

Jour après jour n° 31 *Avril 2010*



*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.

Habituellement, face à la grandeur du moment de la mort, notre manière de vivre médiocre et inconsistante nous effraye.

Sesha

Les certitudes sont nos bouées de sauvetage quand le mental tourmenté crée le désespoir et la douleur. Un des moments les plus critiques de la vie est la mort. Quand elle s'approche, aucune certitude acquise pendant la vie n'est capable de justifier sa présence. La mort nous confronte aux abîmes intérieurs, aux désespoirs les plus aigus, et met en évidence notre manque de foi dans la vie et dans nous-mêmes.

Il y a deux mondes dans la mort : le premier correspond à celui qui part et le second à celui qui reste, et la réflexion existe dans les deux. Pendant ces moments, la vie se teinte d'une nuance propre à cet instant de la mort.

Celui qui part vers l'au-delà a la possibilité de se pardonner et de pardonner aux autres. Souvent le passage dure plusieurs jours, et celui qui va vers l'autre vie peut s'introduire dans des mondes nouveaux et étonnants, remplis de la brillance et du fantastique du divin. Le corps agonisant est surpris par des lieux, des personnages et des scintillements de l'au-delà, qui permettent à l'esprit de se préparer à jouir de la tranquillité imminente. D'autres fois, s'il a eu une vie indigne, celui qui part voit avec clarté ses erreurs et ressent la faiblesse de son esprit qui n'a pas su apporter compassion et force quand cela était nécessaire. C'est alors qu'on se rend compte de l'importance de ce moment culminant, pendant lequel le pardon doit se stabiliser pour pouvoir partir en paix.

Celui qui reste jouit également de la réflexion, et la vie est évaluée sans mensonges. Par moments, nous voyons nos actes sans les voiles de la peur, par instants nous sommes libres. Habituellement, face à la grandeur du moment de la mort, notre manière de vivre médiocre et

inconsistante nous effraye. Ces moments sont là pour nous dédommager intérieurement et entreprendre un chemin orienté vers la recherche de la dignité de soi dans la vie.

Quelle certitude demeure stable face à l'appel de la mort qui balaye tout ? Toutes celles qui restent dans les moments difficiles du dernier passage sont généralement celles qui rendent l'âme digne et sont un soulagement pour le futur. L'existence ne termine pas avec la mort. L'ensemble des tendances mentales et physiques inachevées sont des conditionnements qui se répèteront dans un autre temps et un autre lieu. Ce qui revient à la vie et pousse à prendre un nouveau corps, est animé par l'ensemble des certitudes qui existent comme priorités dans notre mental.

On peut construire une certitude en un instant ; pas besoin de beaux discours pour que la compréhension de quelque chose de valable se stabilise. Ainsi, tout instant de la vie est suffisant pour provoquer un changement radical dans la manière d'être et de penser. La mort est la dernière opportunité de changement que la nature nous donne. Il est donc capital de donner toute sa valeur à cet instant, tant pour celui qui part que pour celui qui reste.

Il est une certitude qui, plus que toute autre, est capable de dissoudre n'importe quelle peur non fondée. Une certitude qui imprime dans l'âme de celui qui la possède une force de vie qui demeure intacte en traversant la mort : c'est savoir ce qui est Réel.

Quand le Réel cesse d'être un discours mélodieux pour être une compréhension complète qui imprègne chaque acte de la vie, alors la vie et la mort sont un jeu digne d'être vécu, mais ne sont rien de plus que cela : un joli jeu, une belle illusion.

Pour en savoir plus au sujet de Sesha, 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.