

# OM SAI RAM

## SESSION DE QUESTIONS ET REPONSES

### Q. 326, AU SUJET DU MANTRA DE LA GAYATRI, AMOUR ET FELICITE le 29 juin, 2024

*Les questions et réponses suivantes sont tirées de l'ouvrage du Prof. Anil Kumar intitulé « Satyopanishad », Volume 2, pages 212-217.*

Q : *Swami, le mantra de la Gāyatri est chanté depuis des siècles dans ce pays sacré. Mais l'on nous dit que ni les femmes, ni les non-brahmanes ne sont autorisés à le chanter. Devrions-nous chanter ce mantra à des moments spécifiques et non selon notre choix et notre convenance ? Quelles sont l'importance et la signification de ce mantra de la Gāyatri ? Nous aurons vraiment une grande chance d'entendre parler à ce sujet de Votre voix divine.*

**Bhagavân :** Tout le monde doit chanter la Gāyatri. Ce mantra transcende les barrières de la caste, de la communauté, du sexe, de la nationalité, du temps et de l'espace. C'est un mantra que chacun devrait chanter encore et encore. Il y a trois choses importantes dans ce mantra de la Gāyatri : avant tout, vous devriez savoir que *bhūr, bhuvah, suvah* ne sont pas trois mondes différents. Il est erroné de penser ainsi. Ces mondes sont en vous. *Gayamulu* (télougou) signifie « les sens ». Vu que la Gāyatri traite du contrôle des sens, elle porte ce nom. Le corps possède des sens de perception et d'action. Ce premier aspect de la Gāyatri est appelé « matérialisation de Gāyatri ».

Le corps ne peut fonctionner que si la vie est en lui. L'activité des pulsations est due au principe de vie. Dès lors ce principe de vie vibre dans le corps, ce qui le rend fonctionnel ou opérationnel. Ce second aspect de la Gāyatri, qui est force vitale, est appelé « vibration ou Savitri ».

Le troisième aspect de la Gāyatri est le son primordial ou *omkar*, qui jaillit de la zone du nombril vers le haut. *Om* est une combinaison de trois sons : A, U et M. Le A est prononcé au début, du nombril. Le U part de la gorge, et le M sort de la bouche. Dans notre processus de la respiration, *soham* est chanté, bien que nous n'en soyons pas conscients. Cela est appelé « Japa Gāyatri »

Tandis que nous inspirons, nous émettons le son *so* et avec l'expiration nous émettons le son *ham*. Ce mantra *so-ham* est répété 21.600 fois chaque jour, par notre processus de la respiration. Dans ce mantra, le second son de *so* est *o* et le second son de *ham* est *m*. Ensemble ils font *Om*. Ce *soham* est chanté continuellement dans les trois états : veille, rêve et profond sommeil. L'alphabet entier est formé à partir de cette mère des lettres, le son primordial *Om*.

Pour illustrer cela, Je vous donne un petit exemple. Dans l'alphabet anglais il y a 26 lettres (dans le français, nous avons 24 lettres) de A à Z. Tous les mots et toutes

les phrases sont exprimés ou écrits en utilisant uniquement ces lettres, n'est-ce pas ?

Vous remarquez que l'harmonium a des anches. Lorsque vous les pressez, vous obtenez des notes musicales telles que *sa re ga ma pa dha ni* (gamme de la musique indienne). Au moyen de ces sept sons uniquement, sont composées différentes mélodies ou *ragas*. Vous connaissez le violon. Il a des cordes, sur lesquelles vous jouez n'importe quelle tonalité. De même, le *omkar* est le son primordial d'où prennent origine tous les autres sons.

Si vous bouchez vos deux oreilles, vous entendrez le *pranava*, le *Omkar* en vous. Si vous vous approchez d'un poteau de l'électricité et y collez l'oreille, vous entendrez le *Omkar*, le son primordial. C'est le son (intérieur) divin que l'on entend dans les profondeurs du silence (extérieur) *nissabdamuloni sabdabrahman*, en Télougou. **On ne peut entendre les pas de Dieu que dans le silence.** Cela est le troisième aspect de la *Gāyatri*, relatif à cet *Omkar* ou son primordial, la faculté de la parole, dont la source principale est connue en tant que radiation ou *Saraswati*.

Donc, en bref, au niveau du corps, c'est *Gāyatri*, ou matérialisation. En tant que principe de vie, c'est *Savitri*, ou vibration, et finalement en tant que source principale du son, c'est *Saraswati*, ou radiation. Ce sont là les trois aspects du mantra de la *Gāyatri*. En d'autres mots, le pouvoir *ātmi*que ou source divine est radiation (*Saraswati*) qui entre dans le corps comme vibration, ou principe de vie (*Savitri*), de sorte que le corps, fait de matière, devienne fonctionnel, ce que l'on appelle matérialisation (*Gāyatri*).

*Q : Swami, comment devrions-nous Vous adorer ? Comment devrions-nous Vous servir ? Nous ne sommes pas en mesure de décider. Ayez la bonté de nous montrer la voie.*

**Bhagavân :** *Dieu* n'a pas besoin de vos services. Il ne demande pas votre adoration. Dieu ne désire de vous qu'une seule chose : l'Amour. Cet amour ne vous appartient pas non plus. Ce n'est pas un héritage de vos ancêtres. Cet amour ne vous est donné par personne. Aucune compagnie ne peut le manufacturer comme une commodité. On ne peut l'acquérir d'un gourou. Vous êtes nés avec cet Amour. C'est le don de Dieu. C'est pourquoi vous devriez le Lui restituer. Il Lui appartient et vous devriez le Lui donner en retour en L'aimant sans cesse.

Voyez ce petit exemple : à des occasions telles que la célébration d'un mariage, beaucoup de gens sont invités. Alors, afin de préparer de grandes quantités de nourriture, vous avez besoin de larges récipients. Vous les louez pour un jour ou deux, et puis les restituez après usage. Mais vous devez les restituer en bon état, propres et en condition parfaite, sans aucun dommage. N'est-ce pas ? De même le cœur humain est un récipient plein d'amour, offert par Dieu, et il faut qu'il soit restitué intact à Dieu. Cela est la forme d'adoration véritable.

Comment aimer Dieu ? La meilleure façon d'aimer Dieu est d'aimer tout le monde et de servir tout le monde. Puisque tout Lui appartient et qu'Il vous donne tout ce dont vous avez besoin, que peut-Il désirer d'autre que votre amour ? Un cœur pur est le temple de Dieu. Alors où est-Il ? Je dis toujours aux étudiants qu'il devrait y

avoir une parfaite harmonie entre leur pensée, leur parole et leurs actes. Aujourd'hui nous constatons qu'il y a de l'égoïsme à tous les niveaux. En tout ce que l'on dit et fait, il y a un fond d'égoïsme. Toutefois l'adoration véritable est un acte désintéressé de service avec amour. Faites votre devoir sincèrement. Le service rendu à l'homme est service à Dieu. Vous n'avez pas besoin d'exprimer votre adoration à Dieu avec des fleurs qui fanent et se détériorent. Cueillez les fleurs de la vertu, du caractère et de l'amour, dans le jardin de votre cœur, et adorez Dieu avec de telles fleurs de valeur.

Q : *Swami, ayez la bonté de nous faire savoir comment atteindre ānandaprapti – la félicité permanente – et écarter la souffrance – duhkhanivr̥tti.*

**Bhagavân :** Ces deux niveaux de conscience ne sont pas séparés l'un de l'autre, comme tu l'as affirmé. Lorsque la souffrance est écartée, vous obtenez la félicité. L'absence de bonheur est cause de toutes les afflictions. Qui est responsable de l'ignorance ? C'est l'ego. Qu'est-ce que l'ego ? C'est l'attachement. Qu'est-ce que l'attachement ? C'est la conscience du corps. Donc l'infélicité se présente à cause de l'attachement au corps. Toutefois, si l'on a les sens sous contrôle, on peut être heureux physiquement aussi bien que spirituellement. En fait la tristesse n'est pas naturelle à l'être humain. C'est pourquoi on a trouvé des méthodes pour écarter la tristesse, mais elles sont artificielles. La détresse ne peut être écartée que par la prière et en suivant un sentier spirituel. Si l'on nourrit exagérément des chevaux immobiles, ils en deviendront encore plus paresseux. De même, si vous agissez selon les fantaisies de vos sens, ceux-ci se renforceront jour après jour et, finalement, vous cesserez d'être un être humain.

L'homme doit affronter trois sortes de détresse : *adhyātmika*, *adhibhautika* et *adhidaivika*. Les peines dites *adhyātmika* sont physiques et mentales. Les souffrances physiques vous rendent mentalement malades. Vos troubles mentaux s'ajoutent à la maladie physique. C'est pourquoi ce type de détresse est appelé *adhyātmika*. La seconde sorte est appelée *adhibhautika*, causée par une morsure de serpent, de scorpion, ou par des blessures que nous infligeons des animaux ou d'autres créatures. La troisième sorte de détresse, appelée *adhidaivika*, nous arrive à cause de cyclones, d'inondations, de séismes, d'incendies et de diverses autres calamités naturelles.

Tout d'abord nous devrions savoir que l'esprit est la cause aussi bien du plaisir que de la peine. Si votre esprit est positif, il n'importe pas que vous soyez dans votre maison ou dans la forêt. Vous devriez avoir l'esprit plein d'amour. Avec la pensée constante de Dieu, accroissant de plus en plus votre foi en Lui et adhérant à un sentier spirituel, vous pouvez sans aucun doute écarter la souffrance. Bien sûr, le contrôle des sens est absolument nécessaire.

Si vous comprenez votre Soi véritable, l'*ātma*, vous éprouverez l'*ānanda*, la félicité. Celle-ci est un état qui transcende la peine et le plaisir. La félicité est non-duelle. On l'appelle aussi *prajñā* – connaissance suprême. Vu que *prajñā* est immense, les écritures parlent de *prajñānam brahma* – la Conscience est Brahma. *Prajñā* est divine, elle est uniformément présente dans le corps, dans l'esprit et dans l'intelligence. On la connaît également comme *antarvani* – la voix intérieure. En exerçant un contrôle sur les sens extérieurs et intérieurs, vous pouvez écouter votre

*antarvani*. Si vous suivez votre voix intérieure et agissez en conséquence, vous serez pleins de félicité.

Il y aura d'autres révélations divines de Swami lors de la prochaine session.

**OM SAÏ RAM**