



Journal du Kriya Yoga

d e B a b a j i

Éditorial

Se détacher de notre conditionnement

par Durga Ahlund

Notre évolution s'oriente selon notre famille, notre communauté, le courant politique ainsi que nos croyances religieuses. Nous sommes influencés par notre tradition, par des croyances dictées par la passion et la notion du bien et du mal. Une puissante structure psychologique domine notre monde et dirige nos pensées et nos actions. Nous devons choisir selon notre conscience pour cesser d'agir selon ce conditionnement ou bien de réagir à ce monde.

Saint Thirumular écrit que nous

devons mourir « en ce monde ». Il dit que la mort et la libération sont possibles quand nous ne sommes plus affectés par le monde des apparences. Mais je me pose la question : « Pourquoi faut-il ne pas être touché par les apparences de ce monde ? » Je ne choisis pas de mourir à ce monde. Je veux vivre avec joie à chaque instant. J'aime la riche diversité de ce monde.

Babaji nous demande de vivre courageusement pour le monde et de faire ce qui est possible pour mourir « à temps ». Cela, je peux

mieux le comprendre comme un besoin de casser le conditionnement. Les choses arrivent, puis repartent. Ce qui est passé appartient au passé. Mourir à chaque instant et « à chaque jour suffit sa peine ».

Les diverses pensées rappelant nos souvenirs du passé, nos plaisirs, nos aversions, nos frustrations, nos souffrances ou bien nos espoirs et nos peurs pour le lendemain viennent souvent assombrir notre candeur et notre joie au quotidien. Rarement nous faisons l'expérience de moments comme regarder un lever ou un coucher de soleil. Chaque moment a un début et une fin. En y étant vraiment présent, un changement créatif se produit dans ces moments là. Il est possible de faire quelque chose de nouveau quand quelque chose est terminé. La fin du jour, la fin de l'année, la fin d'un cycle, la fin d'une dispute ou d'une relation, d'un comportement, la fin d'une carrière, la fin d'une période où rien ne bouge ou la fin d'une vie. Un blocage survient suite à une épreuve non terminée, mais également après une situation heureuse non terminée. Souvenez-vous du film « Un jour sans fin »

à l'intérieur

1. 1. Éditorial : « Se détacher de notre conditionnement », par Durga Ahlund
4. « La Kumba Mela et ses ascètes : Pourquoi un pèlerinage n'est pas un voyage touristique », par M. G. Satchidananda. Première partie
7. Tirumandiram : une publication monumentale, par Durga Ahlund
8. Nouvelles et notes



Publié trimestriellement par Les Éditions Kriya Yoga de Babaji Inc.

196, rang de la Montagne, C.P. 90

Eastman (Québec) Canada J0E 1P0

Tél. : 450-297-0258; téléc. : 450-297-3957

Courriel : info@babajiskriyayoga.net Internet : www.babajiskriyayoga.net

Suite à la page 2

Éditorial (suite)

(Ground Hogs Day), le blocage peut se défaire d'un seul coup. Chaque moment a une fin, donc lâchons et ne nous encombrons pas pour le moment suivant, ni dans le futur, ni dans le mental, ni dans le cœur, ni dans cette nouvelle année.

Les Siddhas conseillent d'expérimenter le présent avec un esprit pur et de mourir au passé. C'est possible en renonçant à notre passé qui entrave le présent et en arrêtant de se projeter dans le futur, ce qui perturbe l'énergie vitale. Les luttes, les agressions et leurs réactions ainsi que les désirs et les rêves s'installent en nous et se manifestent soit par de l'excitation, soit par de l'inertie. Le stress se crée dans le mental et dans le cœur et par la suite déséquilibre le corps physique. Il entrave le processus vital et le corps a besoin de plus d'énergie. En tant que yogi, nous savons qu'il est possible de réduire le stress et d'augmenter notre capacité d'absorption du prana par la pratique régulière des asanas et des mantras. Chacun de nous a sa propre loi concernant l'offre et la demande. Toute demande d'énergie vitale supplémentaire à ce que nous pouvons fournir est source de maladie, de désintégration et de mort. Les pratiques de Yoga, des asanas, du pranayama et des mantras n'ont une action purifiante sur le cœur et le mental que si on lâche les mauvaises habitudes du mental. Elles peuvent même les renforcer.

Après la mort, les douleurs et les souffrances, les haines et les peurs inscrites dans le corps vital participeraient dans une sorte de conscience collective du monde. The Yoga Visistha parle d'un « Cœur du Macrocosme ». Ceci dit, nous le supportons tous. Quand un groupe de personnes se conduit mal, la résultante retombe sur nous tous sous forme de désordre, de maladies, de désintégration et de mort. Quand ojas est perturbé, on dit que l'énergie de vie la plus haute est par conséquent affectée. Les désordres de ojas déséquilibrent la Conscience Suprême et Prakriti (la force de la Nature) réagit par des catastrophes naturelles.

En ce début de nouvelle année, nous pouvons commencer le travail de libération du passé en pratiquant le renoncement, en laissant passer le bavardage du mental, les mémoires, les passions, les agitations et les rêves quotidiens.

Nous pouvons choisir spontanément l'amour, la gentillesse et la compassion pour chacun et pour nous-mêmes afin d'établir l'ordre, l'harmonie et une énergie vitale abondante pour notre corps physique et notre vie. Il y existe une belle prière utilisée et très connue de J. Krishnamurti:

"Om Shanti Shanti Shanti ! Mort aux problèmes relatifs à la douleur, la maladie et la confusion mentale. Mort aux problèmes causés par les autres ou notre environnement. Mort aux problèmes dont l'origine est inconnue ou dus aux accidents de la nature ».

Nous devons participer à la vie dans ce monde

Nous ne sommes pas des renonçants vivant dans un

monastère. Certes nous pratiquons l'intériorisation et le silence comme les moines. Comme les kriyas yogis, nous pratiquons le pranayama, la méditation et la répétition de mantras chaque jour pour communier avec la partie la plus profonde de nous, l'espace doux et silencieux sans émotion, ni irritation ou passion. Dans un sens, nous apprenons à mourir à temps. Cependant, nous pouvons aussi continuer la pratique durant toute la journée et non pas pendant des minutes d'inattention de la journée. 1) En devenant attentif à chaque instant et 2) en oubliant le passé et le futur.

C'est possible pour chacun de vivre dans la beauté du moment quand on a une compréhension du fonctionnement du mental en relation avec le présent. Rester présent, c'est être absorbé dans les moments et dans les ressentis sans s'y perdre. C'est comme apprécier une vue panoramique à chaque moment sachant que l'on est absorbé dans ce moment avec la conscience de nos pensées, de nos sensations et de nos émotions, en même temps présent à tout ce qui se passe autour. Cela s'appelle Nityananda Kriya.

Nous devons « choisir » d'observer régulièrement le contenu de notre mental ainsi que toutes nos réactions face aux difficultés et aux défis. Ce n'est qu'en découvrant les mémoires du subconscient qui continuent à nous hanter et qui parfois programment notre façon de penser, de réagir, que nous pouvons espérer progresser.

En tant que Kriya Yogis, on nous apprend à noter chaque jour tout ce qui traverse notre esprit, sans juger, sélectionner ou rejeter

Même les parasites continueront à nous poursuivre jusqu'à ce que nous lâchions consciemment le passé et développons suffisamment d'objectivité pour neutraliser la force de nos désirs. Enregistrer nous permet d'être conscients de toutes les choses idiotes qui traversent notre mental. Normalement, il suffit de n'accorder que peu d'attention à ces pensées. Puis, par la sadhana, le jour se termine et le mental est comme lavé par une douche apaisante. Nous pouvons instaurer la sérénité qui nous permet de laisser passer toute pensée, sentiment ou émotion qui surgit. La maîtrise de soi est la capacité à terminer quelque chose à l'instant ou dans l'instant suivant. Cette capacité à ne pas retenir les choses est immensément puissante et permet un renouvellement constant.

En comprenant comment fonctionne le mental et en abandonnant le passé, nous sommes face à face avec notre soi et nous nous ouvrons au monde de l'intuition qui s'installe en nous librement.

C'est tellement simple, que nous pouvons facilement passer à côté. Le soi est présent à chaque instant avec sa quête d'absolu. Le soi concerne un aspect de l'esprit qui ne dépend pas de la pensée ou de la mémoire mais qui est pure perfection et expansion de conscience. L'essence pure de la conscience est la seule chose qui

Suite à la page 3



reste cohérente, qui ne se fane pas, ne change pas d'idée ou s'amoindrit ; c'est la seule chose qui n'a pas de fin ou ne périt pas. C'est tellement simple. La conscience a toujours été là.

Les Upanishads disent

« comprenez que la Conscience c'est Vous »

La conscience est une présence vivante, aimante, qui nous transporte dans l'inconnu. Elle est au-delà de la pensée et des émotions. Elle est vaste et connectée à tous les êtres. Elle ne peut provenir d'une mémoire individuelle ; c'est l'énergie vivante du moment présent. Elle est ce qui donne à chaque chose sa valeur, la beauté et le parfum d'une rose, la naissance, la mort ; elle nous donne le temps de la découvrir.

Seule la pensée permet à ce qui est passé de continuer. La pensée est la réponse de la mémoire ou de l'association d'un sujet à un objet. Abandonnez le passé et mettez fin à la continuité. Notez tout ce que vous pensez être, n'oubliez rien, que ce soit quelque chose en relation avec votre physique, votre esprit ou votre personnalité. C'est relativement facile d'identifier les attitudes qui sont contraires à notre élévation, qui nous bloquent. Et il est aussi possible de les réfuter, une par une, graduellement. Il existe deux techniques qui aident à initier le changement. Elles ne sont pas secrètes ni compliquées et ont fonctionné pour moi.

Méditation I - la méditation *Neti Neti*

La méditation (pas ceci, pas cela). Je m'identifie à ce que je ne suis pas. Nous faisons l'expérience de nous-mêmes comme un monde de personnalités et de formes que nous souhaiterions voir ou que nous avons l'habitude de voir. Dans le yoga, nous disons que notre identité véritable est au-delà du nom, de la race, du pays, du sexe, de la profession, de la mémoire et de la personnalité. La première méditation est une méthode d'auto-observation qui nous aide à reconnaître que nous sommes véritablement une Énergie et une Essence qui demeurent au milieu de tous les changements.

Commencez par réfléchir à tout ce que vous pensez être et à tout ce qui peut être associé à vous et réduisez-le à néant, un par un en disant « neti-neti » (ou dites « pas ceci, pas cela »). Par exemple pensez à votre sexe (féminin ou masculin) et faites en la négation. Je suis une femme/ un homme. Neti, neti, ce n'est pas qui « je suis ». Je suis un yogi. Neti, neti, je suis au-delà de cette identité. Regardez ce qui est au-delà de chaque identité en disant « neti, neti » tout en abandonnant cette identification particulière.

Prenez la personne que vous voyez dans le miroir et sélectionnez chaque aspect de votre physique et les qualités de votre personnalité une par une, et réfutez-les.

Observez vos relations, votre race, vos croyances politiques ou spirituelles, tous les liens avec lesquels vous vous identifiez, et toujours, un par un, réfutez-les avec neti neti. N'utilisez pas ces mots mécaniquement, mais lâchez vraiment chaque identification et relation. Vous ne manquez pas de respect à ces parties de votre vie ou à vos relations. Vous vous dépouillez de couches afin de découvrir ce qui se trouve au centre de votre être.

Avec chaque neti neti, vous allez vers votre être unique, ce que vous êtes. Avec honnêteté, regardez vos rêves, vos désirs et vos ambitions. Si possible, évoquez tout ce à quoi vous vous accrochez, comme une image. Continuez aussi longtemps que nécessaire.

Puis ouvrez-vous à la conscience que vous êtes Cela, qui crée toutes ces identités temporaires. Remémorez-vous, rappelez-vous et faites l'expérience de ce même

cela qui n'a pas changé avec tous les changements et toutes les expériences de votre vie. Souvenez-vous de cette essence, qui est restée la même depuis l'enfance jusqu'à l'âge adulte. Ce qui est resté pareil à travers tous les hauts et les bas de votre vie. Reconnaissez et accueillez cette Énergie et cette Essence qui demeurent à l'intérieur, qui sont vous.

Lâcher prise de cette manière est exaltant. Cela crée l'espace pour se dégager de tous les comportements habituels persistants. Cette pratique peut créer une ouverture vers la nouveauté et l'intégralité.

Méditation II - S'occuper du feu

Une fois que vous avez découvert le lieu sacré à l'intérieur de votre corps, allez-y régulièrement. Laissez une partie de votre conscience rester là et imaginez-vous assis, vous occupant d'un feu de joie. Vous regardez sans attente ce qui affecte le reste de votre conscience. Lors de cette pratique, n'essayez pas de contrôler. Vous devez uniquement prendre soin du feu et rester à l'intérieur.

A un moment de la méditation, imaginez le feu créant une force d'énergie unique. Observez cette force s'élever au-dessus du feu, vous emportant avec elle dans chaque direction où vous souhaitez aller. Rentrez et contractez le ventre et soutenez par une énergie vitale, « demandez » que cette force soit toujours en vous, vous accompagne, vous protège, vous conduise vers le mieux pour vous.

Cette force vous aidera à établir la confiance et le lâcher prise. Le courant peut se manifester comme une intuition, une conscience supérieure et commencer à couler et vous pouvez y répondre spontanément. De nouvelles perspectives ou de nouvelles perceptions peuvent surgir ou de nouvelles directions peuvent commencer à s'ouvrir avec de nouvelles opportunités en cette Nouvelle Année.

Tout ce que nous avons à faire est de mourir à chaque moment et « A chaque jour suffit sa peine ». □



La Kumba Mela et ses ascètes ou pourquoi un pèlerinage n'est pas un voyage touristique ? (Partie 1)

par M. G. Satchidananda

Dans l'Inde du Nord, les Kumba Melas sont les destinations les plus populaires pour les pèlerinages. Elles ont lieu tous les douze ans, alternativement dans les endroits suivants : Allahabad (Prayag) au confluent du Gange, du fleuve Yamuna et du fleuve mythique Saraswati, Haridwar sur les rives du Gange, Ujjain sur les rives du fleuve Kshipra et Nashik, le long du fleuve Godavari.

La Ardh Kumbh Mela est célébrée tous les six ans à Haridwar et Allahabad, alors que la Purna (complète) Kumbh a toujours lieu à Allahabad tous les douze ans. Plus de 70 millions de pèlerins hindous ont participé à la Ardh Kumbh Mela qui s'est déroulée à Allahabad à partir du mois de janvier 2007 et a duré 45 jours ; le 5 janvier, jour le plus propice du festival du Makar Sankranti, plus de 5 millions de personnes étaient présentes.

Selon l'ancienne mythologie indienne, tous les 12 ans, l'alignement planétaire crée une énergie divine unique dans un de ces quatre endroits sacrés. Des millions de pèlerins se réunissent pour le rituel des bains sacrés et recevoir les bénédictions des Saints et Sages venus assister à cet événement alors que ces derniers ne quittent que très rarement leurs grottes dans l'Himalaya. Le fait de pouvoir être en leur présence et recevoir leurs bénédictions est un darshan. De tels darshan agissent comme un miroir dans lequel chacun peut voir son soi véritable éclairé par la présence des Saints. Depuis la kumbha (pot d'eau) mythique, le grand amrit kalash ou le nectar de la sagesse divine, se déverse sur les pèlerins à ce moment et à cet endroit précis. Afin d'absorber cet amrit, il est nécessaire « d'agiter, de nettoyer » les samskaras (impressions) du mental ou les habitudes. Les rituels des bains dans les eaux sanctifiées aident à nettoyer l'esprit de telles habitudes, notamment les plus importantes comme : l'aveuglement de l'égoïsme, l'habitude de s'identifier au corps, les émotions et les agitations du mental. En conséquence, on développe un état de paix et de joie ineffable qui s'installe dans l'âme, pure conscience. La Kumbh Mela va ainsi amener de grands changements dans le karma des pèlerins. C'est une expérience de transformation unique !

Les ascètes et l'aspiration

Une des choses les plus extraordinaires concernant les Kumba Melas, est la présence de milliers d'ascètes. Ce sont des pèlerins à vie, car beaucoup d'entre eux, ont fait vœux de pauvreté, d'obéissance et de chasteté, passent la plupart de leur temps à déambuler d'un endroit sacré à un autre. Et une des choses les plus difficiles à accepter pour un occidental, est de comprendre ou se rendre compte de ce qu'est l'ascétisme, car aujourd'hui dans la culture occidentale, le bonheur est

directement proportionnel à ce que l'on possède et non pas à ce que l'on est capable de renoncer, ce qui est l'idéal de l'ascétisme. Renoncer concerne autant le plan physique que le mental. Théoriquement, un yogi occidental peut « renoncer » à ce qu'il possède, son statut, ses relations et même de nombreuses choses non yogiques tel que manger de la viande, boire de l'alcool, des comportements comme la compétition et l'orgueil ou les émotions comme la colère, l'avidité et la peur. Mais généralement, le véritable test de « renoncer » ces choses ne se produit que lorsque cela a lieu physiquement. C'est mon expérience. J'ai vécu comme un ascète pendant 18 ans, de l'âge de 21 ans à 40 ans, lorsque j'ai quitté l'ashram de mon maître et décidé de vivre davantage dans le monde. J'ai aussi remarqué que l'on s'habitue à un certain degré de confort, certaines relations, travail, possessions et ensuite, graduellement, on s'y attache par habitude.

L'ascétisme est un moyen de purification. Lahiri Mahasaya a écrit : « l'ascétisme permet de rester pur au milieu des impuretés ». En Inde, cela s'appelle tapas, on se fixe volontairement et librement un défi afin de travailler la persévérance, la volonté, afin de se transformer. La plupart d'entre nous, nous nous identifions à nos actions, nos pensées et nos émotions, qu'elles soient bonnes ou mauvaises. Quand nous nous rendons compte que ce que nous sommes n'est rien de cela, et que nous décidons alors résolument de réaliser notre véritable Identité, comme pure conscience, alors le tapas ou l'ascétisme devient le bistouri par lequel nous commençons à nous purifier de l'égoïsme : L'habitude de s'identifier à ce que nous ne sommes pas. Le tapas devient le bistouri qui enlève les tumeurs des manifestations les plus importantes de l'égoïsme : l'attachement et l'aversion, ce que nous aimons et ce que nous détestons. Si vous voulez savoir si l'égo motive certaines de vos actions ou de vos choix, posez-vous les questions suivantes : ai-je une préférence ? Cela a-t-il de l'importance si j'ai ceci ou cela ? Seul l'égo a des préférences. Pour l'âme tout est identique. Pour votre âme, il n'y a pas de différence car son bien-être est permanent. L'égoïsme est si profondément enraciné que les ascètes ou les tapaswis, se soumettront délibérément à des privations afin de dompter les habitudes par lesquelles l'égo cherche à s'exprimer, cela inclut l'avidité, la colère, l'orgueil et la peur.

Durant la Kumba Mela, de nombreux ascètes s'adonnent à des formes de tapas difficiles : comme rester assis en méditation entourée de quatre bûchers en flamme formés de bois ou de fumier, avec pour cinquième flamme le soleil qui tape sur eux de l'aube

Suite à la page 5



La Kumba Mela (suite)

au crépuscule ; d'autres pourront rester debout, sans s'allonger, même pour dormir, accomplir un serment, pendant dix ans ou plus ; beaucoup observent le silence à vie ; d'autres peuvent être allongés sur des lits avec des clous ; d'autres portent de lourdes charges dans leurs bras. Parmi les plus connus, on trouve les nagas babas qui, depuis leur initiation, ne portent plus de vêtements. Ils passent la plupart de leur temps dans des grottes dans l'Himalaya ou en pèlerinage dans les temples sacrés dans les hauteurs de l'Himalaya, tels qu'Amarnath au Cachemire dans l'ouest, Gangotri la source du Gange, Kedarnath, Badrinath et Pashupathinath au Népal.

L'ascète aspire à la libération (moksha) de sa conscience limitée par l'asservissement de l'égo. Les mots "ascètes" et "ascension" sont tous les deux issus d'une racine commune qui signifie "s'élever". L'aspiration est le contraire du désir. Le désir est une expression de l'égo qui croit qu'il ne peut être heureux si son désir n'est pas satisfait. Lorsque le désir est satisfait, la sensation désagréable du désir est supprimée, mais seulement momentanément, jusqu'à ce que le prochain désir surgisse. En reconnaissant que les désirs sont sans fin, et que par conséquent, on ne peut échapper à la souffrance qui en découle, le sage cherche à supprimer la cause de la souffrance en éliminant cette cause, le désir lui-même. A l'inverse des autres personnes qui cherchent juste à combler leurs désirs et à éviter ce qu'elles ne veulent pas, les aversions, en recherchant les distractions dans les plaisirs et évitant la souffrance, l'ascète cherche à s'élever au-dessus du jeu de l'égo qui veut ou ne veut pas et entraîne son esprit à rester fixé sur la félicité inconditionnelle et ineffable de satchidananda : l'être, la conscience et la félicité absolus.

Les origines de l'ascétisme en Inde

Il existe des douzaines d'ordres d'ascètes importants connus sous le nom de akhadas, et beaucoup d'autres moins importants. On classe les sâdhus indiens, en dehors du Jainisme, en deux catégories : les Bairagis, qui vénèrent des incarnations de Vishnu, dont Rama, Krishna, Dattatreya et les Samnyasin, dévots de Shiva. A proprement parlé, un Samnyasin est une personne qui a renoncé au monde à la fin de sa vie terrestre après avoir rempli ses devoirs propres au début de la vie. Toute personne qui a renoncé aux affaires de ce monde et a vécu une vie de célibat sans jamais avoir été chef de famille était communément appelé un Brahmacari. Mais au fil du temps, cette distinction s'est perdue et on utilise le mot Samnyasin pour tout ascète qui a renoncé au monde.

Parmi les Samnyasin, on distingue généralement les classes suivantes (1) Dasanamis; (2) Dandis; (3) Paramahamsas; (4) Brahmarcaris. Mais cette classification est basée sur une confusion d'idées. Il n'y a réellement qu'une école de Samnyasin qui se compose de dix ordres, on les appelle des Dasanamis.

Dandi signifie celui qui a un bâton (danda). Les dandis sont des samnyasin qui observent une règle particulière ou qui ont atteint un certain niveau en contrôlant leur corps, leurs paroles ou leur esprit. Ils peuvent appartenir à l'un des dix ordres des Dasanamis. En fait, dans la pratique, seuls les ascètes Brahmin appartenant à l'un des quatre ordres des Dasamanis, à savoir, Asrama, Bharati, Sarasvati et Tirtha, peuvent être ainsi désignés et sont tenus de porter un bâton afin de symboliser leur statut. C'est inscrit dans les textes anciens.

Les Paramahamsas ne forment pas une classe à part des Samnyasin. Les ascètes, qu'ils soient shivaïtes ou vishnuïtes, adorent Siva ou des incarnations de Vishnu, qui ont été mis à l'épreuve pendant au moins douze ans, peuvent devenir des Paramahamsas. En général, ils appartiennent cependant, à l'un des dix ordres des Dasanamis, ils sont modernes et ils se considèrent au-dessus de certaines règles et de certaines observances. Par exemple, ils se présentent comme des prédicateurs ou bien des professeurs. Ils acceptent de s'asseoir et de dîner avec les Nagas, en général constitués des Sudras (la plus basse classe). Les Paramahamsas se promènent souvent en compagnie de leurs étudiants élèves et de leurs disciples. C'est la classe la plus élevée des ascètes. Ils sont réputés pour avoir atteint un certain degré de connaissance et une certaine maîtrise qu'absolument rien ne peut les perturber. Ils sont si purs que rien ne peut les contaminer. Les différences entre les doctrines des shivaïtes ou vishnuïtes ne les affectent pas. Ils sont en principe des érudits en sanskrit.

Paramahamsa est la seule catégorie d'ascètes que l'on trouve depuis la période des premières Jabala Upanishads. D'autres catégories mentionnées dans l'épopée du Mahabharata sont manifestement absentes depuis l'époque de Sankara qui a organisé les dix ordres des Dasanamis au 9^{ème} siècle.

Hamsa veut dire pureté et stabilité. Parama signifie suprême. Le terme Paramahamsa indique un ascète qui a non seulement atteint un niveau qui lui permet de discerner l'essence de l'Esprit et l'âme individuelle avec tous les pièges mais a aussi atteint l'état de réalisation du Soi.

Un des premiers Paramahamsas répertorié dans la Jabala Upanishad est Dattatreya, et "da" est comparé à "hamsa". Selon un adage courant parmi les ascètes, le renoncement commence avec Dattatreya (Dattase Samnyasa cala) et de même que pour Sankara, Dattatreya est l'ascète le plus hautement vénéré, à tel point qu'il est mentionné dans les Puranas en tant qu'incarnation de Vishnu. Dans la Bhagavata et le Mahabharata il apparaît comme la sixième incarnation de Vishnu.

Brahmacari signifie la période des études, la première des quatre étapes de la vie (appelées asramas). Ce n'est pas une fin en soi, mais une préparation pour

Suite à la page 6



La Kumba Mela (suite)

les étapes suivantes : celle d'un chef de famille (grahasta), où il recherche la richesse et profite des plaisirs de la vie ; la troisième étape ou ascétisme qui revêt un caractère social, où il se retire (vanaprastha) et avec sa femme se consacre aux pratiques et études spirituelles, à la vie sociale, aux austérités (tapasa), à guider des étudiants ; et la dernière étape, où il renonce au monde (samnyasin) erre sans logis, mendie et se consacre totalement à des pratiques austères. Ces quatre étapes ont été considérées par les hindous comme devant être la voie que l'on doit suivre pour atteindre moksha ou la libération depuis l'époque des premières Upanishads jusqu'à une période beaucoup plus tardive. La Bhagavad Gita donne la base philosophique pour la vie d'un chef de famille : accomplir ses devoirs en restant détaché et dévoué au Seigneur. Une telle personne est appelée un niskamakarmayogi, celui qui agit d'une manière désintéressée, sans attendre de récompense personnelle. Dans la vie actuelle, mais non en théorie, cela a supplanté l'ancien schéma avec les quatre étapes. Pour cette raison, Rama, l'incarnation de Vishnu, accompagné de sa femme Sita, forme une des déités les plus populaires de l'hindouisme.

Dans la Jabala Upanishad, où l'on parle des quatre asramas pour la première fois, il est clairement indiqué qu'il est possible de devenir mendiant le jour où l'on se sent détaché du monde, quelle que soit l'étape de la vie où l'on se trouve. C'est aussi bien que de passer par les quatre étapes. Plus tard, ces personnes furent appelées naisthika brahmacharin, ce qui signifie celui qui reste un étudiant et un célibataire toute sa vie. Lorsque le cas de chef de famille désintéressé a remplacé celui qui passe par les quatre étapes de la vie, alors l'ascète célibataire à vie s'est avéré le choix idéal. On peut dire que la culture indienne, non bouddhiste et non jainiste, est

la seule culture qui ait parlé de deux itinéraires possibles, du tout début de son histoire à aujourd'hui. C'est le choix de l'ascétisme alternatif ou de l'ascétisme complémentaire. Le bouddhisme, ainsi que le jainisme, proclament que l'ascétisme est la seule et unique voie du salut. La plus grande contribution que Bouddha a apporté à l'ascétisme est l'organisation d'une communauté spirituelle, appelée Sangha. Ce n'est qu'à partir du 9^{ème} siècle que les ascètes hindous ont été organisés en ordres monastiques fondés par Sankara. Il a établi quatre centres monacaux aux quatre coins de l'Inde et dix ordres d'ascètes shivaïtes, les Dasnamis. Ces dix ordres portent chacun un nom distinct dont la signification et l'origine sont entourées de mystère. Chaque ascète, dès lors, porte son nom d'ascète mais également une sorte de nom de famille provenant de l'ordre auquel il appartient. Mais bien avant leurs fondateurs, Bouddha et Mahavira, certains indiens déclaraient déjà que l'ascétisme était la seule et unique voie du salut. Trois ou quatre d'entre eux étaient des personnages des Upanishads donc avant le 9^{ème} siècle. L'un d'eux, Sanatkumara, figure dans l'une des deux plus anciennes Upanishads. L'autre, beaucoup plus connu est son disciple : Narada. Tous deux, de même que plus tard Dattatreya, Sankara et plus récemment Sri Ramakrishna (19^{ème} siècle) étaient célibataires ou brahmacharin à vie.

Les ascètes de type idéal commencent par renoncer au monde et à s'en écarter. Cela a évolué vers un type idéal qui poursuit deux objectifs : la réalisation du soi et la spiritualisation de la communauté, pour celui qui est le plus ancien, et le service social désintéressé, pour celui qui est le plus récent. C'est une expérience sociale des plus significatives. Tant qu'un certain nombre de personnes est attiré par l'ascétisme, les valeurs transcendantes seront régulièrement rappelées à tous les membres de la société.

Notre propre tradition du Kriya Yoga de Babaji manifeste le théisme monastique de Tirumular et des 18 Siddhas. La majorité des membres de notre tradition mènent une vie familiale comme les Siddhas mais peuvent à un moment donné, décider de renoncer. La pratique du Kriya Yoga de Babaji, avec sa manière de pratiquer le yoga, sa façon de manger et les directives sociales, est une forme d'ascétisme comme cela est expliqué dans la deuxième partie de cet article. L'ordre des acharyas du Kriya Yoga de Babaji est un ordre d'ascètes. Leurs vies sont dédiées à la pratique et à l'enseignement du Kriya Yoga de Babaji. □



La dernière Kumba Mela, Allahabad 2007.



Le Tirumandiram: une publication monumentale

par Durga Ahlund

Une nouvelle traduction anglaise du Tirumandiram sera présentée lors d'une cérémonie de gala à Chennai en Inde le 17 janvier 2010. L'Honorable Sri P. Chidambaram, Ministre indien de l'Intérieur, les responsables des monastères des shivaïtes à Dharmapuram, Tiruvavaduthurai et Tiruppanandal, ainsi que le Ministre des Affaires Religieuses de l'État du Tamil Nadu K. Periyakaruppan, nous honoreront de leur présence. Ce travail monumental a été réalisé par une équipe d'éminents spécialistes et yogis sous la direction du Dr T.N. Ganapathy et le sponsoring de Marshall Govindan, Président de l'Ordre des Acharyas du Kriya Yoga de Babaji, et le Dr N. Mahalingam, philanthrope notoire. C'est un des travaux les plus importants réalisés sur le Yoga, le Tantra, la philosophie du Saiva Siddhanta et la spiritualité. Il a été écrit il y a plus de 1 500 ans par le Siddha Tirumular. Il est publié en 10 volumes, plus de 3 200 pages et contient plus de 3 000 versets en tamoul avec pour chacun le texte original en tamoul, la translittération, la traduction et les commentaires. Il contient aussi un glossaire, une bibliographie et un index. De plus, l'ouvrage comprend des chapitres d'introduction présentant les deux aspects du débat Saiva Siddhanta, le théisme moniste de Tirumular face au réalisme pluraliste de Meykandar. Il est proposé au prix de seulement 100\$US ou 115.50\$CAD plus 50 \$ pour les frais d'envoi. Veuillez visiter notre site au www.babajiskriyayoga.net/english/bookstore.htm pour de plus amples informations.

Le Tirumandiram constitue la voie vers la réalisation de Dieu et la réalisation en tant qu'être humain. Comme notre nature humaine n'a pas changé, en deux mille ans les paroles de Tirumular sont toujours d'actualité. C'est le premier récit d'un homme qui a réalisé l'union avec le Divin. Tirumular illustre le merveilleux potentiel de l'être humain. En tant qu'humains, nous avons l'imagination et le pouvoir de concevoir différentes méthodes pour nous perfectionner. Tirumular parle de l'alchimie possible et explique de plusieurs façons comment nous pouvons nous transformer en des êtres parfaits en nous abandonnant au Divin. Il nous dit qu'en nous abandonnant au Divin, nous pouvons vivre ouvert à la grâce et ainsi, savoir ce que nous sommes supposés faire chaque jour ou chaque année ou dans une relation particulière. Nous devons cependant ne pas négliger l'importance de l'égo et pour cela, la seule chose que nous pouvons faire, est de comprendre que l'égo n'est qu'un outil du Soi. Le Tirumandiram souligne que c'est la condition absolue pour la réalisation.

Le Tirumandiram stipule « examine l'égo, mais réalise le « Moi » ». Éliminez la souffrance humaine en comprenant que le « Moi » choisit, détermine, prend des responsabilités. Les vertus, les fautes, les éloges et les reproches sont dus à quelque chose qui se trouve bien au-delà de votre égo individuel, de l'esprit, de l'in-

tellect ou de la personnalité. La joie se trouve dans l'Unité lorsque l'égo est dépassé. Alors, seul le Soi subsiste.

Le Thirumular nous donne de nombreuses techniques du yoga de la kundalini afin de révéler la lumière de notre soi transcendantal. Mais il nous dit que l'élément le plus important ne peut pas être donné, ni enseigné. La confiance et l'abandon viennent de l'intérieur. Et seuls, la confiance et l'abandon nous donnent la capacité de croire sans réserve, l'inspiration et l'intuition venant du Soi transcendantal. Uniquement cela maintiendra l'égo à l'écart de nos défis et de nos actions.

La vie est un processus à travers lequel nous endurons, confrontons et assimilons des leçons. C'est un processus lent, systématique de maturité spirituelle. Et alors que l'égo lutte pour obtenir tout ce qu'il peut dans ce monde, quelque chose en nous préserve l'évolution spirituelle.

Qui sommes-nous vraiment ? Et que sommes-nous venus faire ? Ces deux questions concernent le plus souvent notre relation avec notre Soi. Même quand cela est le cas, nous sommes davantage préoccupés par nos relations avec les autres qu'avec nous-mêmes. Nous sommes plus sensibles à la façon dont les autres nous voient et nous traitent. Nous réfléchissons rarement à la façon dont nous nous voyons et nous nous préoccupons de notre Soi.

Le monde a beaucoup plus d'égards pour les êtres sociables, extravertis et charismatiques que pour les introvertis qui ne se font pas remarquer. La passion est encensée alors que la sérénité est souvent perçue comme de la froideur ou de l'apathie. Les héros d'aujourd'hui se démarquent par leur action ou leur révolte mais pas par leur perception.

Nos héros à nous, tous les Saints et les Siddhas, comme Tirumular valorisent « la perception directe » qui est sans analyse, sans raisonnement, sans toutes ces choses que l'intellect crée afin de repousser la perception. Ils disent que si nous développons d'abord la confiance et l'abandon, alors, nous recevrons la grâce et serons guidés vers l'état de perception directe. Par la confiance et l'abandon, nous trouverons notre place unique et notre rôle dans le monde.

Tirumular décrit la « perception directe » par la confiance et l'abandon tout au long des 3 000 versets du Tirumandiram, le Kriya de Babaji décrit la clé vers la perception directe, dans The Voice of Babaji (La voix de Babaji) comme : un mur qui existe afin que nous puissions passer à travers ; c'est un mur circulaire sans fin avec de nombreuses portes indiscernables qui s'ouvrent en grand lorsque nous nous abandonnons à la grâce de Dieu et à la grâce du Guru.

Rien n'est plus grand sur le chemin spirituel que la Confiance et l'Abandon à la grâce de Dieu. C'est la Voie vers notre Soi. □



Nouvelles et notes

Pèlerinage dans l'Himalaya : du 18 septembre au 5 octobre 2010. Un pèlerinage à Badrinath, Mana, Joshimutt, Rudraprayag et Rishikesh sera conduit par M. Govindan et Durga cet automne. Vous êtes tous les bienvenus. Consultez le site internet pour plus d'informations.

Le deuxième niveau d'initiation sera donné par M.G. Satchidananda à Bangalore du 22 au 24 janvier, près de Zurich du 14 au 16 mai, au Québec du 18 au 20 juin, en Estonie du 13 au 15 août, du 15 au 17 octobre et à Dole, en France, du 5 au 7 novembre. Il sera aussi donné par Nityananda en Cantabrie, en Espagne du 31 janvier au 2 février, à Huelva, en Espagne et en Argentine au printemps et par Satyananda en Allemagne du 13 au 15 août, à Singapore du 15 au 17 octobre et à Daylesford, en Australie du 22 au 24 octobre.

Le troisième niveau d'initiation, donné par M. Govindan, aura lieu dans les environs de Dole en France du 17 au 24 mai, au Québec du 23 juillet au 1er août, en Estonie du 15 au 22 août et près de Francfort en Allemagne du 22 au 29 mai 2011. Atteignez l'objectif de la réalisation du Soi grâce à de puissants kriyas qui permettent d'éveiller les chakras et de se plonger dans le samadhi – l'état de suspension du souffle.

Une formation d'enseignants du Kriya Yoga de 280 heures sera dispensée par Durga Ahlund et M.G. Satchidananda au Québec du 1er au 11 juillet 2010 et de nouveau à Francfort, en Allemagne, du 5 au 15 août 2011. Cet enseignement répond aux critères de la Yoga Alliance, qui regroupe les écoles de yoga et les professeurs certifiés aux États-Unis. Pour obtenir le contenu du cours et pour plus d'informations, veuillez contacter Durga à durga@babajiskriyayoga.net ou visiter son blog www.seekingtheself.com.

Nouveau CD: "Om Kriya Babaji Stuti Manjari" : Nous sommes heureux d'annoncer la sortie d'un nouveau recueil de chansons chantées par Bhavani Ramamoorthy, dont la voix merveilleuse et les arrangements musicaux ont élevé de nombreux mantras connus et moins connus du Kriya Yoga à des niveaux d'inspiration sublimes. Les arrangements sont faits avec des intonations et des rythmes puissants. Certains mantras sont uniques et nous ont été transmis par Babaji dans le livre « Voice of Babaji ». Bhavani est accompagné par des voix d'autres initiés au Kriya Yoga. Le disque a été enregistré à Chennai par des professionnels et co-produit par les Publications du Kriya Yoga. Commandez votre exemplaire au prix de 12.95 \$US, 15.70 \$CA (inc. tps) ou 16.87 \$CA au Québec (inc. tps & tvq), plus 4.00 \$ de frais d'envoi ou 8.00 \$US pour l'étranger.

Nouvelles Publications Nous sommes heureux d'annoncer la publication de deux nouveaux livres: **Babaji's Kriya Yoga: Deepening Your Practice**, Practice (*approfondissez votre pratique*) par Durga Ahlund et Marshall Govindan. Ce livre donne des conseils, avec des schémas et des photos sur la pratique de la série des 18 asanas ou postures de Yoga, connue sous le nom de « Kriya Hatha Yoga de Babaji ». Le contenu de cet ouvrage permet au pratiquant d'aller au-delà du travail du corps physique, de transformer sa pratique des asanas vers une pratique spirituelle et l'amène vers un état de conscience supérieur. A la différence des autres ouvrages publiés sur le Hatha Yoga, celui-ci vous montrera comment transformer votre Hatha Yoga en un moyen de réalisation du Soi. Il initie les étudiants aux cinq volets du Kriya Yoga de Babaji. Ce livre s'adresse aux nouveaux étudiants du Kriya Yoga ainsi qu'aux étudiants initiés qui cherchent à approfondir leur pratique. Il comprend 150 pages au for-

mat 8 1/2" X 11" et des schémas en couleur ; son prix est de 17,95\$US plus frais de transport.

Kailash: In the Quest of the Self (*à la recherche du Soi*), par Swami Vedananda Saraswati, édité par Durga Ahlund, relate l'aventure spirituelle peu commune d'un renonçant qui entreprend un pèlerinage au pied du Mont Kailash au Tibet. L'ouvrage relate ses rencontres avec un vieux Siddha de 700 ans, et avec des ascètes extraordinaires, ses expériences spirituelles et des épreuves traversées au cours de son voyage. L'auteur est un disciple de Shirdi Sai Baba. Le livre de 130 pages contient de nombreuses photos, son prix est de 15,95\$US plus frais de transport.

Maha Kumba Mela à Haridwar en Inde : du 25 janvier au 8 mars, Satchidananda et Durga accompagneront trois groupes de 34 personnes chacun à cet événement extraordinaire. Un quatrième groupe est en train de se former pour la période du 6 au 23 mars, il sera conduit par l'Acharya Satyananda. Nous aurons notre propre tente à la Mela. Si vous désirez y participer, veuillez contacter l'ashram.

Retraites individuelles à l'Ashram du Québec : les initiés qui le désirent peuvent maintenant venir faire une retraite individuelle à l'Ashram du Québec cet hiver. Ils seront accueillis par David et Nicole Lavoie. Santosh guidera la pratique des 18 postures et la méditation. La contribution suggérée est de CAD\$55 par jour.

Visitez notre site de cybercommerce à l'adresse www.babajiskriyayoga.net pour faire des achats avec votre carte VISA, American Express ou MasterCard. Vous y trouverez tous les livres et les autres produits offerts par les Éditions Kriya Yoga de Babaji, Inc. Vous pouvez également faire un don à l'Ordre des Acharyas. Vos ren-

Suite à la page 9



Nouvelles et Notes (suite)

seignements de carte de crédit seront traités avec la plus stricte confidentialité. Jetez-y un coup d'œil!

La plupart des articles des anciens numéros du Journal du Kriya Yoga se trouvent maintenant dans notre site Internet : www.babajiskriyayoga.net. Lisez-les!

Nous demandons à tous nos abonnés de la zone Euro de nous envoyer votre souscription annuelle de 12 euros par transfert à la Deutsche Bank, (Deutsche Bank International, BLZ 50070024, numéro de compte 0723106, re. IBAN DE09500700240072310600, BIC/Swift code DEUTDE33HAN). Ou bien pour les pays francophones en Europe, le paiement doit être fait au nom de « Marshall Govindan » par transfert à la Banque LCL (Le Crédit Lyonnais, Banque 30002, indicatif : 01853, numéro de compte 0009237P80, re. IBAN FR75 3000

2018 5300 0000 9237 P80, BIC CRLYFRPP) ou pour la France par chèque libellé à l'ordre de « Marshall Govindan » et adressé à Françoise Laumain, 50 rue Corvisart, 75013 Paris, France. En Espagne, envoyez un chèque à l'ordre de « Nacho Albalat » à son attention et à son adresse c/ Ruzafa 43/2, Valencia 45006, Espagne et l'en informer par courriel (hunben@gmail.com.) Pour les pays de langue allemande, veuillez informer Prem par courriel (prem@babaji.de) de votre renouvellement d'abonnement.

Pour renouveler votre abonnement au Journal du Kriya Yoga, veuillez visiter la rubrique boutique sur le site internet www.babajiskriyayoga.net ou envoyer un chèque à l'ordre du Kriya Yoga de Babaji avec le formulaire de renouvellement, ci-dessous, complété avec soins.

Avis aux abonnés

Nous enverrons le journal par courriel à tous ceux qui ont une adresse électronique. Veuillez donc nous fournir votre adresse courriel. De plus, si vous avez un filtre anti-pourriels, veuillez placer notre adresse courriel info@babajiskriyayoga.net dans votre liste d'exception. Nous vous ferons parvenir le journal en pièce jointe sous forme de document PDF. Vous pourrez le lire en utilisant Adobe Acrobat Reader, que vous pouvez télécharger gratuitement en suivant les indications qui apparaîtront au moment d'ouvrir la pièce jointe. Autrement, nous pouvons vous l'envoyer comme document Word non formaté et sans photo. Si vous ne renouvelez pas votre abonnement avant la fin du mois de mars 2010, il se peut que vous ne receviez pas le prochain numéro.

Formulaire de Renouvellement

S'il vous plaît renouvelez mon abonnement d'un an au
« Journal du Kriya Yoga de Babaji »

Nom _____

Adresse _____

Courriel _____

Ci-joint un chèque de 13\$US aux E.U., de 13,65\$CAD au Canada ou de 14,67\$CAD au Québec, à l'ordre des Éditions Kriya Yoga de Babaji, Inc. Adresse : 196, rang de la Montagne, C.P. 90, Eastman (Québec) Canada J0E 1P0.

