀHINĪ
de Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba**



Vol. 1 (272 p.)
Prix : 12,20 €



Vol. 2 (201 p.)
Prix : 12,20 €

**L'HISTOIRE DE RĀMA,
torrent de douceur sacrée
(*Rāmākatharasavāhinī*)**

par Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba

« Le *Rāmāyana* est un guide, un texte sacré, une écriture inspiratrice pour tous les Hommes, dans tous les pays, à tout moment, quelles que soient leurs croyances ou leurs conditions de vie. »

« L'âme, le mental, la connaissance, le désespoir, le discernement, le courage, l'illusion, les passions, l'ignorance, l'équilibre apparaissent chacun sous une forme différente, afin d'apprendre comment et par quels moyens ils peuvent être acquis ou maîtrisés. »

Sathya Sai Baba

20 € les 2 tomes

ÉDITIONS SATHYA SAI FRANCE
(Suite)

Dans la collection VĀHINĪ de Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba (Suite)



PREMA VĀHINĪ
Le courant d'Amour divin
(122 p.) **Prix : 10 €**



JÑĀNA VĀHINĪ
Courant de sagesse éternelle
(95 p.) **Prix : 9 €**



GĪTĀ VĀHINĪ
Le Poème divin
(264 p.) **Prix : 18 €**



SATHYA SAI VĀHINĪ
Message spirituel de
Sri Sathya Sai
(252 p.) **Prix : 15 €**



VIDYĀ VĀHINĪ
Courant d'éducation
spirituelle
(96 p.) **Prix : 9 €**



BHĀGAVATA VĀHINĪ
Histoire de la gloire du
Seigneur
(379 p.) **Prix : 20 €**



SŪTRA VĀHINĪ
Courant d'aphorismes
sur Brahman
(114 p.) **Prix : 10 €**

Pour consulter toutes les parutions des Éditions Sathya Sai France,
consultez le bon de commande ou rendez-vous sur le site :

<http://editions.sathyasaifrance.org>

Pour commander :

Éditions Sathya Sai France
BP 80047

92202 NEUILLY SUR SEINE PDC1
Tél. : 01 74 63 76 83

Éditions Sathya Sai France

BP 80047 - 92202 NEUILLY SUR SEINE PDC1 - Tél. : 01 74 63 76 83

BON DE COMMANDE N°146

Ouvrages	Quantité (A)	Poids unitaire en g (B)	Poids total en g (C)=(A)x(B)	Prix unitaire en Euro (D)	Prix total en Euro (E)=(A)x(D)
Discours sur la Bhagavadgītā (Sathya Sai Baba)		600		22,00	
Le Mantra de la <i>Gāyatrī</i> (livret)		60		3,10	
Cours d'été à Brindāvan 1991 (Discours sur les <i>Upanidhad</i>)		300		13,00	
Cours d'été à Brindāvan 1995 (Discours sur le <i>Srīmadbhāgavatam</i>)		290		19,50	
Le mental et ses mystères (Sathya Sai Baba)		170		11,00	
L'histoire de Rama - vol. 1 (Sathya Sai Baba) – <i>Rāmākatharasavāhinī</i>		540		12,20	20,00
L'histoire de Rama - vol. 2 (Sathya Sai Baba) – <i>Rāmākatharasavāhinī</i>		410		12,20	
<i>Gūā Vāhinī</i> (Sathya Sai Baba)		400		18,00	
<i>Prema Vāhinī</i> – Le Courant d'Amour divin (Sathya Sai Baba)		140		10,00	
<i>Bhāgavata Vāhinī</i> – Histoire de la gloire du Seigneur (Sathya Sai Baba)		440		20,00	
<i>Jñāna Vāhinī</i> – Courant de sagesse éternelle (Sathya Sai Baba)		140		9,00	
<i>Sathya Sai Vāhinī</i> – Message spirituel de Sri Sathya Sai		300		15,00	
<i>Vidyā Vāhinī</i> – Courant d'éducation spirituelle (Sathya Sai Baba)		140		9,00	
<i>Sūra Vāhinī</i> (Sathya Sai Baba)		140		10,00	
Sathya Sai Nous Parle – Vol. 29		650		23,50	
Sathya Sai Nous Parle – Vol. 30		500		21,00	
<i>Enseignements de Sai Baba sur « Le vol direct vers la Divinité »</i>		230		12,00	
Conversation entre Dieu et l'Homme (G. Venkataraman)		450		14,00	
L'Amour de Dieu - L'incroyable témoignage... (Prof. Kasturi)		650		23,50	
Easwaramma, la Mère choisie (Prof. Kasturi)		350		18,00	
Médecine Inspirée (Influence de Sathya Sai dans la pratique de la médecine)		410		21,00	
La dynamique parentale (P.et T. Dhall)		430			<i>Épuisé</i>
1008 BHAJANS Mantras ~ Prières		1050		11,00	
<i>Rudra Tatva</i> (traduction mot à mot accompagnée du sens global)		330		2,50	
<i>Mahavakya</i> de Sai Baba sur le leadership (Dr. M. L. Chibber)		350		12,20	
En quête du Divin (J. Hislop)		350		12,20	
Mon Baba et moi (J. Hislop)		600		13,00	
SAI BABA - Source de Lumière, d'Amour et de Béatitude		290		18,00	
Brève autobiographie d'un fidèle (Victor Kanu)		300		2,00	
La méditation So-Ham		60			<i>Épuisé</i>
CD					
<i>Prayers for Daily Chanting</i> (CD)		100		5,00	
Méditation sur la Lumière et Méditation de Purification – (CD)		80		7,00	
Prasanthi Mandir Bhajans (Vol.1) – (CD)		110		5,00	
Prasanthi Mandir Bhajans (Vol.2) – (CD)		110		5,00	
Prasanthi Mandir Bhajans (Vol.7- Ganesh) – (CD)		80		5,00	
Baba sings N°2 – CD		80			<i>Épuisé</i>
Baba sings N°3 (= Embodiment of Love - n°2) - CD		80		5,00	
Baba enseigne le Mantra de la <i>Gāyatrī</i> – (CD)		110			<i>Épuisé</i>
DVD - VCD					
<i>Love Flows North</i> - Baba au Nord de l'Inde en 1973 (DVD)		100		5,00	
<i>Echoes from Brindavan – Madhuvanasantari</i> (DVD)		100		5,00	
<i>Sing Along – Vol.2</i> (DVD)		100		5,00	
<i>Sing Along – Vol.3</i> (DVD)		100		5,00	
Soigner avec Amour – (DVD doublé en français)		120		5,00	
Spiritual Blossoms (Vol.1) <i>Video Bhajans</i> (VCD)		110		5,00	
Spiritual Blossoms (Vol.2) <i>Video Bhajans</i> (VCD)		110		5,00	
Spiritual Blossoms (Vol.3) <i>Video Bhajans</i> (VCD)		80		5,00	
Sri Sathya Sai Baba – Son Œuvre – (DVD doublé en français)		120		7,00	
Imagine – DVD (<i>Video Bhajans</i>)		110		5,00	

Remarque : Le poids des articles tient compte d'une quote-part pour l'emballage

	↓		↓
Poids total des articles commandés :	(G)= g	des articles commandés :	Prix total (F)= €
Prix de l'affranchissement (selon grille d'affranchissement au verso) :	(H)= €	Voir au dos	↓
TOTAL GENERAL :	(K)=(F)+(H)= €		

Éditions Sathya Sai France

BP 80047 - 92202 NEUILLY SUR SEINE PDC1 - Tél. : 01 74 63 76 83

Le paiement doit obligatoirement être joint à la commande.

- Le règlement se fait par chèque bancaire, chèque postal, mandat lettre ou mandat international à l'ordre de « Editions Sathya Sai France ».
- Les eurochèques ne sont pas acceptés ; les chèques sont tirés sur des banques françaises uniquement.
- En cas d'erreur de calcul ou d'affranchissement, votre commande et votre paiement vous seront retournés pour rectification
- N'oubliez pas de remplir vos coordonnées.
- Retournez votre bon de commande et votre règlement à : **Éditions Sathya Sai France - BP 80047 – 92202 NEUILLY SUR SEINE PDC1**

Nom et Prénom :
 Adresse :
 Code postal : Ville : Pays :
 Tél.: E-mail :

GRILLE D'AFFRANCHISSEMENT

France métropolitaine Lettre éco et colis colissimo		Outre-mer Zone 1 Guadeloupe Martinique		Outre-mer Zone 2 Nouvelle Calédonie		Zone A Union Européenne, Suisse.		Zone B Europe de l'Est (hors U.E.), Norvège et Maghreb		Zone C Afrique, Canada, États-Unis, Proche et Moyen-Orient...	
Poids Jusqu'à	Prix	Poids jusqu'à	Prix	Poids jusqu'à	Prix	Poids jusqu'à	Prix	Poids jusqu'à	Prix	Poids jusqu'à	Prix
100 g	4,50 €	250 g	10,00 €	250 g	14,00 €	500 g	16,00 €	500 g	25,00 €	500 g	36,50 €
250 g	6,50 €	500 g	13,50 €	500 g	14,00 €	1 kg	20,50 €	1 kg	29,50 €	1 kg	40,50 €
500 g	8,50 €	1 kg	21,00 €	1 kg	21,00 €	2 kg	23,50 €	2 kg	32,50 €	2 kg	55,50 €
1 kg	10,50 €	2 kg	28,00 €	2 kg	36,00 €	2 à 5 kg	30,00 €	2 à 5 kg	42,00 €	2 à 5 kg	80,50 €
2 kg	12,50 €	2 à 5 kg	41,00 €	2 à 5 kg	58,00 €	5 à 10kg	49,00 €	5 à 10 kg	68,00 €	5 à 10kg	151,00 €
2 à 5 kg	19,50 €	5 à 10kg	65,00 €	5 à 10kg	112,00 €						

Prix de l'affranchissement correspondant au lieu de destination et au poids du colis : (H)= €

Exemple : pour un colis de 1 800 g à destination du Canada, le prix est de 55,50 €

Remarque : Les frais d'affranchissement sont modifiés en fonction des tarifs de la Poste

A reporter au verso

Rappel – Livres

Discours sur la Bhagavadgītā

Par Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba

Bhagavadgītā signifie le « Chant du Seigneur ». Il s'agit là du noyau de la spiritualité indienne. Cet ouvrage sacré enseigne à l'homme la manière de vaincre ses pulsions inférieures et comment réaliser son potentiel comme être humain, c'est-à-dire la Connaissance du Soi, en tant qu'*Ātman* immortel, un avec Dieu.

En 1984, Sathya Sai Baba donna trente-quatre discours sur la *Bhagavadgītā*. Deux chapitres de la *Gītā* furent mis en évidence : le douzième, qui développe la voie de la dévotion, et le deuxième qui expose la voie de la sagesse et la voie de l'action. Chaque discours est complet en lui-même, mais tous s'interpénètrent et se renforcent. Le lecteur peut choisir d'entamer sa lecture là où il le décide.

Livre (393p.) – 22,00 €

Quelques livres de la série VĀHINĪ

de Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba

Rédigés de la main même de Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba, tous les livres de cette série *Vāhinī* sont un véritable trésor de connaissance spirituelle et répondent de façon très claire aux besoins de tous les chercheurs spirituels. Le tout premier *Vāhinī* (ruisseau) qui coula de Sa plume pour féconder l'esprit de l'homme fut le livre :

• **PREMA VĀHINĪ – Courant d'Amour divin** Livre – 10,00 €

suivi d'une quinzaine d'autres, dont quelques-uns disponibles aux Éditions Sathya Sai France :

• **L'HISTOIRE DE RĀMA – Torrent de douceur sacrée** (*Rāmākatharasavāhinī*) Les 2 tomes – 20,00 €

• **GĪTĀ VĀHINĪ – Le poème divin** Livre – 18,00 €

• **SATHYA SAI VĀHINĪ – Message spirituel** Livre – 15,00 €

• **VIDYĀ VĀHINĪ – Courant d'Éducation spirituelle** Livre – 9,00 €

• **SUTRĀ VĀHINĪ – Courant d'aphorismes sur Brahman** Livre – 10,00 €

• **JÑĀNA VĀHINĪ – Courant de sagesse spirituelle** Livre – 9,00 €

• **BHĀGAVATA VĀHINĪ – Histoire de la Gloire du Seigneur** Livre – 20,00 €

Les Neuf points du Code de Conduite et les Dix Principes

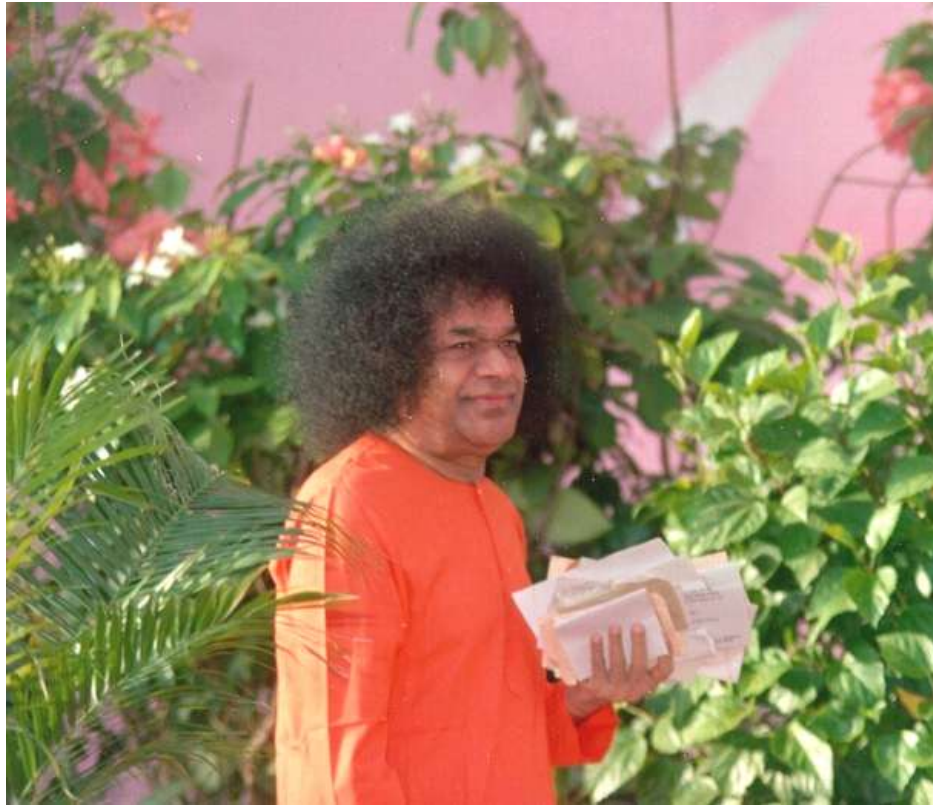
Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba, en implantant le mouvement Sai partout dans le monde sur des bases solides, avec des Principes Universels établis tels que la Vérité, la Droiture, la Paix, l'Amour et la Non-violence, a également donné les Neuf Points du Code de Conduite comme principes directeurs pour le développement spirituel et personnel de chaque fidèle. Il est attendu des membres des Centres et de tous les fidèles qu'ils fassent de leur mieux pour pratiquer les Neufs points du Code de Conduite et les Dix Principes afin d'être des exemples des enseignements de Sathya Sai Baba

Les Neuf Points du Code de Conduite :

1. Méditation et prière journalière.
2. Prières ou chants dévotionnels une fois par semaine avec les membres de la famille.
3. Participer aux programmes d'Éducation Spirituelle Sai organisés par le Centre pour les enfants des fidèles Sai.
4. Participer au travail communautaire et aux autres programmes de l'Organisation Sai.
5. Participer, au moins une fois par mois, aux chants dévotionnels en groupe organisés par le Centre.
6. Étudier régulièrement la littérature Sai.
7. Parler doucement et avec amour à tout le monde.
8. Ne pas dire du mal d'autrui, surtout en leur absence.
9. Mettre en pratique le programme de « limitation des désirs » et utiliser ce qui a été ainsi économisé au service de l'humanité.

Les Dix Principes :

1. Aimer et servez votre patrie. Ne haïssez ni ne faites de mal à la patrie d'autres hommes.
2. Honorez toutes les religions ; chacune d'elles est un chemin qui conduit à l'unique Divinité.
3. Aimez tous les hommes, sans distinction d'origine, de race ou de religion. Sachez que l'humanité est une seule et même communauté.
4. Gardez votre maison propre, de même que ses alentours. Cela vous procurera santé et bonheur, tant à vous-mêmes qu'à la société.
5. Ne donnez pas d'argent aux mendiants qui demandent l'aumône. Aidez-les à prendre confiance en eux ; procurez-leur de la nourriture et un abri, de l'amour et des soins pour ceux qui sont malades et âgés.
6. Ne tentez pas les autres en essayant de les corrompre et ne vous laissez pas corrompre vous-mêmes.
7. Ne développez ni jalousie, ni haine, ni envie.
8. Ne comptez pas sur les autres pour satisfaire vos besoins personnels ; devenez votre propre serviteur avant de vouloir servir les autres.
9. Observez les lois de votre pays et soyez un citoyen exemplaire.
10. Adorez le Divin et ayez le péché en horreur.



Le monde d'aujourd'hui est en proie à des problèmes redoutables et à une peur qui se propage rapidement : la peur de la guerre, de la famine et des terroristes démoniaques ; les conflits raciaux, religieux et régionaux ; les difficultés liées à la relance économique et à la survie ; l'indiscipline des étudiants ; les affrontements confessionnels ; la frénésie et le fanatisme ; la soif de pouvoir et l'égoïsme extrême. Le seul remède à cette peur rampante est une attitude de *vairāgya* (détachement).

Lorsque l'on est attaché au complexe corps-mental et à la limitation du « je » et du « mien », la peur est inévitable. La conscience advaïtiste, selon laquelle ce dont nous sommes témoins n'est qu'une surimposition de notre propre mental sur la réalité, est le meilleur remède ; et le service est la *sādhana* la plus efficace. Nos actes révèlent nos motivations ; nos motivations façonnent nos habitudes ; nos habitudes déterminent notre caractère ; notre caractère détermine notre destin.

SATHYA SAI BABA
(Discours du 21 novembre 1985)