

L'enseignement de Ramana Maharshi

Ramana Maharshi

(SPIRITUALITÉS VIVANTES, ALBIN MICHEL, 2005)

Ramana Maharshi, *L'enseignement de Ramana Maharshi*, Paris, Albin Michel, « Spiritualités vivantes », 2005

Présentation

Ramana Maharshi (1879-1950) Ramana Maharshi s'inscrit dans la tradition de l'advaita-vedanta (doctrine de la non-dualité), dont on trouve l'une des expressions les plus claires dans la *Mundaka Upanishad* (une des 108 Upanishad qui constituent les textes védiques, les plus sacrés de l'hindouisme).

Texte

« 7 novembre 1935 »

« A l'intérieur de la caverne du cœur brille, immédiat, le *brahman* seul en tant que Je, Je, l'*atman*. Pénètre dans le Cœur par la recherche du Soi, par l'immersion profonde ou le contrôle du souffle et demeure ainsi établi dans l'*atman* » [page 40]

« Le Je, Je, ininterrompu est l'océan infini ; l'ego, la pensée « je suis untel », n'est qu'une bulle à l'intérieur de cet océan ; on l'appelle *jiva* ou âme individuelle. De même la bulle d'eau, lorsqu'elle éclate, ne fait que se mêler à l'océan ; et quand elle est bulle, elle fait toujours partie de l'océan. Dans l'ignorance de cette vérité simple, d'innombrables méthodes, sous différentes dénominations, telles que yoga [exercice spirituel], bhakti [dévotion à une divinité], karma [pratique CDdu bien], ont été enseignées. Chacune porteuse de nombreuses variantes, elles ont été enseignées avec beaucoup de savoir-faire et de raffinements complexes pour séduire les chercheurs et semer la confusion dans les esprits. Il en va de même pour les religions, les écoles spirituelles et les dogmes. A quoi tout cela sert-il ? Uniquement à faire connaître le Soi. Ce sont seulement des aides et des pratiques dont on a besoin pour connaître le Soi » [page 163].

« 7 février 1939 »

[Dialogue :]

Maharshi : « Toutes les choses sont comme des bulles à a surface de l'eau. Vous êtes l'eau, et les objets sont les bulles. Elles ne peuvent exister sans l'eau mais elles ne sont pas tout à fit la même chose que l'eau.

Question : Je me sens plutôt comme l'écume.

M : Cessez cette identification avec l'irréel, et tâchez de connaître votre réelle identité. Vous serez alors solide et vous 'éprouverez plus aucun doute.

Q : Mais je *suis* l'écume.

M : C'est parce que vous pensez de la sorte que vous avez des craintes. Tout cela n'est que fausse imagination. Acceptez votre véritable identité avec la Réalité. Soyez l'eau et non pas l'écume. Vous y parviendrez en plongeant.

Q : Si je plonge, je trouverai...

M : Mais même sans plonger, vous êtes Cela [Chandogya Upanishad, VI, 8 et 9, *Tat tvam asi*, « Tu es Cela »]. Les idées d'intérieur et d'extérieur n'existent que tant que vous n'acceptez pas votre réelle identité.

Q : Mais l'idée que je dois plonger vient de vous !

M : Oui, vous avez raison. Je le disais parce que vous vous identifiez à l'écume et non pas à l'eau. La réponse devait diriger votre attention sur cette confusion et vous en faire prendre conscience. Tout se résume à dire que le Soi est infini et qu'il inclut tout ce que vous voyez. Rien n'existe au-delà ni en dehors de lui. Si vous savez cela vous n'aurez plus de désir. Et sans désir, vous serez heureuse.

Le Soi est toujours réalisé. Il n'y a pas lieu de chercher à réaliser ce qui est déjà, et depuis toujours, réalisé. Vous ne pouvez pas nier votre propre existence. Cette existence est conscience, elle est le Soi (...) Par conséquent, l'effort de réalisation se résume seulement à réaliser votre erreur actuelle de croire que vous n'avez pas réalisé le Soi. Il n'y a rien de nouveau à réaliser. Le Soi se révèle de lui-même.

Q : Cela prendra quelques années.

M : Pourquoi des années ? L'idée de temps n'est que dans votre mental. Elle n'est pas dans le Soi. Pour le Soi il n'y a pas de temps. Le temps est une idée qui s'élève dès que l'ego s'élève. Mais vous êtes le Soi, au-delà du temps et de l'espace ; vous existez, même en l'absence du temps et de l'espace » [pages 895-896].

Ramana Maharshi, *L'enseignement de Ramana Maharshi*, Paris, Albin Michel, « Spiritualités vivantes », 2005, p. 709-710

Présentation

Ramana Maharshi (1879-1950) Ramana Maharshi s'inscrit dans la tradition de l'advaita-vedanta (doctrine de la non-dualité), dont on trouve l'une des expressions les plus claires dans la *Mundaka Upanishad* (une des 108 Upanishad qui constituent les textes védiques, les plus sacrés de l'hindouisme).

Texte

« 29 avril 1938 »

« Chacun est le Soi infini. Et cependant chacun prend le corps pour le Soi (...) Personne n'est éloigné du Soi. Chacun est réalisé, chacun est le Soi. Et pourtant, n'est-ce pas un mystère que l'être ignore ce fait fondamental et désire réaliser le Soi ? Cette ignorance provient de l'identification erronée du corps avec le Soi.

La Réalisation consiste à se défaire de cette fausse idée que l'on n'est pas réalisé. La Réalisation n'est pas quelque chose de nouveau à réaliser. Elle doit déjà exister pour être permanente. Sinon, aucun effort pour l'atteindre ne vaudrait la peine. Dès que la fausse notion « Je suis le corps » ou « Je n'ai pas réalisé » est dissipée, il ne reste plus que la suprême conscience, ou le Soi, qui est toutefois appelé Réalisation au niveau actuel de compréhension. Mais la vérité est que la Réalisation est éternelle et qu'elle est déjà là, ici et maintenant. Finalement, la Réalisation ne revient qu'à l'élimination de l'ignorance, et rien de plus. »