

# *Jour après jour* n° 24 *Juillet 2009*



*Jour après Jour 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.

Le silence intérieur nous ravi par son immensité.

Sesha

La technologie est un outil de plus en plus indispensable. Le progrès en communication permet de savoir ce qui se passe à l'autre bout de la planète en quelques secondes. La globalisation est un fait, et le mélange des cultures avance à pas de géant. Et pourtant, il semblerait que ce progrès élaboré grâce aux nouveaux développements est plus rapide que la capacité qu'a l'être humain à l'utiliser pour son développement intérieur.

Une des caractéristiques psychologiques qui se dégage dans un monde de plus en plus développé technologiquement est le profond sentiment de solitude intérieure. D'où l'étrange paradoxe de la technologie : aide-t-elle vraiment au développement intérieur de l'être humain ?

La technologie nous offre des outils pour effectuer plus efficacement la majeure partie des tâches que nous réalisons nous même par le passé, mais malgré cela, elle ne permet pas de transformer et améliorer la nature essentielle de l'être humain. Elle ne lui permet pas d'être mieux avec lui-même, plus heureux avec ce qui l'entoure, plus assertif dans ses décisions personnelles, plus aimant, plus idéaliste et humain.

Nous sommes souvent dépassés par le réseau complexe d'information qui nous entoure. Le mental est saturé par une telle quantité d'information, aussi une bonne part de celle-ci pénètre sans avoir été traitée consciemment. Résultat : des agissements programmés et insensés.

Tant que nous ne serons pas plus conscients de l'entourage extérieur comme du monde intérieur, le mental sera le spectateur d'un océan irrépressible d'événements qui le dépassent, le modèlent et, finalement, induisent des comportements superficiels et immatures. Comme c'est étrange : nous sommes assaillis par des possibilités de plus

en plus grandes d'accéder à l'information, et cependant nous devenons de plus en plus solitaires, enfermés dans notre propre intimité.

Nous nous sommes trompés en affirmant qu'une personne intelligente est capable de traiter une quantité d'information de plus en plus grande. La véritable intelligence devrait se formuler comme le mécanisme intérieur qui permet de traiter et d'organiser l'information consciemment. A quoi nous sert d'accéder à tant de mondes virtuels si en contrepartie nous nous isolons des autres et créons des réalités personnelles sans valeur ? Être intelligent signifie ordonner l'information reçue, et la transposer en activités spécifiques ; cela signifie également de savoir réaliser une synthèse personnelle, avoir une capacité d'analyse et d'intégration du monde externe et interne.

Comme c'est triste de voir un être humain isolé de son entourage, et amassant une multitude d'informations qui se mesure en gigas et téraoctets. L'enfermement dans lequel se trouve celui qui absorbe plus d'information qu'il n'est capable de traiter, prive de la possibilité d'appréhender clairement le monde dans toute sa dimension, de contempler et de se nourrir de l'énergie d'un paysage, d'une montagne ou un lever de soleil.

Et que dire de la merveilleuse contemplation du silence, ce monde dans lequel l'information, tout en étant présente, se montre sans conflits. Ce silence intérieur n'est pas la négation du monde interne ou externe : c'est ce qui nous ravit par son immensité, car en lui il n'y a pas de vide, au contraire, les mondes se croisent, flottant dans la merveille de la Conscience Non-différenciée.

L'attention constante, même dirigée vers les simples et menues tâches quotidiennes, est la porte d'accès vers les mondes extraordinaires de la claire perception, de la satisfaction personnelle et de tout ce qui a à voir avec l'exaltation qu'engendre le fait d'être vivant et doté d'intelligence.

Pour en savoir plus au sujet de Sessa, vous pouvez consulter sa page web [www.vedantaadvaita.com](http://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.