

# Le chemin spirituel

La vie est comparable à un film dont le scénario est déjà écrit. Selon les choix pris aux différentes étapes de notre existence nous pouvons adoucir ou au contraire alourdir l'histoire. Là est notre responsabilité.

On pourrait dire que, dès notre naissance, nous sommes en voyage où, chemin faisant – la vie – différentes routes se présentent à nous. Arrivés à destination – la mort physique – notre comportement dans nos actions durant le trajet déterminera notre prix à payer (*karma*).

Le corps physique – la voiture – auquel nous nous sommes identifiés est le véhicule de l'âme. Le conducteur, l'*ego*, pense qu'il est l'acteur principal du film de la vie alors qu'en réalité il doit être remplacé par le Soi et en devenir le spectateur.

Tout au long du parcours, divers véhicules, acteurs complémentaires (famille, amis etc...) nous accompagnent ou nous quittent librement pour prendre une autre direction ; bien qu'ils n'aient pas la maîtrise du véhicule, ils peuvent influencer le conducteur dans certains de ses choix, enrichissant ainsi le voyage.

D'autre part, sur la route (*dharma*) nous pouvons percuter des obstacles : ils représentent les épreuves (*karma*) que la vie ne nous épargne pas. Ce sont les décisions prises antérieurement en ignorant par habitude notre voix intérieure, qui en sont principalement la cause.

Une fois que la voiture a pris le départ, la distance parcourue devient le passé. Le conducteur, afin d'éviter les obstacles, se projette vers l'avant, donnant naissance au futur. En vérité, il s'agit juste de vivre en se concentrant sur le moment présent. La destination n'est pas importante, c'est la qualité spirituelle du parcours qui compte.

A quoi aspire l'être humain sur cette terre ? Au bonheur ! La majorité s'évertue à le trouver dans la vie du monde et alors, par une fausse identification au corps-mental, l'homme est en partie déconnecté de sa vie intérieure.

Pourtant, certains vont se poser des questions : Pourquoi sommes-nous nés ? Pourquoi vivons-nous ? D'où venons-nous ? Que se passera-t-il après la mort ? Que signifie notre présence sur cette terre ? Pourquoi souffre-t-on ? Que fait Dieu face à cette souffrance ? Il n'y a ni âge, ni sexe, ni couleur de peau, ni religion pour ces questionnements.

On nous a peu enseigné les éléments pouvant donner des réponses à ces questions. Les idéologies et les dogmes des religions ne nous sont pas très utiles dans cette quête. Quant à la science actuelle, elle est appelée à évoluer et ne peut donc nous offrir d'explications définitives.

La Déclaration universelle des droits de l'homme des Nations Unies dit que tous les êtres humains naissent libres et égaux en droits. C'est peut-être vrai sur le plan phénoménal, que l'être humain appelle existence, mais sur le plan nouménal ou plan Divin, cette notion est contestable étant donné la loi de causalité appelée *karma* en sanskrit. Sur terre, l'homme est le seul à faire preuve de discernement entre le bien et le mal, il est aussi le seul à pouvoir renouer le contact avec le Soi (*Âtman*) lorsqu'il s'en donne la peine.

Depuis plusieurs millénaires, les réponses ont été apportées à ceux qui se sont évertués à les chercher au plus profond d'eux-mêmes. En Orient et aussi en Occident, des Prophètes et des Avatars furent envoyés par la Conscience Eternelle pour aider l'humanité. Où est passée la Lumière de leurs enseignements ? Qu'en a-t-on fait ?

Comment en vient-on à désirer un véritable changement ? En ayant surtout une réelle aspiration à réaliser l'Absolu !

Bien sûr, le hasard, une certaine curiosité, l'éducation, peuvent nous amener à connaître l'existence d'un monde spirituel. Cela ne va jamais très loin. Cependant, lors d'une épreuve qui nous anéantira, par exemple une grande souffrance telle que la perte d'un être cher, ou tout simplement la quête d'un mieux-être, nous saurons alors qu'une voie existe, susceptible de nous sortir de notre détresse.

Chacun de nous pense au Divin selon son propre degré de maturité spirituelle, la vraie voie passe par un cheminement intérieur personnel de transformation.

Pour se libérer de l'emprise de l'*ego* dominateur, cette recherche ne peut être entreprise qu'avec une discipline qui permet la liberté de pensée, de parole et d'action, au-delà de tout dogme.

Une véritable alchimie s'opère alors à l'intérieur du pèlerin. Le vrai héros est celui qui sait lutter et détruire ses propres démons pour mourir à lui-même par la réalisation du Soi et devenir un Libéré vivant (*Jīvanmukta*).

Bien qu'il puisse être vécu collectivement, ce travail individuel de transformation, très ardu, peut prendre plusieurs vies. C'est ce que nous appelons « la recherche spirituelle » ou « la voie intérieure » ou encore « le chemin spirituel », et en sanskrit « la *sâdhanâ* ».

Le devoir du chercheur est de faire sa propre expérience. La société est un excellent endroit pour progresser. En effet, il est inutile de se couper du monde et de sa famille pour pouvoir vivre sa vie intérieure puisque tous les éléments extérieurs sont des aides pour sa pratique au quotidien.

Le détachement à l'égard des futilités mondaines, des plaisirs des sens, en particulier des désirs et des passions, conduira l'être humain à se poser de vraies questions sur le but de la vie ainsi que sur les mystères de l'Être. Il cherchera à comprendre ce qui se cache derrière les apparences. Alors commencera un long travail intérieur de réflexion et de mûrissement qui le fera progresser en fonction de son ardeur à entreprendre le chemin vers la Connaissance. D'immenses trésors sont à découvrir au travers de ce travail. Le chercheur cheminera au milieu des épreuves et des sacrifices. Sa capacité à endurer la souffrance l'amènera le plus loin possible sur la voie. Il en sortira purifié mentalement ainsi qu'émotionnellement et, recevant avec reconnaissance les enseignements que ces épreuves lui auront apportés, il verra en elles la main même du Divin.

Par contre, l'homme sans foi ou pétri de doutes, ne se remettra nullement en question et accusera volontiers Dieu ou autrui de ce qui lui arrive.

Ce n'est ni notre propre volonté, ni notre opiniâtreté qui nous feront progresser le mieux, mais bien notre détermination à nous abandonner aux pieds du Divin. Sans cette foi, notre chemin vers le Soi risque d'être long et périlleux. Cependant, pour celui qui renonce à lui-même, la route sera beaucoup plus rapide et pleine de grâce.

Mais toute chose a un prix. La voie n'échappe pas à cette règle. Non négociable, ce prix ne se chiffrera pas en euros : il n'est pas autre chose que l'abandon de l'*ego*.

La Vérité est Une mais les chemins sont multiples. Pour La recevoir, il faut libérer de l'espace en soi.

Quelle est réellement ma voie ? Quels sont les moyens et les outils pour accéder à cette transformation ? Il existe plusieurs chemins spirituels authentiques, tous conduisant à la Vérité ultime. Mais un seul conviendra à chacun de nous pour nous amener à la révélation de notre Essence (le Soi). C'est pourquoi le chercheur doit admettre que d'autres voies spirituelles mènent au Divin, et il devra garder une attitude respectueuse envers toutes les traditions.

L'un des chemins qui a fait ses preuves est la pratique des *yoga*, en tant qu'union avec le Divin. Pourquoi donc le pèlerin s'impose-t-il cette discipline spirituelle ? Sans doute cherche-t-il là un moyen de recouvrer la sérénité, liberté intérieure fondamentale, enfermée qu'il est dans ses souffrances. Le *yoga* permet en effet de se purifier et ainsi de se délivrer des chaînes inhérentes à la nature humaine qui font que l'homme s'asservit lui-même et ne peut donc être heureux.

Finalement, toutes les pratiques authentiques qui conduisent au bonheur se résument à s'affranchir de l'*ego*. En effet, ce petit moi dictatorial qui nous sert à évoluer dans ce monde manifesté vit dans l'illusion (*maya*) et s'identifie totalement au corps/mental. La vie se limite alors à une lutte incessante dans la dualité, comme bonheur/malheur, plaisir/déplaisir etc...

En transformant les aspects négatifs de leur personnalité par l'élimination du mensonge, de la méchanceté, de la violence, de l'hypocrisie, de la jalousie, de l'avidité, de la frénésie, de l'insatiabilité, etc... les pèlerins, qu'ils vivent ou non en société, ne veulent plus être sous la domination de cet *ego*.

Quand ce long travail est achevé et que le mental est purifié, les qualités naturelles – l'Amour, la Compassion, la Paix et la Joie – se manifestent. Les chercheurs retrouvent alors leur propre nature qui est le Soi, c'est à dire la Conscience Eternelle.



Extrait du livre « S'élever par l'effort... Itinéraire d'un deux fois né »

de Swami Pramod Chetan Udasin.

God's Grace Kutir Quartier Pé de Lacassagne 65150 BIZE – France –

<http://www.spiritualiteetyoga.com>