

Journal du Kriya Yoga

d e B a b a j i

Éditorial

S'éveiller du rêve par une intention consciente soutenue

par M. G. Satchidananda

Nous sommes, individuellement et collectivement, en train de « rêver les yeux ouverts ». Parce que nous sommes constamment absorbés par nos pensées, nos émotions et nos sensations, nous nous identifions totalement au drame de nos vies. Les Siddhas nous ont appris que pour cette raison, nous sommes aveugles à l'Être Divin Absolu Conscience et Béatitude (Satchidananda) et nous souffrons des conséquences de l'égoïsme que sont le

désir, l'attachement, l'aversion et la peur de mourir. Trop identifiés avec le corps et le mental que nous occupons, nous oublions qui nous sommes : la conscience pure. Cet oubli est programmé dans notre nature humaine. Pour le dépasser, les traditions spirituelles ont universellement prescrit de se retirer en soi-même et d'éviter tout contact avec toutes sources de désirs qui pourraient nous enchanter ou nous distraire. En d'autres mots, on cherche

à épuiser le corps vital de tout élan vers les plaisirs éphémères, le but étant de s'échapper de ce monde malheureux : soit en se dirigeant vers un royaume divin, soit en cessant de se réincarner sur terre afin de vivre éternellement dans une demeure spirituelle baignant dans une Transcendance supra cosmique intemporelle et sans espace. Comme peu de gens ont la capacité et la volonté de se retirer du monde, le mystique moderne, ou yogi, qui choisit de demeurer dans le monde, cherche constamment à maintenir une trêve précaire entre son besoin de cultiver la paix intérieure et l'harmonie et son quotidien avec son lot de conflits, de devoirs et stress.

Dans une tradition tantrique telle que le Kriya Yoga de Babaji, un yoga intégral, il ne s'agit pas de s'échapper. Cela exige que la Vérité, la Lumière, le Pouvoir, la Béatitude, déjà réalisés dans la conscience intérieure, entrent entièrement en relation avec la conscience éveillée-extérieure et y deviennent complètement efficaces. Chaque méditation devient un acte extérieurement dynamique et non pas simplement subjectif. Méditer pour nous signifie de garder la conscience entièrement ouverte et tournée vers le Divin, subjectivement et objectivement, en tout temps, partout et en

à l'intérieur

1. Éditorial : S'éveiller du rêve par une intention consciente soutenue.
Par M. G. Satchidananda
4. « Tantrisme : toile de la conscience » par Nityananda
5. Profil : l'acharya Nandi Devar
7. « Truth Speaks », par Yoga Siddha Sivavakkiyar
7. « Le Silence », par Mouni Baba
9. Nouvelles et notes



Éditorial (suite)

toutes circonstances. Son but est de transformer la nature humaine en appelant la descente de la Shakti Divine, Énergie-Conscience, pour que Sa volonté évolutive travaille à l'intérieur de nous. On embrasse toute la vie, moment par moment, tout en se rappelant d'être Témoin et de cultiver l'abandon à la gouverne Divine et Son Pouvoir au travers d'un mental silencieux et d'un corps vital calme. Les expériences deviennent l'objet de notre conscience sans choix ou préférence.

La béatitude qui en résulte est instantanée, que les conditions soient plaisantes ou douloureuses, que les désirs soient exaucés ou non. Nous avons l'assurance de yoga siddhas comme Patanjali que nous devons retirer individuellement ces sources de souffrances de nous-mêmes. Dans les yoga sutras versets II.10 et II. 11 Patanjali nous dit :

« Ces afflictions, dans leur forme subtile, sont détruites par la recherche de l'origine de leur(s) cause(s). Dans leur état actif, ces fluctuations, émergeant dans la conscience, sont détruites par la méditation. »

Au niveau subtil, ces afflictions existent en tant qu'impressions subconscientes (samskaras) et ne peuvent être éliminées que par le retour répété à notre source par les diverses étapes du Samadhi, ou d'absorption cognitive. Le Samadhi se produit lorsque le mental devient complètement silencieux. On doit développer la concentration, l'équilibre intérieur et l'équanimité, sattva, avec les différentes pratiques d'un yoga intégral, ce qui inclut les asanas, les pranayamas, la méditation, les mantras et la dévotion, avant d'avoir la capacité d'entrer et de rester dans un tel état de silence mental. Cependant, tout en ayant entrepris cette démarche, on peut encore atténuer les afflictions par la pratique régulière de la méditation. La cessation de l'identification avec les « fluctuations » du mental, que ce soit des pensées, des perceptions par les sens, des fantasmes ou le sommeil, est un prérequis pour le Samadhi. Mais parce que les impressions subconscientes ne sont pas accessibles durant la conscience de veille, ou même durant la méditation, on doit éliminer leurs racines, l'égoïsme, en s'identifiant constamment à notre vrai Soi. Le petit « Je » devient absorbé par le grand « Je » et, en conséquence, les impressions subconscientes sont dissoutes. D'une façon métaphorique, la méditation enlève l'agitation du mental, tout comme on enlève la saleté d'un vêtement en le lavant; entrer de façon répété en Samadhi enlève nos samskaras, ou les habitudes profondément ancrées dans le mental, tout comme on enlève les taches sur les vêtements par le trempage répété dans un agent de blanchiment.

Appliquer une intention consciente soutenue

Ce n'est pas suffisant de reconnaître notre tendance à oublier notre Soi, à « rêver les yeux ouverts ». On doit formuler notre intention, sankalpa, de s'éveiller et de rester éveillé, puis utiliser sa propre volonté pour l'accomplir. C'est le tapas, le défi personnel volontaire pour transformer notre perspective égoïste en celle du Témoin. Un des meilleurs moments pour effectuer ce tapas est durant une journée de silence, ou encore durant une retraite prolongée ou un pèlerinage. Je suis récemment revenu d'un pèleri-

nage de 17 jours dans le sud de l'Inde avec 22 initiés du Kriya Yoga venus de 11 pays différents. Notre expérience est instructive. Depuis les 20 dernières années, j'ai régulièrement dirigé de tels pèlerinages, nous les avons organisés de façon à ce que les participants se concentrent sur « s'éveiller et rester éveillé ». Au début du pèlerinage, j'explique aux participants que ce n'est pas un voyage touristique où l'on recherche des plaisirs passagers dans une expérience sensorielle nouvelle et exotique, pas plus que des pulsions éphémères dans le corps vital. C'est plutôt un temps pour cultiver une conscience continuelle, moment par moment, tout au long du voyage, que ce soit difficile ou plaisant, satisfaisant ou pas. L'équanimité qui en résulte apporte la béatitude, c'est garanti. Durant un pèlerinage, on cherche aussi à laisser derrière nos préoccupations ordinaires pour se concentrer sur l'entrée dans un état de communion avec Cela qui peut également être trouvé dans les lieux sacrés où nous nous rendons. Tous les jours, à chacune de nos destinations durant ce pèlerinage, nous avons réalisé ces deux objectifs : cultiver la conscience sans préférences et vivre la communion avec la Shakti sacrée ou « l'énergie-conscience ».

Durant ce pèlerinage, à chacune des destinations, nous nous sommes « éveillés » là où des yogis et des saints ont laissé leur « énergie-conscience », résultat de leurs tapas. Cela s'est passé ainsi, parce que nous étions guidés par l'intensité de notre intention, afin de réaliser le Vrai, le Bon et le Beau et d'entrer en communion avec l'Un. Chacune de ces demeures sacrées est une porte d'entrée vers le Divin. Les préoccupations ordinaires de nos vies mondaines et l'attraction des désirs et des impulsions du corps vital ont été mises de côté. La conscience collective du groupe nous a animés et soulevés.

À chaque endroit, le silence et le calme sont devenus notre véhicule pour communier avec la Shakti Divine. En matinée et en soirée, nos pratiques de groupe des Kriyas réguliers laissaient la place au calme dès que nous entrions à l'intérieur de ces demeures sacrées de saints et de siddhas. Cela s'est produit pour la première fois le jour suivant notre arrivée à Bangalore. Nous nous sommes rendus à l'ashram de Sri Krishna Singh « Tapaswiji » à Nandi Hills et nous avons médité pendant une heure dans la chambre où il est resté assis en tapas pendant si longtemps. La pièce était emplie d'une grande paix et de beaucoup de lumière. Cela a régénéré nos esprits et nos corps fatigués par le décalage horaire.

À l'ashram de Ramana Maharshi, la présence de ce grand saint est palpable dans la pièce où il s'asseyait pour recevoir les visiteurs et les disciples. Le deuxième jour de notre séjour, Durga est entrée profondément en transe pendant 3 h 30 dans cette chambre. Durant les quatre jours que nous avons passés là, d'autres participants sont allés à plusieurs reprises à la grotte du Skanda Ashram et celle du Virupakshana, haut sur la montagne Arunachala, derrière son ashram. Tout comme les abeilles sont attirées par le miel, l'attraction émouvante de la Lumière et de la Béatitude im-

Suite à la page 3

prégnée dans les murs de ces demeures sacrées est devenue un aimant pour nos pèlerins. On pouvait facilement se retrouver dans un espace vaste et lumineux, ce que les Siddhas appellent vettaveli, où l'on se sent libéré de toutes pensées et de toutes inquiétudes.

À Pondichéry, notre destination suivante, le sanctuaire de samadhi, où reposent les restes de Sri Aurobindo et de La Mère dans leur sarcophage en marbre de 3,66 m de long et de 61 cm de haut au milieu de la cour de l'ashram, agit comme un aimant et une antenne pour leurs disciples. Recouvert d'un Yantra floral élaboré, dans un endroit où le silence règne, nous sommes tombés à genoux à ses côtés, reposant notre tête sur sa surface froide. Notre mental réduit au silence, leurs bénédictions provenaient des profondeurs sous diverses formes : un message, une image, un sentiment de béatitude, une intensité lumineuse. Ensuite, nous nous sommes assis tout près dans la cour avec une centaine de disciples pour méditer en silence sur la Grâce et les enseignements que ces deux grandes âmes ont conféré au monde.

Le jour suivant, nous avons visité l'appartement privé de Sri Aurobindo et nous avons eu le rare privilège de méditer pour une longue période de temps là où il a vécu pendant 30 ans, préparant la descente de ce qu'il appelait le « Supramental ». La pièce était inondée d'une lumière dorée, d'une paix et d'une béatitude ineffable qui nous entraînaient dans un état indescriptible de tranquillité et de Bonté. À ce moment, chacun d'entre nous était entré dans la perspective du pèlerin, cherchant à savoir intérieurement et intuitivement la Vérité que ces lieux sacrés gardent, plutôt que par nos yeux, nos oreilles ou un effort mental. Le silence et encore plus de silence sont devenus notre véhicule de connaissance. Dans ce silence, la voix de notre âme, l'être psychique, s'est présentée à l'avant-plan, révélant la Vérité, le Bon et le Beau.

Le lendemain, nous avons voyagé jusqu'à Chidambaram pour participer à une célébration en l'honneur du Seigneur Shiva, sous la forme du Danseur, Nataraja, et pour recevoir sa vision ou son darshan. Ce temple ancien, qui est fait de granite et qui couvre une superficie de 55 acres, abrite un sanctuaire intérieur, notre destination, qui est un lieu de culte depuis plus de mille ans sans interruption. Nous avons été accompagnés par un membre dirigeant de la caste héréditaire de prêtres dont les ancêtres ont dirigé ces cérémonies durant tout ce millénium. Des scientifiques ont mesuré la force de gravité de ce sanctuaire et ont conclu qu'elle était la plus lourde au monde. Afin de permettre à la douzaine d'hommes de notre groupe d'être dans un état d'esprit idéal, j'ai demandé à ce que chacun d'eux porte le vêtement traditionnel des disciples de cet endroit : un dhoti blanc tissé à la main et porté de la taille aux pieds, le torse nu, inculquant l'humilité. L'image du Seigneur, le chant des prêtres, le son des cloches, les cantiques chantés par les disciples ont donné un cadeau particulier à chacun d'entre nous. Par la suite, méditant sur une plateforme de granite surélevée, tout près de l'endroit où, selon la tradition, Tirumular a écrit le Tirumandiram, nous avons cherché à connaître la Vérité offerte par le plus sacré des temples dédiés au Seigneur Shiva.

Plus tard dans la journée, nous avons fait une visite imprévue à Vadalur, qui est tout près de là où nous étions. C'est là que le Siddha Ramalingam Swamigal a bâti en 1874 son temple, San Marga, où brûle sa flamme éternelle. Nous avons aussi visité, à Mettukupam, la maison où il a vécu et disparu dans la « Lumière Suprême de la Grâce », Arun perun Jyoti. Assis dans la cour avec une poignée de disciples locaux, nous avons ressenti la bénédiction de sa Présence, de sa compassion et de sa joie ineffable.

Le jour suivant, nous avons voyagé en autobus pendant plusieurs heures en direction de Thanjavur. À cet endroit, au crépuscule, nous nous sommes assis pour méditer près du temple dédié au frère disciple de Babaji, le Siddha Karuvooar. Nous étions derrière le temple Britheeswaram et son immense tour gopuram, le plus haut sanctuaire en Asie. La lumière, la béatitude et le pouvoir irradiaient de l'idole de pierre de Karuvooar. Nous nous sentions bénis d'être en communion avec lui.

Notre destination suivante fut Palanimalai, la montagne sacrée, où le Siddha Boganathar, le guru de Babaji, a construit un beau temple pour le Seigneur Muruga. Nous y avons aussi trouvé son propre sanctuaire de Samadhi. Ici, nous avons été accueillis par le prêtre Venkatesh, un descendant de Pulipani (le chef-disciple de Boganathar) et nous avons fait un satsang avec son frère aîné, Sivananda Pulipani. Nous avons pu méditer non seulement dans le sanctuaire de Samadhi en haut de la montagne, mais aussi dans l'ashram Pulipani, au beau milieu d'une douzaine de sanctuaires de Samadhi de descendants Pulipani. L'intensité de la dévotion pour Muruga manifestée par les pèlerins provenant du sud de l'Inde nous a portée en haut de la montagne, puis tout autour, le jour suivant, durant un padi yatra ou pèlerinage à pied.

Notre pèlerinage s'est poursuivi avec une visite au Dhyana Lingam de l'Ashram Isha, fondé par Satguru Jaggi Vasudeva. Cette structure impressionnante est imprégnée d'un grand pouvoir spirituel et est conçue pour faciliter la méditation en silence sur Shiva, représenté par le Lingam : l'Éternel, l'Infini.

Intégrer l'intensité des expériences dans des lieux sacrés avec la vie au quotidien

S'éveiller brièvement du rêve de l'égoïsme ou bien avoir des expériences révélatrices pendant que nous méditons dans des endroits sacrés ne peut pas être l'objectif spécial de notre recherche. Ce que nous recherchons, s'est d'être toujours uni au Divin, en toutes circonstances, que ce soit dans le silence de la méditation ou dans le courant de la vie active. Comme La Mère nous le rappelle : « Que vous soyez assis pour méditer ou en train de vaquer à vos occupations, ce qui vous est demandé c'est d'être dans la conscience ; c'est la seule nécessité, soit d'être constamment conscient du Divin. »

L'intensité de l'intention et de la grâce que nous avons expérimentée en chacun de ces endroits durant notre pèlerinage a révélé la Présence du Divin. Nous avons entamé notre retour à la maison avec le souvenir de Cela, qui a été entendu dans le silence, la concentration et l'aspiration, et avec la résolution de demeurer éveillés à la Présence du Divin partout et en tout temps. □



Tantrisme : Toile de la conscience (1ère partie)

par Nityananda

Le tantrisme, qui commença son développement en Inde au 5e siècle apr. J.-C., est la partie la plus récente du Yoga. Cela a évolué durant des centaines d'années pendant le Kali Yuga, notre Moyen Âge, lorsque les Siddhas, qui sont des maîtres réalisés du Yoga, ont compris que cela devenait de plus en plus difficile pour les gens de pratiquer la méditation et la concentration. Tout le monde était agité. Alors, les pratiques spirituelles et les enseignements du Yoga classique et du Védanta étaient devenus de moins en moins efficaces. Ils ont donc commencé une grande période d'expérimentation. Le résultat fut les pratiques tantriques en relation avec le Yoga de la Kundalini et les chakras.

Comme expliqué par Patanjali dans ses Sutras du Yoga (2e siècle av. J.-C.), le Yoga classique recherche le principe de la conscience pure séparé de la Nature et de ses manifestations. Le yogi se concentre sur ce qui est derrière la réalité du monde phénoménal impermanent. Dans son travail, Patanjali ne mentionne pas la Kundalini, ni la manipulation de l'énergie ou Shakti. Il ne parle pas non plus des chakras (centres subtils de la conscience) ni de la manière de les activer. Il met plutôt l'accent sur la concentration mentale, soit la recherche de l'expérience finale de la conscience pure détachée de l'expérience phénoménale.

Le Yoga classique propose l'ascétisme qui inclut le retrait du monde des sens physiques, la source principale de distractions pour les yogis. Cette voie est efficace si vous vous retirez dans le désert, dans un monastère ou dans une grotte de l'Himalaya en éliminant, autant que possible, toutes sources de distraction. L'approche alternative à l'ascétisme est le Tantrisme qui a été développé par les Siddhas. Au lieu de retirer les sens physiques de la pratique spirituelle, le tantra nous permet de les inclure. Cela nous permet d'utiliser l'énergie plutôt que de l'ignorer ! Tout peut être utile en Tantrisme ; tout est utilisé et inclus dans cette pratique spirituelle. En fait, le mot « Tantrisme » veut dire « toile » ou « filet ». Tout est entrelacé et enchevêtré ! Pourquoi créer une séparation entre le « divin » et le « non divin », si le Divin est présent également en tout ?

Donc, le tantrisme, comme voie spirituelle, est très utile pour une personne qui ne veut pas se retirer du monde. Tout le monde peut le faire, même les chefs de famille. Le Tantrisme est une approche qui met en valeur l'aspect dynamique ou féminin du Divin ; cette énergie donne forme à tout (Shakti) et pas seulement à l'aspect masculin plus statique, soit la conscience (Shiva) mise en valeur par le Yoga classique.

Énergies concentrées

La méthode tantrique poursuit les mêmes buts que le Yoga classique. Tous deux recherchent la non-dualité de la conscience pure ancrée dans la béatitude et la paix du Soi, qui n'est pas perdue dans la distraction du phénomène impermanent. Notre meilleur allié pour cela est... la même Énergie divine qui a créé ce phénomène. Les Siddhas ont dit : « la chose qui nous a fait tomber peut également nous aider à nous relever ». Alors, l'approche tantrique est très énergétique. Voilà qu'apparaît le Yoga Kundalini, qui travaille avec l'énergie essentielle cachée

dans chaque être humain. Cette énergie est capable de guider l'humain à des niveaux plus élevés de conscience.

Le livre Hatha Yoga Pradipika, écrit au 15e siècle apr. J.-C., propose ouvertement des asanas, des pranayamas, des techniques pour activer les chakras et l'énergie Kundalini. Dans cette approche, au lieu d'utiliser le mental, nous travaillons avec l'énergie vitale responsable du fonctionnement du corps et du mental. De cette façon, nous pouvons travailler indirectement sur le mental et ses états de conscience, quelque chose que nous ne pouvons pas faire avec la seule concentration mentale.

Les Siddhas du Yoga ont découvert que nous avons sept centres subtils de conscience tout le long de la colonne vertébrale, chacun associé à un état psychologique différent de conscience. Ils ont également découvert que si nous pouvons concentrer notre énergie vitale dans les plus hauts centres, au sommet de la tête, on peut expérimenter des états supérieurs de conscience. Les yogis ont alors pensé : quelle est l'énergie vitale la plus puissante chez l'humain ? Avez-vous deviné ?

Oui, l'énergie sexuelle. Donc, le Yoga tantrique, le Yoga Kundalini, essaie de concentrer cette précieuse énergie dans les plus hauts centres de la conscience afin de les activer. Nous parlons ici de « transmutation » d'énergie. Nous parlons « d'alchimie » (la vraie) en transmutant le plomb des passions en l'or de la spiritualité. Le Taoïsme en Chine parle aussi de cela, tout comme le font plusieurs traditions spirituelles. (Par exemple, à Mexico, on parle de Quetzalcoat, le serpent de plumes.)

Ainsi, l'objectif des différents instruments que le Tantrisme propose (asanas, pranayamas, clefs musculaires, mantras, etc.) est la transmutation de l'énergie vitale en énergie spirituelle ainsi que l'ouverture des centres les plus élevés de la conscience. Avec ceci, nous ouvrons la porte du Paradis et faisons l'expérience des états supérieurs de la conscience, cherchant l'irrévocable union avec l'Absolu, soit la conscience pure ou cosmique. Finalement, c'est revenir à la maison.

Plus que du sexe

Étant donné qu'en Occident le « Yoga » a été réduit à une pratique d'asanas, le mot « Tantrisme » est aujourd'hui compris comme une pratique sexuelle yogique. Plusieurs ateliers sur le soi-disant « Tantrisme » sont offerts. Ils recherchent le super-orgasme sans limitations conceptuelles ou émotionnelles. Mais le Tantrisme inclut tout ! Le travail, les repas, les relations... c'est le tissage de la toile de la vie, avec ou sans sexualité. Par exemple, dans le Kriya yoga de Babaji nous avons 144 techniques ou kriyas et très peu d'entre elles ont quelque chose à voir avec le sexe. Par contre, elles parlent toutes du développement de la conscience.

La voie du Tantrisme recherche le développement de la conscience, le Soi, au milieu des phénomènes de la vie quotidienne en étant complètement présent à eux... mais sans se laisser emporter par eux.

Les Siddhas considèrent que l'acte sexuel est un acte sacré

Sigue en página 5



l'acharya Nandi Devar

Comment j'ai trouvé le chemin spirituel

Lorsque j'avais environ 12 ans, j'ai senti qu'il existait quelque chose de plus que ce que je pouvais percevoir, autre chose que ce que mes parents ou la société m'avaient enseigné. En 1979, à l'âge de 14 ans, un ami plus vieux que moi m'a donné un livre sur la spiritualité et le chamanisme des autochtones américains. En priant consciencieusement et en me tournant vers le plus haut à la manière des amérindiens, j'ai immédiatement commencé à mettre en pratique ce que j'avais lu. À 16 ans, j'ai eu la joie de rencontrer personnellement un des auteurs de ce livre de passage en Allemagne. Cet auteur a non seulement décrit la vie des amérindiens dans son livre, mais aussi leur bagage spirituel et leurs profondes expériences intérieures. Six mois après cette rencontre en Allemagne, j'ai voyagé jusqu'aux montagnes rocheuses, pour le rencontrer avec la tribu des pieds noirs. J'ai fait cela malgré la résistance de mes parents, même si j'étais jeune. Ma dévotion envers le chemin spirituel et ma détermination à rencontrer des personnes susceptibles de me transmettre leur expérience personnelle et leur ressenti de façon directe plutôt que par l'intermédiaire de livres constitue le fil conducteur de ma vie. Je suis allé ainsi directement à la rencontre de nombreux maîtres dans ma vie, quelles que soient les circonstances ou l'endroit où ils vivaient.

La danse comme sadhana spirituelle

Après l'école et le service communautaire, j'ai désiré devenir danseur. Ce fut un défi pour mon père, un général dans l'armée allemande, qui envisageait plutôt pour moi une carrière de militaire. Mais pour moi, il était clair comme le cristal que je devais suivre l'aspiration de mon cœur. Bien que je n'eusse jamais dansé avant, j'ai commencé à étudier la danse

moderne à Düsseldorf pendant un an, puis j'ai continué l'étude de la danse à Folkwangschool, à Essen, pendant 5 ans. Après cela, j'ai obtenu une bourse pour apprendre le flamenco en Espagne, puis j'ai dansé le flamenco professionnellement pendant 20 ans.



Nandi Devar

Comme le flamenco est un rituel, il avait sa place dans cette vie orientée vers la spiritualité. Les artistes sont assis en demi-cercle, la musique est en direct, il y a des chanteurs et des guitaristes et on est soi-même le danseur et le percussionniste. Par le flamenco, on peut aller vraiment profondément dans ce qui est au-delà des mots. Cela procure une expérience intérieure profonde, où le temps s'arrête. Une puissante énergie s'ouvre par les rythmes. La kundalini s'éveille. J'ai eu des perceptions qui ont de loin transcendé le côté émotionnel de la danse. Lorsque mon corps dansait au cours de l'entraînement ou lorsque j'étais sur scène, une nouvelle conscience accrue s'est éveillée. J'ai fait des expériences hors de mon corps au milieu de représentations que je n'étais pas en mesure de comprendre pendant longtemps. En fait, il s'agissait d'une grande sadhana avec une discipline intense. J'ai développé mon pouvoir de concentration au fil des dizaines d'années d'entraînement rigoureux. Beaucoup d'émotions se sont révélées et ont été

Suite à la page 6

Tantrisme (suite)

qui permet la venue d'une âme élevée dans ce monde ou la transmutation de l'énergie vitale en énergie spirituelle dans le couple s'il est fait dans la conscience avec la perspective du témoin. C'est le plus beau cadeau qu'un amoureux peut offrir à la personne aimée. Pour un homme, ceci veut dire qu'il doit demeurer dans la conscience témoin, sans la perte de ses fluides. Le yogi utilise la sexualité comme instrument de transformation ; il n'est pas utilisé par elle !

C'est certainement un défi. Comme tout le reste dans la vie, c'est un défi constant pour la conscience témoin qui sauvegarde sa paix et sa béatitude aussi longtemps qu'elle ne se laisse pas emporter par les tourbillons de la vie en s'y identifiant. C'est ce qu'on appelle « le jeu de la conscience ». C'est le seul jeu où l'on gagne toujours la béatitude... aussi longtemps que nous n'oublions pas de pratiquer.

Le Siddha Tirumular définit le yogi réalisé, le Siddha, comme une personne pouvant arrêter sa respiration, sa pensée et sa semence à volonté. (Arrêter

sa respiration à volonté signifie être capable d'entrer dans l'état de samadhi ou transe yogique. C'est un signe distinctif d'un yogi réalisé.)



L'image de Kali dansant frénétiquement au-dessus de Shiva, son époux imperturbable, illustre ce point.

Cette image démontre une posture tantrique, pas seulement sexuelle, mais dans la vie courante également : le yogi réalisé devient le témoin de la danse de la création, la danse de l'Énergie Divine, voyant avec équanimité la manifestation divine dans tout ce qui l'entoure — la toile de la vie — sans se laisser emporter par les tourbillons changeants du phénomène. Ceci est le vrai Tantrisme ! □

Profil (suite)

comprises par la danse. J'ai appris à d'abord accepter les émotions et à ne pas les rejeter comme quelque chose de négatif. Personnellement, je pense que c'est quelque chose qui manque à de nombreux enseignants spirituels. Parce que sans cette acceptation, il est impossible de percevoir clairement les émotions sous-jacentes en soi et d'entrer dans l'étape suivante, à savoir si l'on est capable et si l'on a l'envie de s'en détacher ou pas. Les possibilités de développement psychique et personnel, dans le Kriya Yoga, est relié à la faculté de gérer de manière efficace les émotions et les mouvements du mental. Et cela ne consiste pas dans le déni, mais dans une reconnaissance consciente et bienveillante. La danse, en elle-même, m'a également libéré de beaucoup de négativité et de confusion mentale, car en tant que sadhana en mouvement, de nombreuses choses sont directement évacuées hors du corps.

Le bouddhisme et le soufisme

Pendant ces années, mon cheminement spirituel a trouvé son expression dans la pratique intense du bouddhisme tibétain de Sogyal Rinpoche. Lui-même et Dilgo Kyentse I Rinpoche m'ont transmis les premiers enseignements Dzogchen, l'école bouddhiste qui donne l'enseignement le plus clair et le plus élevé de la voie de la conscience pure. Quelques années plus tard, j'ai rencontré un professeur soufi moderne, Salvador Salpietro, un pianiste concertiste argentin. Il travaillait sur ce qu'on appelle en Kriya Yoga Yama et Niyama. De plus, il émanait une profondeur et présence chargée d'énergie. Il a aussi transmis sa connaissance à travers les arts martiaux, dans lesquels le travail sur l'énergie est au premier plan.

Le Kriya Yoga et mon profond désir de transformation

Lorsque ce maître a quitté son corps, j'ai découvert le Kriya Yoga de Babaji. Je souhaitais rencontrer une personne qui vivait véritablement la connaissance yogique. En 2002, en Allemagne, j'ai rencontré Satchidananda (Marshall Govindan), le fondateur de l'Ordre des Acharyas, lignée à laquelle j'appartiens aujourd'hui. Son dévouement pour le yoga, pour le gourou Babaji et son humour subtil m'ont particulièrement séduit.

En 2003, j'ai voyagé en Inde pour la première fois et j'y ai reçu le nom de Nandi. De nombreux voyages en Inde ont suivi pour l'étude et des sadhana. En août 2007, j'ai été initié en tant qu'acharya de l'Ordre des Acharyas du Kriya Yoga de Babaji. J'ai reçu Nandi Devar comme nom spirituel ; c'est le nom d'un Mahasiddha. Lorsque j'ai laissé ma profession de danseur à la fin de 2007, c'était une décision emplie de joie et de clarté, car j'étais alors capable de me consacrer pleinement à la transformation intérieure.

Après de nombreuses années de pratique intense, j'ai ressenti un désir grandissant en moi de faire une retraite durant 6 mois afin de me consacrer totalement à la transformation personnelle sont parlent les Siddhas à maintes reprises dans leurs écrits. Je voulais un changement profond et permanent puisque les expériences personnelles intenses m'étaient déjà coutumières depuis longtemps. J'ai rencontré l'acharya Ishvarananda, qui plus tard m'a beaucoup soutenu

par sa sagesse et je suis promptement allé visiter son centre spirituel, appelé Lilleoru, en Estonie. Il y avait une petite maison en bois à l'écart d'environ 5 m2 que j'ai pu utiliser pour faire ma retraite, car mon appartement n'était pas adapté à cette pratique. Je me suis totalement concentré sur la pratique du Kundalini, Pranayama, Dhyana, Mantra et du Bhakti Yoga. Là-bas, le Karma Yoga se pratique quotidiennement et il y avait de nombreuses possibilités de le pratiquer. Personnellement, J'ai mis l'accent sur la pratique du Kriya pur, la conscience pure en permanence. C'était la clé qui rassemblait vingt-cinq ans de pratique spirituelle. Cette retraite qui devait durer six mois a été prolongée à deux ans et demi ! J'ai construit une hutte de sadhana, un kutir et aussi mon lieu de résidence que j'ai dédié à la transformation. Au fil des ans, j'ai reçu intérieurement des instructions très claires de Kriya Babaji et d'autres Mahasiddhas, après avoir appris à discerner la réalité du rêve et du subconscient. Les sens internes se sont ouverts et leur accès est devenu constant et plus direct. Le « Soi » ou l'âme est maintenant une partie consciente de ma vie. Mais encore aujourd'hui, ce processus de la réalisation du Soi se poursuit dans une intensité toujours intacte.

Transmission de l'âme lumière

Pour le nouvel an 2011, j'ai déménagé en Suisse et j'ai enseigné et pratiqué ce qu'on appelle des « semaines intensives » là-bas. J'ai rencontré la femme de ma vie, nous avons emménagé ensemble et je suis devenu résident de la Suisse. Plus tard, je suis parti au centre de retraite connu sous le nom de Schweibenalp, près du lac Brienz au centre de la Suisse. Début 2010, j'ai commencé à établir le programme « Âme lumière ». Cet élan est venu du cœur. Je voulais pouvoir transmettre mon ressenti profond d'une vie spirituelle de plus de trente ans. Le projet principal d'« Âme lumière », le Self Awareness Training (SAT), est une formation tournée vers l'expérience. Cela vise un développement intégral. Dès lors, les expériences spirituelles deviennent conscientes et compréhensibles. J'ai souvent remarqué que les gens avaient des expériences profondes pendant les retraites et les séminaires, mais au bout de quelques semaines, les effets disparaissaient. J'ai donc été amené à soutenir les gens sur une longue période et les accompagner sur leur chemin. La formation SAT se déroule sur six fins de semaine plus une à deux semaines intensives par an. La principale composante du cours est, bien sûr, le développement spirituel de l'être humain dans lequel le travail sur les émotions est aussi important que le travail sur le mental. L'expérience pratique est au premier plan et non la théorie. Je veux par cela réaliser l'essence de l'éveil avec les participants comme elle est décrite dans les centaines d'écrits anciens et récents des Mahashiddhas et d'autres lignées de la réalisation. Le Kriya Yoga a permis de développer « Âme lumière » et la formation SAT soutient définitivement le processus de réalisation de l'unité avec le Soi, ce qui conduit les gens au Kriya Yoga. L'enseignement des cinq corps, que le Kriya Yoga a si merveilleusement bien traduit en sadhana, n'a plus lieu d'être. Ainsi, un chemin conduisant directement à l'expérience concrète du Soi devient évident. □

www.soullight.ch et www.schweibenalp.ch



« Le Silence », par Mouni Baba

www.youtube.com/watch?v=4vobFyTUR8U

La présence du bien aimé Baba est tellement emplie de silence que l'on s'attend à tout moment à voir le verbe émerger, mais seul un silence encore plus vaste s'en suit. C'est par le silence que la première rencontre entre l'homme et le mystère de Dieu s'accomplit. Le Silence de Dieu est réel. En silence, Il reçoit l'amour de Ses amants, et en silence, Il aime ceux qui le dénie.



Mystérieux est le silence des mystiques. La révélation mystique n'est possible que lorsque le silence est parfait. Pour un mystique, le silence est une expression de la bénédiction provenant de la liberté intérieure. Dans le silence, il écoute le chant de Dieu louant Son verbe sacré. Dieu chante depuis toujours en silence, inobservable, ignoré, sauf de ceux qui expérimentent Son Silence infini.

Au-dessus du tumulte des voix, Son Silence règne, suprême. Dans le silence, il est possible pour l'homme de s'abandonner complètement à Dieu; et alors Dieu se révèle Lui-Même dans toute Sa gloire, Sa puissance infinie, Son insondable connaissance et Son existence éternelle.

Le Silence est l'existence pure. Dans son sens absolu, le silence n'a pas de début ni de fin. Il demeure la seule réalité, au-delà de toute création, à l'existence éternelle. Bien que le silence soit une réalité omniprésente, rares sont ceux qui en font l'expérience. Cette expérience est différente de toute autre forme d'expérience. Faire l'expérience du silence, c'est se perdre dans le silence. Celui qui veut trouver Dieu doit tout perdre, y compris sa propre personne. Tous les mots prononcés depuis le début sans commencement jusqu'à la fin sans fin se perdent également dans le Silence Infini de Dieu. Béni est le Verbe qui émerge de la plénitude du silence. Dieu créa cet univers avec ce Verbe sacré. Le Verbe de Dieu ne peut être entendu que dans le silence. Celui qui renonce sim-

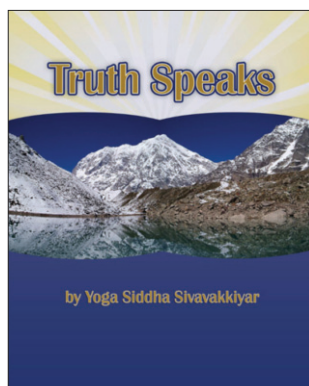
Continued on Page 8

New book

« Truth Speaks », par Yoga Siddha Sivavakkiyar

« *Truth Speaks* » (la vérité parle), par Yoga Siddha Sivavakkiyar – Livre numérique Traduction et commentaires par le Dr. Geetha Anand Ph D. et le Dr. T.N. Ganapathy Ph D. \$10 ou Rs. 235

« Qui suis-je ? Pourquoi suis-je ici ? Comment suis-je arrivé ici ? » Voici certaines questions que l'humanité se pose sans cesse depuis la nuit des temps. De nombreuses tentatives de réponse à ces questions ont conduit à l'évolution des religions et des philosophies du monde. Les Siddhas tamouls ou les saints mystiques du sud de l'Inde ont répondu à ces questions sous la forme de poèmes vernaculaires qui sont appelés populairement Siddar Pādalgal ou chants des Siddhas. Ces chants sont connus pour leurs idées non conformistes et révolutionnaires en plus de leur caractère direct et de leur franc parlé. Un des Siddhas tamouls, Sivavakkiyar, est un « rebelle pieux » célèbre qui a composé le Civavākkiyam, un recueil de 530 vers sur des sujets allant du yoga de la kundalini à des questions sociales. Leur clarté saisissante et leur sincérité absolue ont choqué les gens et les ont sortis de leur routine et de leur mode de pensée conventionnel. Ces chants critiquent les



rituels religieux dénués de sens, les pèlerinages et les réitations de textes mais aussi condamnent les injustices sociales telles que la discrimination de caste ou de croyance. Ils nous expliquent le but ultime de la vie et nous enseignent comment l'atteindre. Ils donnent également des instructions pratiques sur le yoga de la kundalini, les mantras japa, les chakras et le yoga de vāsi. Les chants expliquent la nature du corps, de l'âme, comment une âme orne le corps et comment le mantra namacivaya est en corrélation avec tout dans l'univers manifesté. Ces chants nous montrent que la philosophie des Siddhas tamouls est une Philosophie de l'Esprit qui n'est pas confinée à une notion ou une nation, une religion ou une communauté. C'est pour l'évolution de toute l'humanité.

Nous vous présentons aujourd'hui la traduction complète du Civavākkiyam avec les commentaires par des experts de chaque vers. Nous avons mis en ligne un extrait de vers sélectionnés du Civavākkiyam pour vous donner un aperçu des vers et des sujets. Pour le lire, veuillez consulter la page : <http://www.babajiskriyayoga.net/english/flexpaper/Civavakkiyar-9781895383850lib.htm>

« *Truth Speaks* » (Civavākkiyam) inclut les vers tamouls originaux, la traduction en anglais et les commentaires. Vous pouvez le commander auprès des Éditions Kriya Yoga de Babaji. Nombre de photographies couleur – environ 150 (198 photos au total). Nombre de pages – 350. Prix de l'E-book: 10 \$US ou 10,50 \$Can.



Le Silence (suite)

plement à la parole est loin d'être silencieux. Cependant, lorsque le silence cesse d'être la force directrice, la quiétude apparente peut être de l'oisiveté. Celui qui se laisse envahir par telle oisiveté voit sa vie prendre une tournure tragique. Le silence n'est pas l'inaction. Il transcende toutes les actions et inactions.

N'avez-vous jamais imaginé un monde dans lequel rien n'existerait hormis le silence ? Dans le monde du silence, l'éternité est. Dans le silence, le temps absolu existe comme intemporalité. Le silence est un phénomène de base qui ne peut être relié à rien d'autre. En silence, on peut observer l'être originel de toute chose. En silence, l'illimité et le limité coexistent. Le silence peut exister sans parole; mais la parole ne peut exister sans le silence. Quand l'arbre de vie est entretenu par le silence, les floraisons de joie et de contentement atteignent leur point culminant. Toute la misère et le malheur de l'Homme proviennent de l'explosion de son silence intérieur. Aujourd'hui, j'observe que la vie humaine ressemble aux ruines du silence.

Les mots des hommes ne sont d'aucune autorité. Dans son sens absolu, tous les mots sont trop inflexibles, car au mieux ils ne font que suggérer le réel. Aussi longtemps que le chemin de la réalisation existe, les mots peuvent être utiles ; on peut recevoir de l'inspiration grâce aux mots de grands êtres. Il est philosophiquement plus aisé d'enseigner à la terre entière que de pointer la direction du chemin à un aspirant sincère. Les discours les plus simples transmettent le mieux la vérité. La logique extensive, la diction et les commentaires sont putrides – le refuge de l'ignorance en personne. Les « vrais » foulent le chemin mystique avec la plus grande humilité, guidés par l'Être Parfait en Silence. Lorsque l'on réalise l'éternel, notre karma prend fin et le but est atteint. L'objectif étant accompli, le « moment présent » devient la seule conscience possible. En vivant le « moment présent », il ne peut y avoir aucun but.

La paix réside dans le renoncement à la recherche, mais cela ne peut être opéré ni par une discipline mentale, ni par une aide extérieure. Le renoncement se produit simplement lorsque l'on est prêt. Fuir sa propre famille n'est pas la solution. Ceux qui fuient ne sont jamais libres. La liberté implique la création, la servitude nous pousse à vouloir fuir notre environnement. Arrêtez-vous, lorsque le silence frappe. Lâchez prise, et sachez ce qui vous appartient vraiment. Le détachement ne s'applique jamais à un objet précis. Si vous maîtrisez le contrôle de vos sens, arrêtez de contrôler et renoncez au Tout. Alors une force extatique, celle-là même qu'un millier de réformateurs religieux n'ont su produire, entrera et transmutera votre être. Et alors vous connaîtrez la raison de votre dévotion et la sagesse de la maîtrise. Vous connaîtrez les deux. Mais surtout : « vous saurez. » Être

absorbé dans la conscience cosmique, c'est être inconscient de l'individualité ; dans l'individualité repose la distorsion. On comprend ceci lorsque notre silence devient parfait. Le présent, le passé, le futur se dissolvent dans le Silence Éternel.

Dans le silence, si vous parvenez à être conscient de votre ignorance, votre attitude devient révérencieuse. L'ignorance consciente est humilité. L'ignorance divine est humaine. L'ignorance humaine est divine. Le silence parfait est illumination. L'illumination s'exprime en vagues dorées de silence. Dans l'illumination on transcende les pensées; les pensées ne sont que les ombres de la conscience qui les projette sous cette forme. Nombreux sont ceux qui font des sermons et des discours à propos du mystère de Dieu. Souvent, ils ne parviennent pas à toucher profondément l'humanité, car ces mots ne proviennent pas du silence. On ne peut parler, ni débattre au sujet de Dieu. Dieu se réalise en silence. Dans notre ignorance, on croit parfois que le bruit parvient à dominer le silence. On devient agité lorsque le silence intérieur disparaît. Le silence profond permet à l'homme de transformer toutes les années de tumulte en quelques moments insignifiants, dans la réalisation du Silence Éternel. Dans le silence profond, Dieu cesse d'être un objet et devient une expérience. Dans le monde du bruit, la vie est gouvernée par le choix d'illusions.

Béni soit le silence de la nature. Il éveille en l'homme la sensation intuitive du Silence qui existait avant le verbe et duquel tout a surgi. Par le silence, on peut se connecter à toute la nature. Le silence est présent en chaque être humain comme la seule réalité. C'est seulement lorsque le silence est éveillé que tout ce qui est irréel retourne dans un sommeil éternel. Le miracle du silence, c'est que là où la mort pourrait se trouver, le bien-aimé apparaît.

Quand la barque de mots glisse sur la rivière du silence, la musique émane. Le silence en musique m'a toujours charmé. Le meilleur moment d'une musique est toujours la pause, le repos, le moment de silence. L'état ou la condition où rien n'est audible - l'absence de tout son, de tout bruit. La tranquillité ou l'immobilité, le mutisme, parfois personnifié. Le silence n'est jamais plus audible que lorsque le dernier son de la musique s'est éteint.

Baba le bien-aimé a offert le seul présent digne d'être reçu en silence, le cadeau de l'Amour. Il a dit, « propagez-le tel un feu ». Il m'a enflammé. Cette flamme consomme tout et ne laisse rien derrière. Celui qui est gracié par la flamme de l'amour s'offre la possibilité d'être consommé dans le silence. Les mots ne peuvent exprimer ce que cela signifie.

Béni soit le silence. En silence, vous pouvez vous élever des pensées vers la plénitude de la connaissance pure et reposer dans votre propre être véritable. □



Nouvelles et notes

Pèlerinage à Badrinath dans l'Himalaya, du 27 septembre au 14 octobre 2013. Rejoignez-nous pour un pèlerinage inoubliable qui changera votre vie, dans le lieu où Babaji a atteint l'état de soruba samadhi, l'éveil ultime. Le voyage se fera en bus depuis New Delhi. Nous visiterons Rishikesh, Rudraprayaga, Joshimutt, Badrinath et Haridwar et pratiquerons, au moins deux fois par jour, le Kriya Yoga de Babaji, dans chacun de ces lieux. Nous visiterons la construction du nouvel Ashram où nous ferons un mantra yagna. Pour plus d'informations : www.babajiskriyayoga.net/french/pilgrimages.htm

Le deuxième niveau d'initiation sera donné par M.G. Satchidananda au Québec du 14 au 16 juin et du 25 au 27 octobre 2013 et au Japon du 30 août au 1er septembre.

Le troisième niveau d'initiation sera donné par M. Govindan en 2013 près de Dole en France, du 1er au 8 mai ; près de Francfort, en Allemagne, du 17 au 24 mai et au Québec du 12 au 21 juillet ; à Bangalore du 22 au 31 janvier 2014. 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.

Les candidatures pour un programme d'études-travail à l'ashram du Québec en 2013 sont maintenant acceptées. Contactez satchidananda @babajiskriyayoga.net

Des retraites de silence à l'ashram du Québec sont prévues : du 24 mai au 2 juin, du 30 août au 8 septembre, du 26 au 31 décembre 2013. Pour des informations complémentaires,

veuillez consulter : www.babajiskriyayoga.net/french/pdfs/Silence-Retreat-2013_fr.pdf

Des fins de semaine de Kirtan sont à nouveau prévues à l'ashram du Québec en 2013 aux dates suivantes : 3 et 4 août, 5 et 6 octobre, 30 novembre - 1er décembre. Pour plus d'informations : www.babajiskriyayoga.net/french/pdfs/Kirtan-at-Ashram-2013-fr.pdf

Rassemblement européen des initiés et des Acharyas du 24 au 26 mai 2013. Pour plus de détails : www.babajiskriyayoga.net/english/pdfs/events/European-Satsang-2013-invitation-MGS.pdf

Un onglet « cliquez pour lire » a été ajouté dans la section « boutique » de notre site internet. Vous pouvez maintenant lire des passages de la plupart de nos publications.

Création d'une librairie en ligne à l'ashram en Inde. Les résidents de l'Inde peuvent désormais commander nos ouvrages en ligne et régler avec leur carte de crédit ou par virement bancaire.

Tirumandiram : une seconde édition en cinq volumes sera imprimée en mai 2013.

Une nouvelle section en langue turque a été ajoutée dans notre site internet, avec le téléchargement de notre livre sur les 18 postures.

Sri Lanka : 48 personnes ont assisté à la seconde initiation et à la retraite au bord de la mer à Dehiwala, à l'ashram du Sri Lanka avec M. G. Satchidananda

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 proposés par les Éditions Kriya Yoga de Babaji, Inc. Vous pouvez également faire un don à l'Ordre des Acharyas. Vos renseignements de carte de crédit seront traités avec la plus stricte confidentialité. Jetez-y un coup d'œil !

Visitez le blog de Durga www.seekingtheself.com.

Nous demandons à tous nos abonnés de la zone Euro de compléter leur abonnement annuel de 12 € par transfert à la Deutsche Bank, (Deutsche Bank International, BLZ 50070024, numéro de compte 0723106, re. IBAN DE 09 50 0700 2400 7231 0600, BIC/Swift code DEUTDE33HAN). 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 Francoise 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.





48 personnes ont assisté à la seconde initiation et à la retraite au bord de la mer à Dehiwala, à l'ashram du Sri Lanka avec M. G. Satchidananda.



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-spam, veuillez inclure 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 le document. Autrement, nous pouvons vous l'envoyer comme document Word non formaté et sans photos. Si vous ne renouvelez pas votre abonnement avant la fin du mois de juin 2013, 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 14,95\$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.