

Jour après jour n° 5 Novembre 2007



*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.

La liberté finale est trop simple pour pouvoir être expliquée. (1)

Quelle est la raison de la recherche intérieure de l'être humain ?

L'explication de la recherche intérieure de l'être humain se trouve dans le fait qu'ayant besoin de vraies réponses à la raison de son existence, il ne peut rationnellement les trouver. Sans savoir réellement pourquoi, il cherche constamment quelque chose de supérieur à lui-même, quelque chose qui le dépasse et qui lui confère la raison d'être de sa propre existence.

Le point de départ de la recherche intérieure est de retrouver sa propre origine et le pourquoi de son existence. Résoudre les questions insolubles est la raison d'être de la recherche intérieure.

Quelle est la cause de la douleur et de la souffrance ?

La cause de la douleur et de la souffrance est que toute chose dont vous faites l'expérience, qu'elle soit interne ou externe, que ce soit par l'intermédiaire des cinq sens ou non, est toujours impermanente.

Le Bouddha a parfaitement défini le grand problème de l'existence quand il affirme que tout change, tout se transforme. L'impuissance face à la transformation du monde et l'alternance de douleur et de plaisir propre à l'existence, finissent par troubler et décourager l'esprit humain.

Le travail est-il le lieu le plus apte pour réaliser le Dharma ?

Certainement, le fait d'assumer une responsabilité, dans ce cas le travail, permet d'y mettre non seulement toute son énergie mais aussi tout ce que nous sommes. Ainsi, c'est le lieu le plus apte pour réaliser le Dharma car c'est l'action qui doit être accomplie.

Nous avons tous un travail, des engagements et des responsabilités. Assumer cette condition de manière juste, sans la présence du « moi » ni du désir des fruits de l'action, est ce qui permet au travail de devenir un outil de libération.

Combien de types d'action y a-t-il ?

Nous proposons essentiellement quatre types d'action. Nous appelons la première **inaction**, la seconde **l'action obligée**, la troisième **l'action juste** et la quatrième, le **renoncement à l'action**.

La première, *l'inaction*, se réfère aux personnes qui, devant assumer une responsabilité, ne le font pas. Le fait de ne pas réaliser l'action qui leur incombe génère un *karma* par omission.

La seconde, *l'action obligée*, suppose la réalisation d'une action réelle ou mentale altérée par le désir d'obtenir les fruits de l'action et par le sens du « moi ». Cette action génère des conséquences reliées par le moi, c'est-à-dire qu'elle crée du *karma*.

La troisième modalité est *l'action juste*, action physique ou mentale qui ne génère pas de *karma* : elle se réalise sans désirs des fruits de l'action et sans ego.

Le quatrième type est le *renoncement à l'action*, réalisée par celui qui renonce à l'engagement de la vie parce qu'il a la pleine compréhension de lui-même, de sa propre réalité et ne se laisse pas troubler par l'illusion et l'ignorance.

Voir plus dans *El Eterno Presente*, Sesha 1998

Quelle est la meilleure ?

L'action la plus valable est le renoncement à l'action parce que cela signifie que l'on a une compréhension de la nature essentielle de l'être humain. Mais tant que l'on n'a pas cette compréhension totale, il faut tenter de renoncer aux fruits de l'action. Réaliser l'action sans ego est généralement difficile, c'est la raison pour laquelle on finit souvent enchaîné aux conséquences des actes accomplis.

(1) *Los Campos de Cognición* p. 438 – Sesha 2003, Gaia Ediciones

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.