La véritable intériorité

Partage international n° 394 – Juin 2021

Tous les changements qui se produisent actuellement dans le monde provoquent une prise de conscience chez les individus, qui ont décidé qu'ils en avaient assez, qu'ils avaient le droit d'être libres et de profiter de la vie. Ils n'acceptent plus d'être conditionnés par la politique, la religion ou le mercantilisme. Nous devons mener une vie équilibrée, en étant conscients de la présence du Soi dans le cœur. *[Les lois de la vie* (Maitreya)]

On peut servir le monde de bien des façons. Vous pouvez servir, sinon activement, du moins par votre sérénité. Si votre être tend vers la sérénité et la solitude, prenez-le comme le meilleur. Ne le regrettez pas. Seule une petite minorité peut jouir de la sérénité et rester tranquille. Dieu l'a voulu ainsi. Sinon, comment le monde pourrait-il fonctionner ? Si l'immobilité est votre destin, osez l'être. [Sathya Saï Baba, extrait de *Le service ne connaît pas de repos, SI,* juin 1985].

Préalablement à tout changement dans la conscience humaine il y a une pause, un moment de silence permettant de réévaluer les réalisations du passé et, si elles laissent à désirer, de les éliminer. Ainsi en est-il aujourd'hui : l'homme évalue ce qu'il est judicieux et nécessaire de préserver pour un usage futur, et ce qu'il peut laisser derrière lui à la lumière des progrès de sa conscience et de sa vision du monde. S'il était livré à lui-même, cette période risquerait d'être des plus prolongées. Beaucoup d'expériences lui seraient nécessaires, et nombreuses seraient les erreurs possibles avant qu'il ne trouve le bon chemin et ne prenne les bonnes décisions.
Désormais il peut, si tel est son choix, tirer profit de l'expérience et de l'aide que nous, ses Frères aînés, mettons à sa disposition pour l'épauler et l'inspirer quand il fera appel à nous. *[Avancer sur le chemin* (Maître –)]

Plus l'esprit est silencieux, plus la paix et le bonheur sont grands. Et avec cette paix et ce bonheur vient l'expérience de cette connaissance que nous ne pouvons pas acheter avec de l'argent, cette connaissance que nous ne pouvons pas conquérir avec des armes. Cette connaissance ne vient qu'en pratiquant *sadhana* [méditation]. Tel est le message de la Bhagavad Gita pour notre vie quotidienne. Lorsque nous nous souvenons du Seigneur après nous être levés le matin, en nous asseyant silencieusement dans un esprit de tranquillité, de relaxation et de méditation, nous atteignons un calme intérieur grâce auquel le bonheur, la joie et la compréhension se développent. [Swami Nirliptananda, extrait de *La culture du Soi, SI,* avril 2000]

Nous avons tous besoin d'un « espace intérieur » dans lequel personne ne nous dirige, ne nous dit où aller ni quoi faire. Ce n'est qu'à l'intérieur de cet « espace » que l'on peut se détacher de cette énergie. Personne ne peut vous diriger. Vous êtes né pour devenir conscient de vous-même, pour reconnaître le Maître en vous. Votre espace intérieur est sacré. C'est le lieu où tous les problèmes se dissipent. C'est le lieu où vous vous rendez lorsque vous dites aux autres que vous êtes fatigué, effrayé, que vous en avez « ras le bol », lorsque vous désirez être seul pour trouver votre propre espace. *« Cet espace vous a été donné afin que la confusion et le chaos qui vous entourent se dissipent. Vous ne devez jamais livrer cet espace à quiconque, à l'exception de votre vrai Soi. La méditation est en fait un voyage de retour vers cet espace intérieur qui permet de trouver la paix et le bonheur. » [Les lois de la vie* (Maitreya)]

Selon Maitreya, qui sommes-nous et d'où venons-nous ?
Maitreya affirme que seul le Soi importe. Nous sommes ce Soi, un Être immortel, et nos difficultés, nos souffrances proviennent du fait que nous nous identifions à ce qui n'est pas le Soi. Son enseignement est très simple, très subtil, et, je crois, difficile à mettre en œuvre, sinon nous le mettrions tous en pratique. Il dit : *« Posez-vous la question : « Qui suis-je ? » »* Vous vous apercevrez que vous vous identifiez avec votre corps physique, ses besoins et ses désirs. Si tel est le cas, vous ne faites pas l'expérience de qui vous êtes, mais vous faites l'expérience de ce corps, avec ses douleurs, ses souffrances et ses désirs – mais ce n'est pas vous. Sinon, vous vous identifiez avec vos sensations, vos émotions – vos joies, vos peurs, etc. Rien de tout cela n'est vous-même. Enfin, vous vous identifiez peut-être avec les constructions de votre mental, vos croyances, vos idéologies, votre mémoire. Cela n'est pas non plus l'identification avec le Soi, mais

simplement avec un véhicule utilisé par le Soi pour se manifester sur ce plan.
Nous devons prendre conscience de qui nous sommes. Quand nous découvrons qui nous sommes, nous prenons conscience que nous sommes le Soi. Ce n'est pas une chose dont on peut parler. C'est une expérience de chaque instant qui ne peut se faire que dans le silence. Et dès que l'on met un mot dessus, on introduit quelque chose entre l'expérience du Soi et le Soi lui-même. *[La Mission de Maitreya, tome II* (B. Creme)]

Maitreya a donné au monde la prière pour le nouvel âge. Si elle est répétée quotidiennement, cette prière confère progressivement la conscience du Soi. Cette conscience se développe finalement en réalisation du Soi, qui est la perfection. Cette prière est très simple :

Je suis le créateur de l'univers.
Je suis le père et la mère de l'univers.
Tout vient de moi.
Tout retournera à moi.
Le mental, le cœur et le corps sont mes temples,
Pour que le Soi réalise en eux
Mon Être suprême et mon Devenir.

Dites cette prière avec une attention concentrée autant de fois par jour que vous le souhaitez. Peu à peu, vous prendrez conscience de vous-même d'une manière différente. Vous commencerez à être plus détaché. Vous commencerez à voir que vous n'êtes pas le corps, les émotions ou le mental. Vous n'êtes pas cette mémoire qui vous relie en tant que personne à votre travail et à votre famille. Vous vous relirez de plus en plus au Soi. *[L'éveil de l'humanité* (B. Creme)]

Les loisirs permettent de faire tout ce que l'on veut comme si on était en vacances. C'est comme si on avait des vacances chaque semaine. Je pense que les gens ont besoin d'un espace où ils peuvent être eux-mêmes, se trouver, se connaître, faire l'expérience d'eux-mêmes. Même si l'on ne se fatigue pas trop dans son travail, cela reste un travail. On ne peut opposer les loisirs et le temps, si ce n'est pour dire que ceux qui ont du temps ont des loisirs. Un grand nombre de personnes sont constamment malades. Il s'agit d'une maladie purement émotionnelle et psychologique, due au fait qu'elles passent trop de temps à faire ce qui est contraire à leur nature, à leurs intérêts. Elles agissent de façon mécanique et perdent contact avec leur réalité intérieure. *[L'Art de vivre* (B. Creme)]

Je suis certain que vous réalisez que beaucoup dépend de l'action des hommes dans les années à venir. Le monde entier sait cela. Le monde entier a peur. Néanmoins, se dessine un sentiment croissant d'espoir, une possibilité de changement, une réponse à ma présence, créant ainsi un point de calme au sein de la tension. On attend mon apparition avec un espoir grandissant. C'est avec joie que je me présenterai aux hommes. Recherchez-moi, et vous me trouverez qui attends. Cherchez-moi, et saisissez ma main. *[Message n° 140* (Maitreya)]

Au cours des siècles, l'homme a toujours aspiré à la lumière dont il devine la présence à travers les nuées de son ignorance et de ses peurs. Lorsqu'il sent planer sur lui la menace d'un désastre, réel ou imaginaire, d'instinct il se tourne vers l'intérieur, invoque la lumière de son âme, et cherche conseil en elle. Il est des plus naturel qu'il agisse ainsi, car au plus profond de sa conscience, chaque homme, chaque femme et chaque enfant sait qu'il est une âme, et se vit comme tel. *[L'ère de la lumière* (Maître –)]

Le cœur n'est jamais terni ni atteint, il est le siège de l'âme. C'est le mental qui nous égare. Les qualités du cœur sont la paix, la félicité, le bonheur et la grâce. *« En vous mettant à l'unisson des « sentiments du cœur », vous ferez l'expérience de l'innocence que vous aviez lorsque vous étiez enfant. Ne cherchez pas à « visualiser » le cœur. Ce serait comme si le mental cherchait à découvrir la source de la lumière à l'aide d'une torche. » [Les lois de la vie* (Maitreya)]

Si vous vous « appropriez » la connaissance (attitude possessive) plutôt que de lui faire face en toute conscience, comprenant par là même que vous ne devez pas vous en « emparer », vous n'êtes plus libre. Lorsque Krishnamurti prit conscience de cela, il déclina le rôle de guru : le véritable Seigneur réside dans le cœur. Si vous voulez le connaître, essayez de comprendre la voix du silence. C'est dans le silence qu'on est libéré des *prakritis,* du conditionnement. Le silence est un espace dénué de tout conditionnement. Ce qui est important, c'est le Seigneur en vous. [*Les lois de la vie* (Maitreya)]

Dans cette ère de paix et de calme sans précédent, la nouvelle civilisation s'élèvera vers des sommets toujours plus glorieux : visant les objectifs les plus élevés, les hommes conquerront l'espace et détruiront l'illusion du temps. Les énergies du cosmos, aujourd'hui inconnues, seront maîtrisées et utilisées à bon escient. Une perception croissante de sa divinité conduira l'homme à regarder profondément en lui-même, et à trouver ainsi l'essence de sa véritable identité et de son unité avec la nature et avec Dieu. Ainsi son environnement, qui

ne sera plus malmené ni asservi à ses ambitions, connaîtra-t-il un nouvel essor et lui offrira-t-il en retour tout ce qui est nécessaire à ses besoins. *[La primauté de la Loi* (Maître –)]

Vous et moi sommes Un – Lorsque vous êtes détaché au niveau du mental, de l'esprit et du corps, ce qui peut se passer autour de vous et en vous ne vous touche pas. Vous êtes immunisé. C'est cela le salut. Tant que vous serez attaché, vous ferez l'expérience du conflit, des hauts et des bas de la vie. La connaissance et la sagesse engendrent les attachements les plus forts. C'est la raison pour laquelle Maitreya conseille : *« Soyez ce que vous êtes. Vous n'êtes pas la connaissance. Vous n'êtes pas la sagesse. Vous (le Soi) et moi (le Soi) sommes Un. » [Les lois de la vie* (Maitreya)]

Quelle est la meilleure manière de développer la spiritualité chez les adolescents d'aujourd'hui ?
A mon avis, la « spiritualité » n'est pas quelque chose que l'on peut développer chez les autres. La spiritualité est la nature inhérente de tous les hommes, partout, à tout âge, du berceau à la tombe. Elle s'épanouit naturellement lorsque les conditions nécessaires à sa croissance sont présentes. Ce qui implique l'absence d'idées ou d'idéologies conditionnantes, le respect de l'individualité et du destin de chacun, ainsi qu'un climat de liberté leur permettant de se développer. Maitreya dit : *« Le plus important dans la vie est d'apprendre la véritable intériorité… Ne privez pas les enfants de leur innocence. »* Par *« véritable intériorité »,* je crois qu'il veut dire conscience du Soi. Par *« innocence »,* je crois qu'il ne veut pas dire ignorance, mais détachement, absence de conditionnement. Quand on permet aux jeunes de connaître le détachement (ce qui signifie alignement correct et identification avec le Soi), leur « spiritualité » s'épanouit naturellement. *[La Mission de Maitreya, tome II* (B. Creme)]

Honnêteté, sincérité et détachement, permettent de faire l'expérience de l'unité avec Dieu. Mais cette unité est souvent interprétée comme un isolement que l'on doit redouter. Cependant, ce sentiment de solitude n'est qu'un déguisement de la bénédiction suprême, car il montre que la personne approche de l'unité avec le Seigneur. *[Les lois de la vie* (Maitreya)]

Avec le temps, les hommes prendront conscience qu'ils font ensemble un voyage de découverte de Soi qui, le moment venu, les conduira aux pieds du Très-Haut. L'essence de ce voyage est qu'il est entrepris et déterminé par chacun, et en même temps partagé par tous les membres, connus et inconnus, de la famille humaine. *[Le moment est venu* (Maître –)]
Mes chers amis, regardez autour de vous les événements du monde et demandez-vous : *« N'est-ce pas étrange ? D'où nous vient cette nouvelle lumière ? »* Si vous êtes fidèles à votre lumière intérieure, vous verrez que ma présence suscite ce changement. Ainsi reconnaîtrez-vous que je suis ici. *[Message n° 87* (Maitreya)]

Thématiques : spiritualité
Rubrique : Compilation