le point de vue d'un Swami

Partage international n° 37 – Septembre 1991

Interview de Un Swami

par Patricia Pitchon

Le 24 juillet 1991, j'ai rencontré un swami hindou qui dessert une communauté asiatique à Londres et qui, depuis plusieurs années, a travaillé en étroite collaboration avec Maitreya. Pendant plusieurs années, nous nous sommes rencontrés à diverses reprises, mais pour la première fois nous avons eu, ce jour-là, une discussion soutenue sur la nature de l'enseignement de Maitreya et sur la nature du mental humain. Afin de respecter son désir, lorsque je le citerai, je ferai simplement référence au « Swami ».

***Patricia Pitchon** : J'ai récemment repensé à l'enseignement de Maitreya, en particulier a cette idée selon laquelle la pratique de l'honnêteté du mental, de la sincérité de l'esprit et du détachement conduisent à une expansion de la conscience.*
Le Swami : La difficulté réside dans le fait que les hommes peuvent parfois comprendre les choses de manière superficielle. Beaucoup peuvent recevoir les enseignements, mais bien peu sont prêts à franchir l'étape consistant à passer de l'écoute à celle de la mise en pratique.

***PP** : Est-ce que quelque chose doit se produire chez l'individu — doit-il connaître une expérience ?*
Le Swami : Cela peut être une expérience, ou simplement une accumulation des expériences de la vie — mais à un certain stade, les hommes ont réellement un mental ouvert, cela ne fait aucun doute. A ce moment-là, quelque chose peut se produire. A un moment précis, le contact direct et les conseils personnels sont très importants. Le problème est que les attachements naissent à de nombreux niveaux. Etre « sur le chemin » signifie progressivement rompre ces attachements.

***PP** : Par à de nombreux niveaux, voulez-vous voulez dire émotionnellement, physiquement, mentalement ?*
Le Swami : Oui. C'est très difficile. Nous sommes attachés à tellement de choses. Ces attachements créent ce sentiment de fardeau dans la vie — une lourdeur, la routine. Et c'est ce que nous voulons tous éliminer. C'est la raison pour laquelle nous buvons, nous prenons de la drogue, ou sommes simplement déprimés. Chacun désire se libérer de cet état.

***PP** : Très progressivement, je perçois le sens des états « conditionnés » et « inconditionnés » du mental. Cela me semble être subtil, mais j'ai l'impression que le mental entre et sort constamment de cet état. L'état inconditionné ne persiste pas, mais il produit la joie, un sentiment d'expansion.*
Le Swami : Oui, le mental est constamment en mouvement. Le problème est que le mental a tendance à être soit dans le passé, soit dans le futur. Il a du mal à rester dans le présent. Mais dans le présent seul, le mental peut trouver le bonheur. Par exemple, actuellement vous êtes ici avec moi, mais le mental est peut être « à la maison », pensant à ce qui se passe là-bas, ou ce qui pourrait s'y produire plus tard. Il est vrai que le mental retire certaines satisfactions à penser à des faits plaisants du passé, ou bien à les imaginer dans l'avenir. Mais les satisfactions de ce genre ne constituent pas le bonheur.

***PP** : Ces distinctions ne sont peut-être pas toujours évidentes pour tout le monde. Peut être est-il nécessaire d'expérimenter ce sentiment d'expansion et de joie dans l'instant présent, ne demandant rien au passé ni au futur, afin d'être en mesure de reconnaître plus tard la différence existant entre cet état et d'autres états, plus habituels ?*
Le Swami : Ce degré de conscience de Soi est au moins un début. Le mental, voyez-vous, est réellement composé d'habitudes.

***PP** : Peut-être est-il possible de commencer a briser ces habitudes, ou attachements habituels, en devenant conscient dans l'instant présent, alors qu'un événement particulier se produit en cet instant, et en se libérant de cet événement particulier à cet instant précis ?*
Le Swami : C'est là une conscience de Soi qui se développe. Mais si vous tentez de pratiquer une méthode d'approche directe pour tout événement, vous ne pouvez réussir, parce qu'il existe trop d'attachements. Il existe certaines méthodes indirectes, qui, cependant, finissent par réussir à convaincre le mental d'abandonner son emprise (c'est à dire à *devenir moins possessif*).

***PP** : La méditation en est-elle une ?*

Le Swami : Il vient un moment où la discipline de la méditation peut aider. La difficulté vient du désir des individus d'obtenir des techniques. Mais les techniques seules ne sont pas la réponse. Il est nécessaire de pratiquer ce qu'on peut appeler une certaine retenue de soi.

***PP** : Que sont ces retenues de soi ?*
Le Swami : Par exemple, être attentif à ce que vous faites, ce que vous dites, ce que vous pensez. Pour ce qui est des swamis, nous parlons souvent trop. Les individus ne peuvent absorber seulement qu'une petite quantité à la fois. Par ailleurs, si vous n'êtes pas conscient du niveau des individus à qui vous vous adressez, vous pouvez engendrer en eux une crise, ou même une perte de confiance. De nombreuses personnes ont, par exemple, une idée bien précise de ce qu'est ou devrait être la religion. Elles ne seront pas ouvertes a l'idée qu'il existe, et qu'il a toujours existé, un enseignement plus élevé. Cet enseignement a trait à la réalisation du Soi. Ce qui signifie lutter contre soi-même. Un système existe qui peut conduire les hommes à la conscience de Soi. Cet enseignement est actuellement très disséminé. Mais il peut être transmis. Les hommes devraient savoir que s'ils sont prêts à faire des efforts, ils peuvent faire des progrès sur le chemin.
Nous ne sommes pas contre la technologie. Notre enseignement ne s'élève pas contre la technologie. Mais le but de la technologie est d'améliorer la vie des hommes, et cependant elle n'apporte pas à elle seule le bonheur. Ainsi, nous épuisons à l'heure actuelle les ressources de la planète. En développant la conscience, nous ne poursuivrons pas cette pratique. La technologie peut être utilisée en étant conscient.

***PP** : J'ai l'impression que les individus deviennent sciemment conscients d'être « sur le chemin », mais il est probable , ce stade ils connaissent une certaine agitation dans leur vie. Pourquoi en est-il ainsi ?*
Le Swami : Leur mental n'est pas encore apte à aller profondément dans ou « par-dessous » l'agitation et à conserver sa tranquillité. Cette faculté peut finalement être atteinte, et la personne continue alors à agir dans le monde, à réaliser ce qui doit l'être, mais sans être affectée par tout le mouvement et l'agitation. Telle est la manière de « recharger ses batteries » au lieu d'être sans cesse fatigué par les mouvements continuels du mental. Cette aptitude à entrer en soi est le moyen, le seul moyen, par lequel le monde puisse être changé. C'est par vous mêmes que vous commencez. Nous savons que cela peut être réalisé.
Après un court silence, le Swami a ajouté : Parfois les gens envisagent la réalité en termes de Dieu et de Satan s'affrontant « ici bas ». Cette idée peut être assez dangereuse.

***PP** : Est-ce dangereux parce que cela nous soustrait à nos responsabilités ?*
Le Swami : Oui. Nous devons commencer à envisager nos responsabilités face à notre propre bien et mal.
Il y a également autre chose : Lorsqu'une personne est sur le chemin, elle ne peut plus être attirée par le courant de la vie de la manière habituelle. Elle commence à acquérir un sens de sa propre direction. Ce qui entraîne des frictions. Elle peut parfois se sentir plutôt seule.
Mais alors elle rencontrera d'autres personnes qui luttent également et elle saura qu'elle n'est pas seule.

Date des faits : 24 juillet 1991 **Auteur** : Patricia Pitchon, autrefois journaliste au quotidien colombien El Tiempo. Aujourd'hui basée à Londres, elle est journaliste indépendante. Egalement psychothérapeute, elle travaille avec les réfugiés.
Thématiques : sagesse éternelle
Rubrique : Entretien, Les enseignements de Maitreya