



Vivre au-delà du reniement de soi

Yogi Bhajan, Ph.D. - 3 avril 2001 – Espagnola, NM, USA

Le reniement de soi est votre meilleur et pire ennemi. Mais avant de tuer l'ennemi, vous devez le connaître, et alors tous vos problèmes seront résolus.

Le déni du Soi fait plus pour vous, par exemple en vous préparant pour ce cours, que le cours lui-même. C'est une méditation appliquée. Chaque fois que vous vous préparez à vous projeter au-delà du reniement du Soi, votre force mentale est décuplée. Et chaque fois que vous êtes dans le déni du Soi, vous vous faites du mal. C'est pourquoi nous avons donné

notre vie au guru, et pourquoi on nous a donné des bana à porter, en sorte que nous soyons absolument fluides, brillants, marchant fiers et grands. Nous accomplissons quelque chose ! Il n'y a pas de déni ! Il y a l'acceptation de la discipline ultime.

Nous sommes satisfaits d'avoir une belle maison et une belle voiture. Tout cela n'est que terrestre ! Tant que nous ne sommes pas liés au ciel, nous n'avons pas accepté le ciel. Tant que nous nierons le paradis, nous serons malheureux. Nous venons des cieux, nous devons créer des cieux, et nous devons retourner aux cieux.

La plupart du temps, vous êtes dans le reniement du Soi. Lorsque vous allez à un entretien, vous vous préparez à bien vous présenter. Vous ne voulez vous montrer sous votre meilleur jour que lorsque vous avez une opportunité à saisir ! En réalité, vous êtes l'opportunité ! Il n'y a pas d'autre opportunité ! Vous vivez dans le déni. Vous avez peur de marcher la tête haute et d'être gracieux, ouvert et aimant. Vous jugez tout, d'abord en termes d'agitation et d'émotions, ensuite en fonction de maya et de l'argent. Troisièmement, vous ne voulez pas ce qui vous rend désirable, vous voulez ce qui comble vos désirs ! De cette façon, la vie est une tragédie croissante.

Une femme tomba amoureuse d'un homme. Il lui dit : "Vous venez d'une famille riche et vous êtes une femme merveilleuse. Mais je pars sur une voie commerciale pour faire fortune" Alors il est parti. Elle a attendu. Elle a marqué un trait sur le mur chaque jour de son absence. Au bout d'un moment, il ne restait plus aucune place sur le mur, ni sur le plafond, puis ni sur le sol non plus. Finalement, après neuf ans, il est revenu. Elle se rendit au port maritime et vit une flottille de neuf navires. Ayant fait du commerce, il était devenu très riche et accueilli partout. Il n'y avait que de la joie. Il vint la serrer dans ses bras et lui dit : "Monte sur le bateau !" Elle était extrêmement heureuse ! Une fois à bord, il dit : "Je te présente ma femme et mes cinq enfants". Un désir caché, qui était une toute autre histoire quand il est devenu réalité.

Vous êtes toujours dans le déni. Vous pensez, "ça ne m'arrivera pas". Puis, quand ça vous arrive, vous vous dites : "Où ai-je fait fausse route ?" Vous aviez tort dès le départ. Pour l'amour d'une chose, vous avez fermé les portes sur tout. Vous ne vous ouvrez pas à la présence de Dieu. Vous ne vous ouvrez qu'au contact de votre ego, vous vous limitez. Vous oubliez le Tout Illimité. Parce que le Maître de cette planète est Illimité, et que vous êtes limité, il y a un conflit au départ. Un conflit entre le limité et l'illimité. Mais vous avez un désir illimité et un temps limité à vivre. Vous êtes incapable d'accomplir ce que vous êtes censé accomplir dans votre temps de vie imparti.

Votre mental fait de l'ombre à votre rayonnement. Mais quand les gens vous disent cela, vous êtes très en colère. C'est pourquoi Guru Gobind Singh, voyant huit aspects de Dieu, a donné à l'humanité le Guru Gaitri Mantra. Il nous a donné un mantra, une onde mentale, une vibration, pour la victoire de l'homme. Les vibrations d'un arc et d'une flèche peuvent parfois vaincre l'ennemi. On dit que lorsqu'Arjuna a tiré une flèche, le son produit par la corde a créé un éclair et l'ennemi n'avait nulle part où aller.

Certaines personnes disent des choses mais ne les réalisent jamais. Les gens oublient qu'ils sont orbite et axe, pas seulement l'un ou l'autre. Vous vivez dans l'indécision, mais vous pouvez vivre au-dessus du reniement, accueillir les gens et servir la naissance d'un nouveau millénaire.

MEDITATION - **Conquérir le reniement du Soi**

Asseyez-vous droit, les jambes croisées.

Amenez les mains l'une contre l'autre devant la gorge. La main gauche est plus haute que la droite de sorte que le bout des doigts de la main droite se trouve exactement sur les monts de la paume gauche. Les coudes sont détendus vers le bas.

Les yeux sont fermés.

Chantez depuis le nombril le Guru Gaitri Mantra avec quatre Har ("Har Har Har Har Gobinday" par Nirinjan Kaur).

Continuez pendant **31 minutes**.

Pour terminer, inspirez profondément, maintenez le souffle puis expirez. Inspirez profondément, maintenez le souffle et appliquez une pression forte à l'endroit où le bout des doigts rencontre les bourrelets de la main, expirez. Inspirez profondément, maintenez le souffle, entrecroisez et pressez fortement les doigts, en répartissant l'énergie de toute votre force. Expirez et détendez-vous.

Cette méditation vous aidera à être charmant. Vous aimeriez être dans le déni, mais vous ne pouvez pas. La force de votre mental sera multipliée considérablement.

Traduction Param Prakash Kaur