



## De la sérénité : "Ananda-Amrita"

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# De la sérénité : "Ananda-Amrita"

*Svami Prajnanpad, Frédérick Leboyer*

**De la sérénité : "Ananda-Amrita"** Svami Prajnanpad, Frédérick Leboyer

 [Télécharger De la sérénité : "Ananda-Amrita" ...pdf](#)

 [Lire en ligne De la sérénité : "Ananda-Amrita" ...pdf](#)

412 pages

Extrait

Channa, vendredi 6 décembre 1963, (Entretien 1)

## LA COMPARAISON EST UNE TROMPERIE

Frederick. Bien, pour le moment, je me sens calme, presque vide. Mais je sais que ce n'est probablement qu'une réaction et j'ai encore de légers doutes et ce même sentiment : «Alors quoi ?» Et je me souviens, l'année dernière, quand je suis arrivé en Inde au début, j'ai eu le même sentiment mais plus fort et qui a duré plus longtemps. Petit à petit, je me demandais à moi-même : «Mais à quoi t'attendais-tu ? À voler dans les airs ?» Ainsi, j'ai dû dire : «Non». Et je comprends que petit à petit, je dois sortir de l'action et de la réaction. Je dois penser de manière positive et faire quelque chose qui n'est pas dans le jeu de l'action et de la réaction. Je suis patient et j'attends. Je me sens très calme, je dors très bien, je ne prends pas de pilules. Je me sens en repos. Le seul problème, c'est que je sens mon énergie assez faible. C'est tout.

Svâmi. Essayons de voir à partir de la fin. Vous voyez, vous dites que vous sentez votre énergie assez faible ?

F. Oui.

S. Et c'est le résultat d'une comparaison. Vous comparez cette énergie à l'énergie que vous sentiez précédemment. Et cette énergie était un peu bouillonnante, ce qui était dû à une réaction ; cette réaction entraîne aussi une réaction.

F. Oh, je vois. Parce que lorsque je me sentais calme et plutôt vide, je me demandais : «Eh bien, peut-être qu'après tout, c'est ce que l'on recherche.» Mais ensuite, je me suis souvenu de Svâmi disant : «On doit être comme un volcan froid.» Alors je me suis dit : «Je n'ai rien d'un volcan, je suis plutôt comme un volcan mort. Mais j'attendrai.»

S. Oui, Svâmi a dit sans doute : «On doit être comme un volcan éteint» tant qu'il y a ce besoin d'énergie en l'homme. Mais ceci n'est pas l'état suprême, et ce n'en est pas la fin. À la fin, vous devez être un volcan froid et éteint.

F. Froid ?

S. Froid et d'une certaine façon épuisé. Comme vous le dites, vous vous sentez vide. Quelle est la nature de ce vide ? Il faut le voir. Ce vide, comme vous l'appellez, par ailleurs se transforme en plénitude. C'est le stade suivant. Quand l'action et la réaction cessent, on devient positif et ce positif n'est rien d'autre que la plénitude, non pas le vide. Vous dites : «Je me sens vide», ce qui montre qu'il y a une certaine réaction.

F. Oui, parce que se sentir vide n'est pas un sentiment positif. C'est comme le manque de quelque chose d'autre. C'est exactement comparer la situation présente avec...

S. Oui. Et cette comparaison, cette comparaison chimérique et illusoire est la cause-racine de toute activité bonne ou mauvaise. Et c'est faux. Pourquoi ? Vous l'avez en fait appris et découvert la dernière fois, la comparaison est illusoire, la comparaison est fautive. Pourquoi ?

F. Parce que vous n'êtes pas dans le présent, vous n'êtes pas dans ce que vous faites, dans ce que vous êtes.

S. Vous êtes dans le présent : vous êtes ici, un autre homme est ici, les deux sont ici, vous pouvez comparer. Étant également dans le présent, vous pouvez comparer. Mais le fait même de la comparaison est faux.

Pourquoi ? Parce que pour comparer, vous devez avoir une base commune. Sans base commune entre deux choses, vous ne pouvez pas comparer. Ainsi, vous dites qu'un homme mesure cinq pieds de haut, un autre quatre pieds et trois pouces de haut. Comment pouvez-vous le dire ? Quand ces deux personnes se tiennent sur la même base, vous pouvez les comparer. Mais si l'homme qui mesure quatre pieds et trois pouces de haut se trouve sur une base haute de trois pieds alors qui est le plus haut ? Ainsi la comparaison présuppose une base commune entre les deux... Présentation de l'éditeur

Pour Svâmi Prajnâpad, l'être humain vit dans une coquille, celle de son ego. Parce qu'il vit dans la prison de

son «petit moi» il rêve de liberté, d'expansion et même de spiritualité. Une fois ce constat posé, Svâmi Prajnânpad propose, pour sortir de la souffrance intrinsèquement liée à ce petit moi, de grandir. Mais comment ? En réalisant ses désirs, en prenant la réalité à-bras-le corps, en opérant une expansion de l'ego, et non pas en essayant d'y échapper, de l'abandonner ou de le détruire.

Pour réaliser ses désirs, il faut «être là où vous êtes», c'est-à-dire partir de ce que l'on est et «essayer de voir les choses comme elles sont» - changeantes et différentes. Tout change tout le temps. Tout est neuf. Le refus du changement et le désir de fixité constituent l'obstacle principal qui empêche de se connaître soi-même.

Se connaître soi-même, c'est accepter ses émotions et comprendre qu'elles sont liées à la comparaison et aux jugements de valeur. Il faut non pas renoncer, mais rendre l'ego suffisamment fort pour le confronter aux faits et à sa propre réalité. Ce qui est ici est ici. «Si vous prenez "ce qui est ici est ici", alors vous êtes un homme sage, un homme vrai, un homme illuminé.»

Connais-toi toi-même, il n'y a pas d'autre chemin vers la sérénité.

Cet ouvrage fait suite à «Ceci, Ici, À présent». C'est la suite des entretiens enregistrés que Frédéric Leboyer a eus avec son maître Svâmi Prajnânpad en décembre 1963 en Inde. Daniel Roumanoff a sauvegardé les enregistrements de ces entretiens qui se déroulaient en anglais. Il les a ensuite transcrits et traduits, ce qui permet au lecteur de se trouver témoin d'un échange exceptionnel où il pourra sentir résonner en lui les questions et les réponses.

Download and Read Online De la sérénité : "Ananda-Amrita" Svami Prajnnpad, Frédéric Leboyer  
#HLSI4VOA5WE

Lire De la sérénité : "Ananda-Amrita" par Svami Prajnanpad, Frédéric Leboyer pour ebook en ligne De la sérénité : "Ananda-Amrita" par Svami Prajnanpad, Frédéric Leboyer Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres De la sérénité : "Ananda-Amrita" par Svami Prajnanpad, Frédéric Leboyer à lire en ligne. Online De la sérénité : "Ananda-Amrita" par Svami Prajnanpad, Frédéric Leboyer ebook Téléchargement PDF De la sérénité : "Ananda-Amrita" par Svami Prajnanpad, Frédéric Leboyer Doc De la sérénité : "Ananda-Amrita" par Svami Prajnanpad, Frédéric Leboyer Mobipocket De la sérénité : "Ananda-Amrita" par Svami Prajnanpad, Frédéric Leboyer EPub  
**HLSI4VOA5WEHLSI4VOA5WEHLSI4VOA5WE**