

**LES TROIS ASPECTS DE LA SPIRITUALITE**  
**SWAMI TEJOMAYANANDA, Responsable de la Chinmaya Mission**

© Chinmaya Mission France

**Pour savoir ce qu'est la spiritualité, il y a trois points très importants à comprendre.**

**Premier point** : nous voyons tous le monde avec nos yeux. Nous voyons sa pluralité, sa diversité, les différences entre les choses. Toutefois, il y a un facteur commun en ce monde et quand nous le regardons sous cet angle, tout est un, il n'y a pas de différence.

Ainsi, les plantes, les animaux, les oiseaux, les êtres humains semblent différer les uns des autres, mais le principe de Vie, le facteur de Conscience est unique et identique en tous. Nous devrions rester conscients de cette unité et la garder en mémoire quand nous regardons le monde. Si nous considérons quelqu'un comme étant différent de nous, nous ressentirons de l'attachement, de l'aversion ou de la peur. Mais si nous avons la vision de l'unité, nous verrons l'autre comme étant nôtre, et n'aurons ni peur ni haine.

Dans la vie spirituelle, nous apprenons à avoir la vision de l'unité. Bien que nos yeux de chair voient les différences, notre vision spirituelle nous fera voir notre propre Soi, l'Être, en tous : " Mon Soi est en tous". Dans les relations, il nous faut reconnaître les différences entre mère, père, ami, etc. Mais du point de vue spirituel, nous devons nous souvenir qu'ils ne sont tous que notre propre Soi. Il faudrait garder cette connaissance et cette conscience de l'unité dans toutes nos activités. C'est le premier point à retenir.

**Second point** : notre vie est très active. Nous devons travailler. La Bhagavad Gîtâ nous dit que personne ne peut rester sans agir un seul instant. Le problème est que nous nous laissons accaparer par notre travail quand nous l'accomplissons, nous nous laissons dominer par nos attachements. Il nous faut rester détachés, calmes, quel que soit le travail que nous faisons. C'est le deuxième point à retenir.

Il nous faut garder l'unité dans notre vision et accomplir nos actions avec détachement. Les goûts ou aversions ne devraient pas intervenir dans nos activités. Nous devrions accomplir les devoirs qui nous incombent, quels qu'ils soient, avec un mental calme, sans les qualifier d'agréables ou de désagréables. Un juge doit accomplir son devoir, qu'il s'agisse de relâcher un prisonnier ou de le condamner à la peine de mort. Nous ne devrions pas laisser nos goûts et aversions personnels interférer avec l'accomplissement de notre devoir.

Accomplissons donc notre travail actuel, en pensant : "C'est mon devoir en ce moment ; c'est ma façon d'adorer le Seigneur". C'est ce que l'on appelle le détachement dans l'action.

**Troisième point** : toutes les activités et actions que nous entreprenons vont produire des résultats. En acceptant ces derniers, *quels qu'ils soient*, nous sommes dans une attitude d'équanimité.

Nous ne devrions pas laisser les résultats de l'action nous rendre excessivement heureux ou malheureux. Nous avons souvent tendance à réagir, à être très joyeux ou très découragé.

Un jour, un homme gagna cinq millions à la loterie. Il reste calme, mais bientôt s'inquiéta : comment le dire à sa femme, sans qu'elle s'évanouisse ou ait une attaque cardiaque sous l'effet de cette joie soudaine. Un ami propose son aide pour annoncer la nouvelle. Il dit à l'épouse, sur le mode de la plaisanterie : "Ma chère, que feriez-vous si vous gagniez cinq millions à la loterie ?". Elle répond sur le même ton : "Je vous en donnerais la moitié". Sous le choc, il s'évanouit !

C'est pourquoi il est dit dans la Bhagavad Gîtâ : "L'équanimité de l'esprit est appelée yoga". C'est le troisième point à retenir. Ainsi, nous devrions garder l'unité dans notre vision, accomplir nos actions avec détachement et avoir de l'équanimité vis-à-vis de leurs résultats.

Si nous avons tout cela, nous trouverons le bonheur. Telle est l'essence de la vie spirituelle