

# LA JOYEUSE LIBERTÉ DE MOOJI

Anthony Paul Moo-Young est né en Jamaïque. Affectueusement appelé Mooji par ses amis, il témoigne d'une réalisation spirituelle qui inspire de nombreuses personnes partout dans le monde. En direct de son centre spirituel au Portugal, Mooji a répondu à nos questions sur la liberté.

Propos recueillis par Céline Chadelat

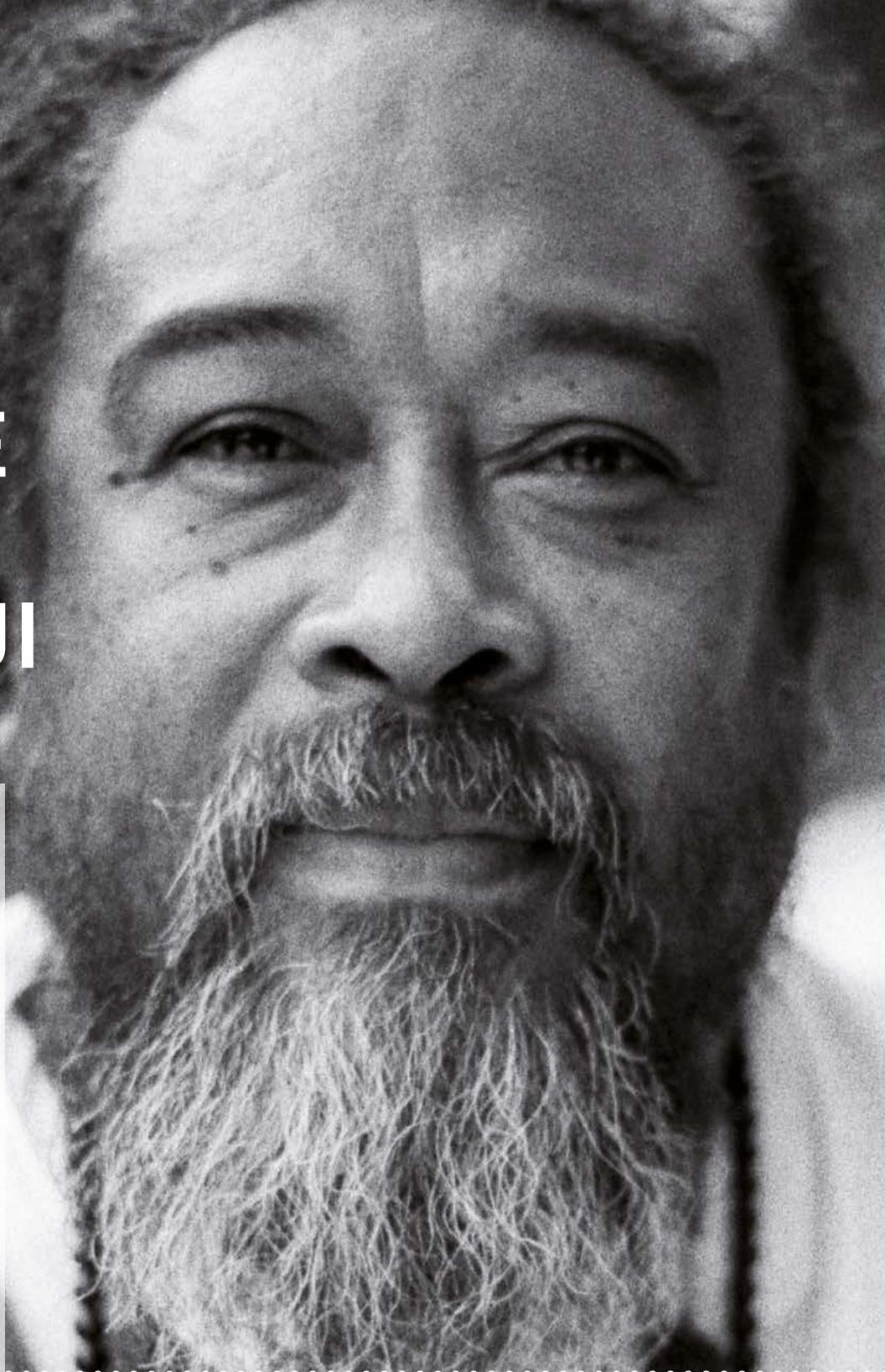
**ESPRIT YOGA :** Quelles sont les qualités d'un être libre ?

**MOOJI :** Celui qui est libre a saisi en son cœur ce qui élimine l'ignorance du Soi véritable. L'élimination de l'ignorance n'est pas uniquement un processus intellectuel, c'est une purification profonde et, en fait, une

guérison. Les êtres qui ont l'expérience de l'esprit libre rayonnent les qualités de paix, de joie naturelle et de bonheur. Ils ne sont pas heureux à cause des choses agréables qui leur arrivent, ils vivent dans la joie de leur Être naturel. Une paix totale est présente, ainsi que la sagesse.

**E. Y. :** Quels sont les obstacles à notre liberté ?

**M. :** Fondamentalement, chacun est libre. Nous sommes nés libres. Mais notre conditionnement social, religieux ou politique, façonne, en grande partie, ce que nous pensons être. Dans le règne humain, c'est



## « Une des plus grandes maladies contemporaines est le manque d'espace intérieur »

Mooji

plus marqué, parce que nous nous identifions intensément à notre corps et à notre personnalité. En croyant que nous ne sommes juste cela, nous oublions notre véritable existence en tant qu'êtres illimités. Tout cela débute dès notre plus jeune âge. Dès que la Conscience se développe, elle commence à retenir des croyances telles que « je suis ce type de personne », « je suis une fille », « je suis un garçon », « je suis Hindou(e) », « je suis Anglais(e) ». Ce conditionnement se fixe au sein de la Conscience, surgissant plus tard comme un obstacle à la réalisation d'être pure conscience et donc, essentiellement libre. En fait, nous ne savons même pas ce que « liberté » signifie. Le plus souvent, nous limitons la notion de liberté à « je suis libre de faire ce que je veux, d'aller où je veux », ce qui est aussi une forme de liberté, la liberté égotique. Celle que vous évoquez est différente, il s'agit d'être libre de l'identité conceptuelle.

**E. Y. : Quand nous tombons amoureux, nous développons de l'attachement. Comment éviter que cet attachement devienne une sorte de prison pour notre mental ?**

**M. :** L'une des raisons pour lesquelles nous créons des attachements est, en premier lieu, que nous ne sommes pas assez stables dans notre vraie demeure. Souvent, nous ne sommes pas non plus conscients de notre nature véritable. En effet, si vous êtes clair sur ce que vous êtes, si vous êtes établi dans cet état, l'amour que vous avez pour quelqu'un ne peut jamais ni vous dérouter ni vous diviser. Mais, pour pouvoir découvrir la Vérité, il faut une force, une résolution en vous, comme une voix

qui dirait « peu importe ce qu'il arrive, rien ne m'empêchera de trouver ce qui se révèle en mon cœur ». Évidemment, les personnes qui s'inscrivent dans cette vérité sont très rares et elles sont donc très précieuses !

**E. Y. : La pratique du yoga nous offre un espace intérieur, un élargissement de la conscience.**

**M. :** Il y a différentes formes de yoga. Ici, nous pouvons l'appeler Gy n-Yoga, ce qui veut dire « Yoga de la Connaissance du Soi ». Si votre yoga apporte cela, c'est formidable, parce qu'une des plus grandes maladies contemporaines est le manque d'espace intérieur. Nous sommes tellement saturés de bruits, de concepts, d'informations, d'attachements et de jugements, que cela engendre fréquemment un sentiment de claustrophobie. Cela rend les gens plus agressifs, instables, et insatisfaits de leur vie. Vous dites que votre yoga vous apporte de l'espace et de la paix, mais pour stabiliser cette paix, vous devriez être parfaitement enracinée dans la compréhension ultime, qui n'est rien d'autre que l'Être. Votre compréhension et votre Être sont un. Ceci est le vrai yoga, qui signifie ramener deux choses en l'unité, afin qu'il n'y ait pas de séparation entre le sens de vous-même et votre Être. Vous êtes votre Être.

**E.Y. : Votre voie et la tradition du yoga comprennent de grands**

maîtres et yogis, tels Ramakrishna, Ramana Maharshi, ou Papaji. Pour beaucoup, le mot « maître » signifie une perte de liberté.

**M. :** C'est un très grand malentendu ! Pour commencer, du fait de leurs conditionnements, les gens ne sont pas libres. Seul le maître est libre. C'est la personne illusionnée qui pense qu'avoir un maître signifie renoncer à sa liberté. En réalité, c'est renoncer à sa servitude. Si vous trouvez un vrai maître - car « maître » signifie liberté incarnée - il travaille uniquement pour votre véritable liberté, et non pas pour la liberté de votre ego. Vous donnez à votre maître ce qui est le pire en vous, afin de découvrir ce qui est le meilleur. Un vrai maître aide à trouver la joie, le bonheur, et la liberté véritables. Le maître ne peut pas vous asservir, sauf s'il est un faux maître. Rien ni personne au monde, pas même les parents, le mari, l'épouse, les enfants, ou les enseignants, ne travaille au nom de votre liberté, comme le fait un maître spirituel authentique. Et il n'offre pas une liberté égotique limitée, mais une liberté spirituelle véritable, qui signifie connaître et être votre Soi, être empli d'amour, de sorte que rayonne toute cette joie. Ramakrishna, Sri Ramana Maharshi, Papaji, le Christ, Krishna, ou le prophète Mahomet : tous les maîtres sont commémorés non seulement en tant qu'êtres historiques, mais vénérés en tant qu'êtres pleinement éveillés, qui rayonnent dans le monde les qualités d'amour intemporel, de paix permanente, de joie, de véritable guidance, et de sagesse.

« Les êtres qui ont l'expérience de l'esprit libre rayonnent les qualités de paix, de joie naturelle et de bonheur »

Mooji