

विचारशीलता

Vichārshīlatā

Vertu choisie par Gurumayi Chidvilasananda
pour le 24 juin 2026

Commentaire de Ben Williams

Dans le lumineux firmament de vertus que Gurumayi a donné à étudier aux siddha yogis et nouveaux chercheurs pendant le mois de juin, elle nous a révélé une nouvelle étoile. Pour son anniversaire, le 24 juin, Gurumayi a transmis la vertu *vichārshīlatā*.

Explorons ensemble cette extraordinaire vertu, afin qu'elle brille avec éclat dans le ciel nocturne de notre conscience.

Tous les mots ont des nuances qui sont spécifiques à leur langue d'origine. Il en est ainsi pour le mot hindi *vichārshīlatā*, composé de *vichār* et de *shīlatā*. Le mot *shīlatā* signifie posséder une qualité, une disposition ou un trait de caractère. *Vichār* indique la réflexion, la considération, la prudence, le raisonnement et le discernement. Le mot composé *vichārshīlatā* décrit une personne profondément réfléchie, qui mène sa vie avec une intelligence vive et une conscience éveillée, qui exerce un choix sur ses pensées et ses actions.

J'aime examiner un mot sous des angles différents pour mieux saisir sa signification, d'autant que ce n'est pas toujours une tâche simple que de trouver le parfait équivalent d'un mot lorsqu'on le traduit dans une autre langue. C'est assurément le cas pour la traduction du mot *vichārshīlatā*.

Ceci dit, le mot anglais « thoughtfulness », qu'on peut traduire en français par « considération », donne une élégante approximation de sa signification. La considération est un potentiel que tous les êtres vivants possèdent à la

naissance mais qui ne s'épanouit que s'il est cultivé consciemment et longuement étudié.

Cependant, dans le contexte de notre monde contemporain, la considération devient de plus en plus rare.

L'avez-vous remarqué ?

Cette situation est liée, en partie, à la diffusion rapide de technologies et de discours qui divisent et isolent les gens et les communautés. Répondre au défi de forger des relations mutuelles harmonieuses avec la terre et nos semblables – des relations fondées sur la patience, l'ouverture et la compréhension – a toujours constitué une noble entreprise. Et c'est aussi un effort qui devient encore plus d'actualité.

Nos vies sont de plus en plus influencées par des technologies qui restreignent notre champ mental et favorisent l'égoïsme : il arrive que les concepts de « moi » ou « je » prennent le pas sur la courtoisie et l'attention dont nous pourrions faire preuve à l'égard des autres. À force de vivre cette situation, il est très facile de se résigner. En fait, dans notre vie quotidienne et compte tenu de tout ce qui se passe dans le monde, nous risquons d'être plus habitués à l'opposé de *vichārshīlatā* : l'absence de considération.

Dans la tradition indienne du raisonnement philosophique, l'exclusion est une méthode souvent utilisée pour clarifier un principe. Pour bien identifier une vache dans un pâturage, cela peut aider de commencer par affirmer que ce n'est *pas un cheval*. Pour bien comprendre ce qu'est la considération et ce qu'elle implique, commençons par exclure son contraire.

Une personne sans considération se forge des impressions sur le champ. Elle saute automatiquement aux conclusions. Elle juge les gens avec assurance. S'ensuivent souvent une série de verdicts mentaux qui consistent à voir les autres avant tout comme un ensemble de schémas prévisibles et à les juger en conséquence. Et si cette façon de classer immédiatement les gens peut sembler « efficace » superficiellement, en réalité elle épuise nos précieuses ressources en temps et en énergie. En effet le manque de considération envers

les autres nous enferme dans des schémas de souffrance, de bataille contre le monde tel qu'il apparaît dans notre esprit. Heureusement, on peut y opposer une autre façon de voir les choses qui est à notre disposition : la considération, un regard plein de compassion, qui voit dans chaque personne un être humain qui évolue et est aussi une incarnation de l'énergie divine.

La considération et toutes les vertus que nous contemplons et mettons en œuvre ce mois-ci font partie intégrante du but de la voie du Siddha Yoga, *jīvanmukti*, la libération dans cette vie. Ces vertus prennent vie sur la voie du Siddha Yoga parce que nos efforts pour les cultiver ont un effet réciproque avec la grâce du Guru, les bénédictions de la lignée des Siddhas et la source de sagesse et de soutien que constitue le *sangha* du Siddha Yoga.

Par expérience, j'ai constaté que lorsque nous travaillons consciemment sur nous-mêmes, en suivant constamment la *sadhana* du Siddha Yoga, il se produit quelque chose d'extraordinaire. L'esprit devient malléable. La respiration devient aisée.

Les schémas de pensées qui défilent dans notre esprit et façonnent notre paysage mental ont effectivement tendance à se figer. Mais l'esprit qui vibre avec le mantra, qui est parcouru par les fréquences les plus élevées inhérentes à ces syllabes, prend un caractère différent. L'esprit qui est plongé dans la méditation, dans la délicieuse énergie de la sérénité, prend un caractère différent. L'esprit qui a été purifié par les enseignements du Guru, par son incroyable mine d'or de sagesse et de grâce, prend un caractère différent. Un tel esprit devient une source inépuisable d'énergie.

Vous avez peut-être entendu ce proverbe qui reprend une analogie qu'on doit au poète romain Ovide : « L'eau qui goutte creuse la pierre, non par la force mais par la persévérance. » En persévérant dans l'introspection et la pratique spirituelle, nous avons le moyen de cultiver un esprit qui rayonne de *vichārshīlatā*, de considération. Nous voulons rendre à l'esprit sa nature innée pure et nous le faisons avec joie. Nous voulons développer l'ouverture d'esprit et la réceptivité et nous le faisons en écoutant plus attentivement. Nous voulons insuffler à l'esprit discernement et curiosité et nous le faisons

en tombant amoureux de l'instant présent. Par ce processus nous nous débarrassons des conceptions réductrices. Nous pouvons alors récolter une abondante moisson. Nous pouvons exploiter pleinement notre potentiel inné pour cette vertu rayonnante.

Avec le temps, au rythme d'efforts appropriés, la considération devient pour nous une seconde nature. Et dès que nous remarquons qu'elle est moins présente dans notre vie, que cette magnifique vertu a été trop longtemps inutilisée, nous pouvons la réactiver. Nous pouvons nous assurer, chaque jour et chaque nuit, de toujours choisir la considération. Quand nous portons en nous l'incalculable vertu de *vichārshīlatā* et que nous mettons en pratique cette vertu chaque fois que nécessaire, elle nous emmène dans une vie pleine de sens et de profondeur. La considération attire la considération ; quand nous faisons preuve de compréhension et de bonne volonté, le monde nous renvoie ces qualités.

Accueillons de tout notre cœur le cadeau d'anniversaire que nous fait Gurumayi avec cette vertu. Découvrons et redécouvrons le pouvoir de *vichārshīlatā*, cette étoile qui brille au firmament de nos vertus. Laissons sa lumière irisée pénétrer doucement dans les coins sombres de notre cœur et dans tout notre univers. Pas à pas, vertu après vertu, nous pouvons inonder ce monde de lumière.

Affirmation pour *Vichārshīlatā*:

Je m'engage à entretenir la flamme de *vichārshīlatā*
pour qu'elle brille constamment.

