



*Journal après Journal est un bulletin e-mail destiné à faire connaître les enseignements de **Sesha** sur la Non-dualité, appliqués à la vie quotidienne.*

Vous pouvez renvoyer ce bulletin à toute personne intéressée par la recherche personnelle, la connaissance de soi et la Réalité ultime.

La peur n'est rien d'autre que le manque de certitude de l'être.
Sesha

La crise existe t- elle pour ceux qui vivent dans la Non-dualité ?

Nous entendons parler ces jours-ci de la crise économique et de la fracture du système capitaliste de marché. Partout apparaissent des frayeurs fondées sur l'impossibilité de procéder à un contrôle économique dans le futur. Pendant des décennies, des personnes ou entités immensément riches ont contrôlé l'avenir économique, mais leur soif de s'enrichir a engendré l'effondrement de la base même sur laquelle ils agissaient.

En dehors de toute conjoncture il ressort que, face à l'égoïsme économique constant, la seule issue logique pour équilibrer un système social quelconque est finalement la redistribution équitable des ressources. Dans la pratique, nous n'y parviendrons pourtant jamais tant que l'être humain ne comprendra pas qu'il est préférable de construire pour le bien de tous que pour le bien personnel.

Tant que la peur continuera de nicher dans l'esprit humain, celui-ci devra se cacher de lui-même, considérant ses congénères comme des ennemis. La peur du futur n'est rien de plus que l'expression du doute sur la raison d'être de soi même. Entrer en soi et reconnaître une autre forme de réalité révèle de manière pratique et évidente une nouvelle morale. Naviguer sur l'océan de la Non-dualité engendre une certitude de l'existence de l'Être qui ne vacille pas, même au moment précis de la mort.

L'expérience constante de la Non-dualité empêche l'apparition de la peur, en rendant impossible le doute relatif à toute construction mentale. Ainsi la peur n'apparaît pas sous les traits d'un animal dévorant la vie et le temps, mais comme un événement face auquel on réagit sans douter. L'absence de doute ne répare pas le monde, mais nous évite d'en souffrir.

La peur acquiert une autre dimension quand le psychisme ne se perd pas en elle, lui accordant une réalité et une force qu'elle n'a pas. Elle n'est rien d'autre que le manque de certitude de l'être.

La création première de la peur, et la plus forte aussi, est l'égoïsme. C'est la croyance en mon existence séparée de ce que je connais, croyance qui devient la source de toute maladie.

Cette illusion se volatilise dans le monde de la Non-dualité dans lequel le Savoir de l'Être acquiert une connotation si différente qu'on ne peut plus douter sur ce qui est connu ni sur ce qui Est.

En réalité, devant l'agitation de la vie qui nous gagne tous les jours, le non-doute est l'expression la plus efficace de l'expérience Non-duelle. Cela n'implique pas de s'isoler du monde qui nous entoure mais de l'observer à travers un angle différent, utilisant la compréhension qu'apporte l'expérience non-duelle.

Et qu'est-ce que l'expérience Non-duelle ? Il s'agit d'une forme de savoir qui nous mène à la compréhension que la relation entre l'univers et celui qui le connaît, sous toutes ses facettes, s'établit du tout au tout et non pas de parties à parties. C'est pourquoi celui qui a fréquemment fait l'expérience de la Non-dualité est libre d'une quelconque réaction émotive dont le fondement serait le doute, cette impossibilité de maintenir une certitude cognitive.

Il existe une multitude de peurs : les peurs cognitives, sous forme de doute philosophique, les psychologiques, dont le vaste éventail est étudié par la psychologie. Elles expriment toutes l'incapacité de se maintenir face à la certitude de l'expérience des faits. Toutes ces peurs existent conjointement à l'égoïsme et c'est son absence qui libère de l'effet de la dualité. Ainsi, libres de la dualité, nous faisons finalement l'expérience de la liberté.

Pour en savoir plus au sujet de Sessa, vous pouvez consulter sa page web www.vedantaadvaita.com sur laquelle vous trouverez des informations sur ses livres, articles, entretiens transcrits, enregistrements audio et vidéo, ainsi que le calendrier de ses ateliers et de ses cours.