

OM SAI RAM

BIENVENUE À PRASANTHI SANDESH

PODCAST 246, QU'EST-CE QUE LA PENSEE ?

le 20 juin, 2024

*Extrait de l'ouvrage du Professeur Anil Kumar
intitulé Sai-Chology, pages 353-358.*

QU'EST-CE QUE LA PENSEE ?

C'est à cause de la pensée que nous naissons et renaissons. C'est à cause de la pensée que nous éprouvons le plaisir et la peine, et aussi le gain et la perte. Mais avant tout, c'est la pensée initiale qui est responsable pour le reste de la vie qui suivra. Les pensées peuvent être faibles ou puissantes.

S'il n'y a pas de pensée, il n'y a absolument pas de vie. Cependant la vie est pleine de pensées, elle est un faisceau de pensées. Lorsque une pensée devient forte et ferme, lorsqu'elle devient fermement établie et bien enracinée, elle devient volonté. La pensée fermement établie est transformée en volonté. Les pensées non fermement enracinées ne le deviennent pas. L'esprit humain est un faisceau de pensées, une pensée mène à une autre en une chaîne sans fin. Toutefois il existe une pensée fermement enracinée, qui se transforme en volonté. Cette volonté a du pouvoir, ce qui manque à la pensée isolée.

La pensée en soi est impuissante. C'est pourquoi une pensée est remplacée par une autre. Certaines sont riches de sens et d'autres insignifiantes. Si nous pensons à notre travail, cette pensée laisse immédiatement la place à une autre au sujet du repas – il n'y a aucune connexion entre les deux. Il nous vient une autre pensée à propos du laboratoire, puis une autre au sujet d'un parent ; il n'existe aucune séquence ni aucune connexion entre les pensées qui affluent dans notre esprit.

Toutefois, si une pensée est établie, maintenue dans notre esprit et rendue forte, elle est appelée volonté. La volonté est puissante, elle est ce que l'on appelle « force de volonté ». En sanskrit elle est appelée *iccha shakti*. Cela n'a rien à voir avec le pouvoir de penser. *iccha shakti* est la pensée forte et déterminée, née de la conviction. C'est pourquoi il est nécessaire de garder nos pensées pures et propres.

LES PENSEES SE MANIFESTENT EN FONCTION DES SAMSKARAS ET DES VASANAS.

Les écritures nous disent que nos pensées viennent parfois de nos vies passées, car elles seraient restées latentes. Ce sont ce que l'on appelle *samskaras* ou *vāsanas*. Ces formes pensées proviennent de la vie antérieure ou de vies passées, et affectent encore notre processus mental en cette vie présente. Comment pouvons-nous expliquer cela ?

Certaines personnes sont spirituellement correctes depuis le début, sans aucune instruction formelle ni aucun entraînement. Elles ont un sentiment religieux depuis

leur enfance. Nous voyons aussi des personnes vicieuses depuis l'enfance, même si ceux qui les entourent sont bons. Parfois nous constatons qu'un haut gradé en société devient tout-à-coup corrompu et malhonnête. Pourquoi ces choses adviennent-elles ?

Cela peut arriver parce que ces personnes sont affectées par leurs *samskaras* ou *vāsnas*, toujours présents au niveau de l'inconscient. Ces personnes expriment une pensée remisee dans leur subconscient lors des vies passées, et refaisant surface maintenant, durant leur vie présente.

Donc nous ne pouvons pas écarter simplement les pensées. Celles-ci sont aussi le reflet de notre culture. Elles sont des expressions de nos propres *vāsanas* ou *samskaras* d'une vie précédente. Ce sont les pensées qui déterminent le destin d'une personne. Ce sont ses pensées qui établissent ses objectifs. Dès lors les pensées ne sont pas si faciles à écarter. Non ! Elles sont très puissantes.

C'est pour cette raison que Bhagavân insiste sur le fait que nous soyons attentifs et conscients de nos pensées. Pendant qu'il nous parle, notre esprit pense à autre chose. C'est bien malheureux ! Alors que nous sommes ici dans le temple, si nous nourrissons des pensées indésirables ou préférons des mensonges, ou encore si nous faisons quelque chose qui n'est pas attendu en un lieu de ce type, c'est vraiment regrettable et inconvenant.

Pourquoi de telles pensées se présentent-elles ? C'est à cause de nos actions des vies passées, et de leurs traces sous forme de *vāsanas* ou *samskaras*. Ainsi, le processus mental que nous éprouvons actuellement, est souvent la conséquence des pensées et des actes de nos vies passées, dont les traces restent en attente dans notre subconscient.

LES PENSEES QUI SE PRESENTENT SONT INFLUENCEES PAR LA NOURRITURE QUE NOUS INGERONS.

Le second point au sujet des pensées, regarde la nourriture que nous ingérons. Les pensées sont influencées par le type d'aliments que nous consommons.

Telle nourriture, telle tête Telle tête, tel Dieu

Voilà ce que Bhagavân disait. Donc notre processus mental est aussi influencé par la nourriture que nous consommons, c'est pourquoi nous devrions y prêter attention. Si nous ingérons des aliments *tamasiques*, nos pensées le deviendront également ; nous développerons de la stupidité, de l'inertie, des tendances bestiales, de la violence, de la mollesse, en somme toutes les tendances *tamasiques*.

Si nous mangeons des aliments *rajasiques*, cela générera des pensées *rajasiques*. Nos pensées seront pleines de ferveur et d'enthousiasme, pleines d'émotions, d'activités et d'expectations. C'est là l'effet de la nourriture de ce type.

D'autre part, si nous nous nourrissons d'aliments *sattviques*, les pensées

favorables seront naturellement générées en nous, telles que le calme, la paix, et ainsi de suite. Ainsi, les pensées sont conditionnées par le type de nourriture que nous ingérons. C'est le second point.

NOS PENSEES SONT INFLUENCEES PAR LA COMPAGNIE QUE NOUS FREQUENTONS.

Nos pensées sont également affectées par le type de personnes que nous fréquentons. Une mauvaise compagnie génère de mauvaises pensées, tandis que la compagnie de bonnes personnes produit des pensées positives. Comment définir ce qu'est la bonne ou la mauvaise compagnie ? Apparemment la bonne compagnie peut être en fait négative, et donc il nous faut être prudents.

Que veut-on dire par cela ? Même dans le *mandir*, nous trouvons des personnes discutant du prix des vêtements, de la nourriture de la cantine et des derniers articles à disposition au magasin. Tout cela est dû au type erroné des fréquentations. Cela ne veut pas nécessairement dire que ces personnes sont violentes. Non ! La mauvaise compagnie signifie quelqu'un ou quelque chose qui ne correspond pas aux objectifs de notre existence, des gens qui ne nous aident pas à aller dans la direction que nous devrions adopter ; une compagnie qui ne nous encourage pas à poursuivre la voie que nous désirons suivre.

Donc nos pensées sont conditionnées par ces trois facteurs : nos vie antérieures, la nourriture que nous ingérons et les personnes que nous fréquentons.

LES PENSEES FORTES ET STABLES CREENT LA FORCE DE VOLONTE.

De tous nos faisceaux de pensées, celui qui devient fort et constant est appelé « force de volonté ». La volonté est puissante, c'est pourquoi on l'appelle « force de volonté ». C'est l'*iccha shakti*. Nous sommes tous munis de cette *iccha shakti*. Grâce à elle nous pouvons avoir le succès dans tous les domaines de l'érudition ou des affaires. Avec une ferme force de volonté, nous pouvons obtenir tout ce que nous désirons.

Cependant, il ne suffit pas d'avoir de la volonté ou une forte pensée, à moins qu'elle ne soit soutenue par la grâce divine. Toute volonté, aussi forte qu'elle soit, ne s'accomplira qu'à condition d'avoir la bénédiction et l'approbation de Dieu, pas autrement. C'est pourquoi nous devrions prier Dieu pour la réalisation de ce que nous voulons et dire : « Swami, je désire être un puissant instrument entre Vos mains ».

C'est cela que nous appelons « Durga », que nous révérerons durant les journées de Navaratri. Qui est Durga ? Elle représente la force de volonté, l'*iccha shakti*. Nous offrons notre adoration à Durga, afin de purifier nos pensées, et nous demandons que nos concepts et nos croyances soient désintéressés, centrés uniquement sur Dieu, sacrés et sans souillures.

Pour cela nous demandons à Dieu : « Ô Seigneur, fais que mes pensées soient

vertueuses et positives. Accorde-moi une volonté forte et déterminée. Ô Dieu bénis-moi, de sorte que ma contemplation soit fixée uniquement sur Toi et que ma pensée reste centrée en dévotion à Toi, uniquement en dévotion à Toi ». Voilà pourquoi nous prions Dieu.

Comme nous cuisons du riz ou chauffons du lait, nos pensées doivent également subir un procédé de transformation, être polies, raffinées et cultivées. Cela est entre les mains divines, et donc, pour purifier notre esprit, nous avons à prier Dieu.

Le Prof. Anil Kumar partagera avec nous d'autres conseils spirituels de Swami, lors de la prochaine session. Merci pour votre attention.

OM SAÏ RAM