

Shri Bhagavad Gita 2.56

Celui dont l'esprit reste inébranlable dans l'adversité, qui ne rêve pas des plaisirs de ce monde et qui est dénué d'attachement, de peur et de colère, on le dit ancré dans la sagesse.

Śrī Bhagavad Gītā 2.56

Traduction anglaise © 2019 SYDA Foundation®

Commentaire :

Dans ce verset de *Shri Bhagavad Gita*, le Seigneur Krishna décrit un chercheur sincère sur la voie spirituelle qui s'est « ancré dans la sagesse ». Une telle personne n'est pas à la recherche des délices temporaires des sens. Il ne permet pas non plus à ses émotions de régner sur lui. En revanche, il a transcendé les tourments émotionnels et les attachements matériels pour atteindre un état de tranquillité intérieure.

Comme le suggère ce verset, la clé d'un tel état est en nous : dans notre esprit. En effet, la toute première chose que décrit le Seigneur Krishna en parlant de cet homme « ancré dans la sagesse » est son esprit, qui est *anudvigna* « inébranlable dans l'adversité ». Dans cet état, l'esprit sera pour nous la source d'un soutien. Quand un désir imprévisible ou une émotion puissante – comme la colère ou la peur – cherche à prendre le pouvoir, notre esprit peut nous ramener à la sérénité du Soi.

Une telle sérénité n'est pas réservée aux saints et aux sages d'antan. Comme nous le disent les Écritures indiennes, et comme Gurumayi l'enseigne dans son exposé du Message pour 2019, la vraie nature de notre esprit est conscience, le Soi. Et comme le Soi, il partage la même essence avec tout ce qui existe. Cette vérité est la clé qui permet de s'établir dans la « sagesse » que décrit le Seigneur Krishna – et elle est à la disposition de chacun de nous, à tout moment.

La prochaine fois que se manifestera une émotion puissante ou un sentiment d'attachement, prenez le temps de faire une pause et de porter votre attention sur votre souffle.

Vous pouvez aussi éventuellement répéter le mantra *So'ham* – Je suis Cela – que Gurumayi nous a donné comme objet d'étude pour 2019 dans son exposé du Message. Laissez le souffle et le mantra vous ramener, avec constance et sûreté, à la connaissance de votre vraie nature : la source tranquille d'accomplissement intérieur qui demeure toujours en vous.



© 2019 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.