



Journal du Kriya Yoga

d e B a b a j i

Éditorial

Dieu est-il toujours dans le monde ?

par M. G. Satchidananda

Des événements catastrophiques tels que le récent tremblement de terre au Népal, les catastrophes aériennes, le terrorisme politique et religieux, qui tous tuent des milliers de gens innocents, peuvent faire vaciller notre croyance en Dieu. Il semble que chaque jour, de mauvaises choses arrivent à de bonnes personnes, et nous nous demandons « Comment se fait-il qu'un Dieu tout puissant et bienveillant ne puisse empêcher de telles

tragédies ? » ou « Pourquoi Dieu fait-il autant souffrir les gens ? », ou « Pourquoi Dieu ne se fait-il pas connaître au monde ? » Un problème de santé inattendu a le pouvoir de briser notre croyance en Dieu, surtout s'il concerne un être aimé, sans parler d'une blessure grave ou de la mort accidentelle d'un enfant, d'un ami ou d'un membre de notre famille. Il est facile de recourir à la colère, au désespoir et au cynisme. Ceux qui ne

croient pas en Dieu trouvent justification à leur croyance que « Il n'y a pas de Dieu dans le monde. »

Les réponses aux souffrances de la vie données par les chefs religieux, les prêtres et les rabbins ne sont généralement pas satisfaisantes : « Dieu travaille de façon mystérieuse. » « Nous ne pouvons pas savoir pourquoi Dieu permet que de tels événements tragiques se produisent. » Malheureusement, il existe des personnes religieuses qui croient que des événements tragiques arrivent à ceux qui ne partagent pas leurs croyances religieuses, ou que ce sont des punitions de Dieu pour ceux qui ont péché, ou pour ceux qui ne croient pas. D'autres, anéantis par la tristesse ou les écueils de la vie, peuvent se détourner de la religion. Même ceux qui ne sont pas religieux renoncent à chercher la vérité ou l'apaisement spirituel.

Par l'étude du yoga, il est néanmoins possible d'acquérir l'énergie et la sagesse pour trouver des réponses éclairées à ces questions existentielles fondamentales. Il existe plusieurs voies yogiques pour révéler Dieu dans le monde.

1. Le Bhakti Yoga, le yoga de l'amour et de la dévotion, est le

à l'intérieur

1. Dieu est-il toujours dans le monde ? Par M. G. Satchidananda
4. Soutenir le regard intérieur sur Shakti, par M. G. Satchidananda
7. Transformer le corps par la descente de la Conscience Vérité, par Nityananda
8. Kriya Yoga : le retour à la maison, par Bhumika Pandya, en Inde
9. Questions/Réponses : une source d'informations précieuses pour gérer les doutes, par M. G. Satchidananda
10. 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

véhicule le plus facile et le plus direct. Un des plus célèbres dictons théologiques des Siddhas du Yoga est « Anbe Sivam » ou « l'amour est Dieu ». De nombreux saints de différentes religions ont déclaré que « Dieu est amour », mais seuls les Siddhas l'ont exprimé de cette façon. Alors, en ce qui concerne la question « Où se trouve Dieu au Népal ? » le bhakti yogi donnera immédiatement cette réponse : « Dans le cœur et l'esprit de tous ceux qui ont répondu à cet événement tragique avec amour, compassion et soutien à ceux qui souffrent. »

2. Le Karma Yoga, le service désintéressé. Le karma yogi agit pour alléger la souffrance d'autrui. Au départ, vous pouvez penser « Je fais cela comme un service ». Vous cherchez des opportunités pour faire le bien, créant du « bon karma » qui donne le bonheur, particulièrement aux autres, et qui peut compenser les effets du « mauvais karma », les conséquences douloureuses d'actions passées. Les actions qui sont réalisées comme un service, pour le bonheur des autres, incluant le travail et les tâches ménagères, même les petits gestes envers les étrangers, deviennent votre tapis de yoga. Les actions sont exécutées habilement et consciemment, mais sans attachement aux résultats. Ensuite, le karma yogi réalise « je ne suis pas celui qui fait », « je suis seulement l'instrument » ou « je suis le témoin ». Au fur et à mesure que le témoin conscient se développe, vous ne sentez plus que vous faites quelque chose, car vous ne vous identifiez plus au corps et aux mouvements du mental. Vous comprenez de plus en plus comment les actions, les mots et les pensées amènent des conséquences, ou karma, et comment cette loi peut être utilisée pour vous aider à partager le bonheur plutôt que de souffrir avec les autres. Avec cette nouvelle conception élargie du Soi, vous sentez que les besoins des autres sont aussi les vôtres.

3. Le Raja Yoga ou le yoga classique tel que Patanjali le présente dans les Sutras du Yoga. Dans la médiation profonde, vous devenez conscient de ce qui est conscient. La conscience elle-même devient l'objet. Vous sentez que « je suis dans tout », et « tout est en moi ». Puis, progressivement, cette prise de conscience du Soi commence à s'infiltrer dans vos activités quotidiennes. La réalisation de Dieu s'approfondit à ce stade. Les saints et les mystiques de toutes les traditions spirituelles ont tenté de décrire cela, mais les mots leur ont généralement manqué. En fait, plus on essaie de le décrire, plus on s'en éloigne, car en le décrivant, ou même en y pensant, on le réduit à un ensemble d'idées. Comme « Il » transcende tous les noms et toutes les formes, pénètre tout et est infini et éternel, tout le reste pâlit en comparaison. Le silence règne.

4. Le Jnana Yoga est le yoga de la sagesse, qui implique les facultés intellectuelles, le questionnement, l'étude et la contemplation des textes de la sagesse, et les perceptions intuitives. L'expression de la sagesse des Siddhas se trouve avant tout dans le Tirumandiram. Il exprime la réalisation des cinq fonctions du Dieu Siva, la création, la préservation, la dissolution, l'obscurcissement et la grâce qui ont tous comme but l'éducation des âmes dans leur cheminement de la séparation, l'imperfection et

la souffrance de l'existence, vers l'unité, la perfection et la félicité. C'est pourquoi des événements apparemment tragiques sont un moyen d'édifier les âmes. Ils nous obligent à chercher la vérité au-delà de la dualité comme le plaisir et la douleur, le gain et la perte, ce que l'on aime et ce que l'on déteste. Nous grandissons en sagesse et apprenons à trouver la force et le courage pour faire face à de tels événements, avec équanimité pour abandonner les réactions de peur égoïstes, l'attachement et l'aversion.

5. Le Yoga Tantrique ou le Kriya Yoga, le fait de vénérer et d'entretenir la vision que seule l'énergie indestructible existe, partout, et qu'en se concentrant sur celle-ci, et en la transformant et en la sublimant en nous par la pratique du Kundalini Yoga, nous apprenions à connaître le Seigneur comme notre Soi. Par conséquent, même des événements destructeurs sont vus comme nécessaires à la croissance de l'âme incarnée, dans son voyage d'une vie à l'autre. Même si ces formes incarnées doivent nécessairement se dissoudre, en raison des lois physiques, du karma, du temps et du fait que l'on ignore son identité véritable, les kriya yogis et les pratiquants du tantra éveillent les chakras ainsi que leur conscience et leur pouvoir potentiel. La Kundalini Shakti éveillée révèle au yogi mystique la Vérité qui est au-delà de la compréhension intellectuelle.

Qui est Dieu ? Qui suis-je ?

La façon dont les gens répondent aux questions ci-dessus dépend de la conception qu'ils ont de Dieu, et cela varie énormément d'une personne à l'autre. Y a-t-il un Dieu, qui joue le rôle d'un Juge ? Quelqu'un qui nous punit pour nos péchés ? Comment un Être Suprême qui nous aime de manière inconditionnelle ne peut-il pas nous protéger de telles tragédies ? Notre conception de Dieu ou de l'Être Suprême, changera, ou évoluera par étapes, au fur et à mesure que chaque personne développera sa spiritualité. Cela peut aller de quelque chose comme « là-bas » vers « ce qui est en moi ». Au cours de votre cheminement spirituel, il est intéressant d'analyser la manière dont vous concevez Dieu, et ce à quoi vous l'identifiez. Les théologiens ont classé les évolutions des différentes conceptions religieuses de Dieu. Chaque religion ou groupe culturel suppose que sa conception de Dieu est la seule valable. Il est évident que la conception de Dieu est limitée par l'éducation, la compréhension de la nature, les expériences personnelles, l'imagination, les désirs et les peurs. Tout cela limite l'avancement spirituel. Nous projetons notre situation humaine sur notre conception de Dieu. La façon dont nous répondons aux questions ci-dessus dépendra des conceptions suivantes de Dieu et de l'identité personnelle.

Phase 1 : Dieu est le protecteur. Je suis le corps physique. Je fais des sacrifices à Dieu et à des esprits pour être protégé des forces malveillantes et des événements qui me menacent physiquement.

Phase 2 : Dieu est omnipotent. Dieu est celui qui donne les lois, l'autorité politique et religieuse. Je suis l'esprit et

Suite à la page 3

Éditorial (suite)

la personnalité. Je respecte les lois et je suis puni sinon.

Phase 3 : Dieu est imperturbable : « sois en paix et sache que je suis Dieu ». Je suis témoin.

Phase 4 : Dieu est sage et connaît tout. Dieu m'aime. Je suis intuitif. J'écoute.

Phase 5 : Dieu est mon co-créditeur. Je crée.

Phase 6 : Dieu est un miracle. Je suis radieux et conscient.

Phase 7 : Dieu est l'Être, la Conscience et la Félicité Absolue. « Je suis », je ne suis rien de particulier

Pour l'article complet, consulter le livre Kriya Yoga : réflexions sur le chemin spirituel. Troisième partie, chapitre 7, « Comment évaluer notre progrès spirituel ? » Voir aussi le Journal du Kriya Yoga, automne 2007, Volume 14, no 3 à :

www.babajiskriyayoga.net/french/articles.htm

Le point de vue des Siddhas du Yoga

D'après les Siddhas du Yoga qui le formulent dans leurs écrits comme le Tirumandiram, « le monde, du point de vue de la superconscience, est parfait et le Dieu Siva a délibérément créé chaque chose et son opposé : le bon et le mauvais, la beauté et la difformité, la lumière et les ténèbres, la joie et la peine, la vie et la mort. C'est cet ensemble d'opposés, de joies et de peines, qui nous fait chercher au-delà du monde de la dualité, qui donne à l'âme les moyens de croître et de mûrir, la purifie, la fait évoluer et l'amène aux pieds sacrés de Siva. Les Siddhas ont atteint ce sommet lumineux où tout est vu comme nécessaire et bon, tout est vu comme Dieu Lui-même. » (Tirumandiram, volume 10, page 3470.)

L'âme individuelle est un être rayonnant, un corps de lumière, et on se réfère à elle comme le corps de félicité, anandamaya kosha. Elle est créée, évolue comme un être en apparence séparé et finit par fusionner dans une union et une unité indifférenciées ou une identité avec le Dieu Siva. Le point de vue du théisme moniste des Siddhas est que l'âme est, temporairement, différente de Dieu en raison de son individualité, mais pas en essence, car elle est limitée. Elle n'est pas toute puissante ou omniprésente à sa création. Mais elle n'est pas imparfaite. Les différentes gaines et facultés de l'esprit et la perception, qui ne sont pas l'âme, mais qui l'entourent, sont plus limitées, et sont soumises aux taches d'anava (ignorance de son identité véritable), du karma (conséquences des actions passées, des paroles et pensées, des habitudes) et de maya (l'illusion). Les cycles des naissances et des morts, le samsara, ont pour but de retirer ces taches.

Mais ensuite « Pourquoi Dieu a créé ? » Cette question émane du point de vue limité du second chakra qui est régi par les règles de la logique. Mais la réponse existe dans la conscience de la vision divine du sixième chakra. Essayer d'imaginer une raison valable pour la création avec notre faculté de raisonnement ordinaire limitée est comme essayer de saisir l'océan, une goutte à la fois. C'est simplement la nature de Dieu de créer, avec ses autres pouvoirs de préserver, de dissoudre, de dissimuler et de révéler la grâce. Il n'y a pas besoin de raison. Les mondes sont créés

aussi naturellement que nous créons des pensées et des sentiments. C'est un fait qui se situe au-delà de la raison. Son pouvoir de créer fait partie de la Perfection de la Source de Vie. Mais selon la loi cosmique du karma (aussi créée par Lui) chaque âme, pas Dieu, est responsable de ses actions et ainsi ses différences et inégalités. Ces inégalités font partie de la création constante dans laquelle certaines âmes sont jeunes, avec beaucoup de choses à expérimenter, et d'autres sont vieilles, mûres et prêtes à fusionner avec le Seigneur.

En revanche, les théologiens abrahamiques voyaient le monde dans lequel existaient le bon et le mal et ne souhaitaient pas que leur dieu soit responsable de l'un et l'autre. Tout ce qui est mal, mauvais et affreux est produit par Satan. L'utilisation du mot « création » peut nous amener à croire que Dieu crée quelque chose à partir de rien. C'est la vision judéo-chrétienne. Mais pour la religion védique et agamique, la création est une émanation de Lui-même, où l'émanation fait référence à ce qui coule, résulte ou provient de l'essence, qui est Dieu. Dieu est par conséquent à la fois immanent dans sa création et transcendant, ou non affecté par elle. Cela est en contradiction également avec une école dominante le Saiva Siddhantha chez les hindous du sud, soit le « réalisme pluraliste », qu'un Dieu parfait ne pourrait avoir créé des âmes ou des mondes, avec toutes leurs imperfections, et que par conséquent ils restent éternellement séparés. À cet égard, la création est analogue au pot que réalise un potier sur une roue qui tourne. Dieu façonne déjà des matières existantes en différentes formes. Dieu est le potier, ou « la cause efficiente », la roue est la « cause instrumentale », considérée comme le pouvoir de Dieu, ou Shakti, et l'argile est la « cause matérielle » qui existe éternellement et qui produit un pot, l'effet de ces trois causes.

La vision des Siddhas de la création et ses relations avec sa création est que l'âme est semblable à une vague qui émane de l'océan, évolue et revient fusionner avec sa source, l'océan, Dieu. Ce qui est créé est l'individualité de l'âme, dotée des pouvoirs d'iccha (désir-amour), de kriya (action-volonté) et de jnana (conscience-sagesse) et qui à la fin fusionne lorsque les malas ou taches de l'ignorance, le karma et l'illusion sont retirés et tout sens de séparation disparaît. Le Dieu Siva a créé et crée constamment, préserve et réabsorbe toutes choses, l'âme individuelle de l'homme, tous les mondes et leurs contenus émanant de Lui-même. Il est à la fois la cause matérielle et efficiente. Sa création est comme le fruit qui émerge de l'arbre ou l'étincelle qui jaillit du feu. Cette vision combine le théisme, la croyance en la réalité de Dieu et de l'âme, avec le monisme, la croyance qu'il n'y a qu'Un, et que tout apparaît séparé en raison du pouvoir de l'illusion, ou maya. On l'appelle le théisme moniste, et il est commun aux Siddhas du Yoga tamouls et au Shivaïsme du Cachemire. (Pour plus d'informations sur ce sujet, consulter « Monistic Theism in the Tirumandiram and Kashmir Shaivism » dans notre ouvrage The Yoga of Tirumular: Essays on the Tirumandi-

Suite à la page 4



Soutenir le regard intérieur sur Shakti

par M. G. Satchidananda

« Vous rêvez les yeux ouverts » disent les Siddhas et c'est pour cela que vous souffrez. Vous permettre de vous identifier aux mouvements de votre mental, qu'ils soient des pensées, des impressions par les sens ou des émotions, vous éloigne constamment de la conscience de votre vrai Soi. L'art scientifique du yoga, avec ses nombreuses techniques, fournit un remède. Cependant, sans une compréhension profonde de la façon d'accéder à l'énergie potentielle à l'intérieur de soi, l'étudiant de yoga peut échouer à pratiquer ces techniques avec le degré nécessaire de concentration.

Étant donné l'état d'esprit de l'individu moyen, qui oscille entre l'absorption tamasique (inertie) et rajasique (ac-

tivité), le premier objectif du yoga doit être de développer sattva (calme). Toutes les techniques du yoga servent à cette fin. Toutefois, le calme n'est qu'un prérequis ou une porte d'entrée pour la réalisation du Soi et l'éveil de la kundalini, qui est notre potentiel de pouvoir et de conscience dont le but est de transformer la nature humaine, avec tous ses défauts, en une nature divine (Siddha, la perfection), dans les petites choses comme dans les grandes.

Shiva-Shakti : Énergie consciente

Tout prend son origine dans Shiva-Shakti, ou « l'énergie-

Suite à la page 5

Éditorial (suite)

ram, chapitre 10 ; ou sous forme d'ebook à :

www.babajiskriyayoga.net/french/bookstore.htm#yoga_tirumular_monograph

« Jiva (l'âme individuelle) est devenue Shiva », est le célèbre dicton des Siddhas qui résume leur point de vue. Il affirme la réalité du Seigneur, l'âme et le monde que l'âme doit traverser à maintes reprises. Cela est contraire à la perspective non-dualiste que l'on trouve dans certaines écoles du Védanta et du Bouddhisme, pour lesquelles le monde et ses souffrances ne sont pas une illusion, mais le Divin lui-même. Le monde et l'âme ne sont que diverses formes de Siva Lui-même. Néanmoins, Il transcende aussi Sa création et n'est pas limité ni affecté par elle. (Tirumandiram, volume 10, pages 3464-3465)

Qu'est-ce que la grâce ?

Quelle est sa relation avec le karma ?

Le concept de la grâce se trouve partout dans les enseignements des Siddhas, de même que dans de nombreuses religions du monde. Cela reflète qu'il est largement reconnu que nos prières obtiennent des réponses d'une source de bienveillance, que nous le méritons ou pas. Avec le karma, nous avons ce que nous méritons. Avec la grâce nous recevons ce qui élève et édifie notre âme, en réponse à son appel. Tout comme chaque action, parole ou pensée est par la loi du karma une conséquence ou une réaction nécessaire, il y a une loi supérieure qui permet à l'âme individuelle (jiva) de communiquer avec l'Âme Suprême de l'univers (Ishwara). Le Siddha Tirumular donne une forme de cette grâce : Nataraja, le Seigneur de la danse :

Dans son temple resplendissant (de Chidambaram) Il a dansé,

Pour les deux rishis (Patanjali et Vyagrapada comme témoin) Il a dansé,

Forme, sans forme et comme forme cosmique,

Dans la grâce divine de Sakti Il a dansé,

Lui les siddhas, les anandas,

Comme forme de la Grâce

Il était debout et il a dansé.

- Tirumandiram verset 2790

Comment le Seigneur a-t-il pu faire en sorte que les âmes soient destinées à une vie de souffrance ? Tirumular répond à cette question :

Dans sa Grâce je suis né ;

Dans sa Grâce j'ai grandi ;

Dans sa Grâce j'ai trouvé le repos dans la mort ;

Dans sa Grâce j'étais dans l'obscurcissement ;

Dans sa Grâce j'ai goûté l'extase délicieuse ;

Dans sa Grâce, Nandi, mon cœur est entré.

- Tirumandiram verset 1800

Ainsi, le Seigneur donne aux âmes un corps pour épuiser leur karma ; il les soutient afin qu'elles puissent faire l'expérience des résultats de leurs actions, et apprendre la sagesse de celles-ci ; il leur donne le repos par la destruction du corps ; il donne l'obscurcissement qui les oblige à chercher au-delà du voile pour réaliser leur nature véritable qui est conscience (cit) et finalement félicité, laquelle provient de l'équanimité par rapport au karma ; puis il les sort de l'esclavage de l'illusion que je suis le corps, je suis les désirs, dans la libération. C'est pourquoi tous Ses actes sont l'expression de Sa Grâce.

La Grâce Divine est-elle accessible à tous ? Oui, mais seulement ceux qui se sont préparés savent que c'est possible et ils y aspirent. La Mère a dit : « la Grâce est égale pour tous. Mais chacun la reçoit en fonction de sa sincérité. »

Dieu aime et guide chacun de nous

Le yoga nous fournit un véhicule pour le découvrir. Les enseignements des Siddhas du Yoga nous assurent que Dieu nous aime, et que la grâce de Dieu coule constamment sur nous. Nous en devenons conscients, de même que de Sa guidance, lorsque nous nous tournons vers Lui consciemment et le cherchons. Même les événements tragiques du monde nous fournissent l'opportunité d'exprimer « Anbe Sivam » « l'amour est Dieu ». □



Regard intérieur (suite)

conscience », selon le yoga. Ces deux mots se définissent par Être et Puissance, ce qui est au-delà des noms et des formes, d'espace et de temps, et qui est à la fois imminent en toute création, mais n'est pas affecté par elle, en tant que Témoin Éternel. La création entière émane d'elle selon le Saiva Siddhantha, les enseignements théistes monistes des Siddhas du yoga. Toute chose ne fait pas qu'émaner d'Elle, mais elle est, pour un temps, soutenue par Elle pour ensuite être dissoute en Elle. Shiva-Shakti est la fondation de votre être individuel, le Jiva incarné ou la conscience individualisée, enveloppée par des gaines d'énergie-conscience, ou koshas, dans les dimensions de votre existence physique, vitale, mentale et intellectuelle. Shakti, la force de vie intelligente universelle qui se manifeste dans les humains est appelée prana, ou énergie vitale, dans le corps et l'esprit. Vous pouvez éveiller votre grand potentiel divin, appelé « Kundalini Shakti », en adorant cette Déesse intérieure qui vous guide et vous donne de la puissance à tous les niveaux. La pratique de Shambhavi mudra, qui focalise intérieurement notre attention sur Elle avec une aspiration pour le Vrai, le Bon, le Beau, devient une discipline yogique sacrée. Vous pouvez aussi personnifier les pouvoirs de la Déesse en cultivant l'amour pour leurs formes et qualités avec dévotion, ou bhakti.

Regard soutenu : *Shambhavi Mudra*

Tourner son regard vers un endroit dans le corps fait souvent partie de plusieurs des techniques de yoga connues sous le nom de « Drishti Yoga » ou le yoga de la vue. Cela inclut les asanas, les pranayamas, la méditation, les mantras et même le bhakti yoga. Toutefois, lorsque les yeux sont tournés vers un point dans le corps ou dans le monde extérieur tout en demeurant concentré intérieurement vers le prana, qui est à l'origine de toute forme, cela s'appelle Shambhavi Mudra, ou « regard soutenu », et il y a beaucoup plus de potentiel dans son effet. Cela vous demande de vous concentrer intérieurement sur la lumière pure de la conscience, Shiva. Le corps physique, le monde extérieur, les pensées et les sentiments sont en toile de fond et la « manifestation lumineuse du Soi », ou svarupa, apparaît en avant-plan. Le Siddha Tirumular nous dit :

« Et le Maître Saint, Parama guru (le guru suprême)

En tant que Para inchangeant pénétre tout intérieurement

Dans cet état immanent

S'étend Sa Manifestation Lumineuse du Soi (svarupa)

Quand Jiva atteint l'État Final de Turiya (« quatrième »)

– *Tirumandiram* 2835

Et dans les dernières lignes des Sûtras du yoga de Patanjali, verset IV.34 :

« *svarupa pratishtha va citisakti iti* » : le pouvoir de la conscience pure s'installe dans sa pure et propre Nature.

svarupa : sa propre nature pure, manifestation lumineuse du Soi ;

citisakti : le pouvoir de la conscience pure ;

pratishtha : détermination ; l'établissement

va : ainsi

En Shambhavi mudra, vous entrez dans un état de calme et de communion avec la lumière de la conscience dans laquelle les sensations, les pensées et les émotions ne font que passer sans laisser de traces. Au lieu de vous arrêter sur ces mouvements, vous fixez votre attention sur ce qui est immuable, leur source. Par exemple, lorsque vous marchez, vous pouvez regarder au loin ou au sol à environ un mètre de vos pieds. Comme Jésus l'a dit : « Soyez des passants », Évangile de Thomas, verset 42. Ainsi, le monde est perçu véritablement, comme très temporaire et même éphémère, et ce qui transcende le monde devient accessible immédiatement, ici et maintenant. Vous ne cherchez pas de nouvelles expériences. Vous cherchez Celui qui voit, le Témoin Éternel, et sa force créative, Shakti et son agent humain, prana.

Cela requiert le pratyahara : c'est-à-dire que vous retiriez votre attention des sources extérieures de distractions ou d'intérêts. Cela demande beaucoup de concentration, dharana, à cause des tendances (vasanas) et des habitudes (samskaras) du mental et du vital à vagabonder dans les désirs sans fin et les mouvements émotionnels. Cela requiert que vous vous purifiez des désirs et des attachements, générés par habitude, à l'aide du tattva shuddhi, ou « lâchez prise », d'une conscience détachée et de discrimination. Le désir est un pouvoir de l'imagination. Pour contrôler le désir, pratiquez les méthodes de visualisation et de concentration et les mantras afin de développer l'imagination en tant que force de développement spirituel. La méditation sur des vérités abstraites en utilisant l'intellect et la raison vous aidera aussi à contrôler la force du désir et les diverses émotions dans le corps vital.

La pratique de Shambhavi mudra se pratique habituellement, du moins au début, avec les yeux ouverts, ou à moitié ouverts, tournés vers un point entre les sourcils, là où une lumière peut être visualisée. C'est ainsi que cela est décrit dans les textes traditionnels comme le Hatha Yoga Pradipika et les Sûtras de Siva. Par contre, son potentiel est beaucoup plus grand si l'on ne se limite pas au centre entre les sourcils. Assis ou debout, tout en demeurant calme à l'intérieur, maintenez votre regard soutenu et fixe vers les centres associés à sahasrara et à ajna, ou vers le bout du nez. Cela peut se faire les yeux partiellement ouverts ou fermés. Ce qui est important c'est de maintenir votre conscience sur le prana à l'intérieur. En alternant, vous pouvez vous concentrer sur un organe ou un objet des sens comme l'oreille ou le son, mais demeurez centré sur le pouvoir, l'énergie qui anime l'organe des sens et qui est le véhicule de la sensation. Tout comme une machine ou un appareil fonctionne à l'électricité, vos sens opèrent en tant qu'instrument du prana, qui fait partie de la Shakti universelle, l'énergie conscience.

En tant que vraie pratique tantrique, vous ne cherchez pas à fermer les organes des sens en Shambhavi mudra,

Suite à la page 6



Regard intérieur (suite)

mais plutôt à unifier son activité avec la source de son pouvoir. Le mot tantra veut dire toile ou enseignements énergétiques. Cela fait référence à la toile d'énergie qui soutient toute chose dans l'univers. Cela fait aussi référence aux enseignements qui unissent Shiva et Shakti, la conscience et l'énergie, le spirituel et le matériel, le ciel et la terre, l'éternel et le temporel, l'infini et le fini. Celui qui pratique le tantra utilise des méthodes énergétiques impliquant le prana pour communier avec l'objet de dévotion ou d'attention. Le tantrisme voit toute vie en tant que personnification sacrée du Divin. Toute chose émane de l'intelligence cosmique, Shiva, par l'entremise du pouvoir créatif de Shakti. Shiva et Shakti ne sont pas des objets ou des choses, mais la source de toute chose, et ainsi vous ne pouvez les approcher qu'en entrant dans un état de communion avec eux où vous transcendez la dualité du sujet et de l'objet. Le fameux dicton des Siddhas, « le Jiva (la conscience individualisée incarnée) devient Shiva (conscience universelle) », affirme à la fois la réalité de l'existence incarnée et l'état ultime de perfection. Cela affirme aussi l'évolution ou la voie entre eux ! Nous sommes tous des travaux en cours, façonnés par notre façon de répondre à l'expérience de la vie. Lorsqu'il est pratiqué avec habileté, Shambhavi mudra est un véhicule efficace pour traverser cette voie mystique de l'imperfection à la perfection, au début avec des formes extérieures particulières et des parties de son anatomie physique ou subtile et ensuite, ultimement, en observant toutes formes, matérielles et subtiles.

Plusieurs façons d'appliquer Shambhavi Mudra

Shambhavi mudra peut être pratiqué de différentes manières :

1. Pratiquez-le sur les cinq sens subtils, soit le jnana indriyas : (a) centrez-vous sur le pouvoir de voir, pas celui qui voit, ni l'objet qui est vu ; (b) centrez-vous sur le pouvoir d'entendre, pas sur soi-même qui écoute, ni les sons entendus ; (c) centrez-vous sur le pouvoir de toucher, pas la peau, ni l'objet touché ; (d) centrez-vous sur le pouvoir de goûter, pas la langue, ni la nourriture et la boisson, ni le goût ; (e) centrez-vous sur le pouvoir de sentir, pas le nez, ni l'objet senti. Les impressions sensorielles vont et viennent comme des nuages dans le ciel. Soyez comme le ciel. Concentrez-vous sur le prana, le pouvoir derrière les cinq sens.

2. Pratiquez-le lorsque vous vous concentrez sur le prana, l'énergie qui donne le pouvoir d'action aux organes moteurs, le karma indriyas : (a) le pouvoir qui anime vos mains ; (b) le pouvoir qui anime vos pieds et vos jambes ; (c) le pouvoir qui anime votre voix ; (d) le pouvoir qui fait bouger vos organes d'élimination ; (e) le pouvoir qui anime les organes de procréation.

3. Pratiquez-le en regardant un objet externe : la flamme d'une chandelle, une fleur, un yantra ou un mandala, un Shiva lingam, une photo de votre forme préférée du Divin, connue sous le nom d'Ishta-Devata. Si vous marchez ou que vous vous déplacez, tous les objets externes peuvent être regardés tout en étant intérieurement

conscients de la lumière de la conscience.

4. Pratiquez-le en suivant le son d'un mantra jusqu'à sa source et en s'identifiant avec les pouvoirs et les qualités exprimés par le mantra. Concentrez-vous sur Cela d'où le mantra provient en écoutant le son.

5. Pratiquez-le lorsque vous communiquez avec les autres en vous concentrant sur l'énergie qui circule entre vous et l'autre. Aspirez à le saturer d'énergie d'amour, de bonne volonté et d'équanimité. Voyez la présence du Divin, avec Qui nous avons une relation permanente.

6. Pratiquez-le en concentrant votre regard sur l'image de votre Ishta Devata ou guru et en diffusant l'énergie, l'amour et la beauté qui se cachent derrière.

7. Pratiquez-le en concentrant votre regard sur les chakras ou les autres parties de votre anatomie subtile : les nadis ida, pingala et sushumna. L'énergie suit la conscience, alors lorsque vous dirigez vos yeux vers un chakra, l'énergie circule dans le chakra et l'éveille.

8 Pratiquez-le pendant que vous contemplez des objets représentant les cinq éléments : (a) la terre : une roche ou une montagne, par exemple ; (b) l'eau : un lac, une rivière ou un océan ; (c) le feu : la flamme d'une chandelle ou un feu de camp ; (d) l'air : le ciel ou les nuages ; (e) l'espace : l'espace entre deux objets ou l'espace entre vous et des objets externes. Ceci peut aussi être fait avec les yeux fermés en les visualisant. En le faisant, fusionnez votre conscience avec l'objet de contemplation, ne faisant qu'un avec lui.

9. Pratiquez-le en contemplant le feu de la Kundalini, notre pouvoir potentiel. Parce qu'il nous soutient à tous les niveaux et est associé au chakra racine, dont l'élément est la terre. C'est comme le feu au centre de la Terre. Elle s'éveille par le tapas, qui sont les pratiques qui nous purifient et nous renforcent incluant les asanas, les pranayamas, un bon régime alimentaire ainsi que les yamas, les restrictions sociales. Concentrez-vous sur le feu qui anime ces pratiques ; sur la chaleur de la résistance que rencontrent vos efforts, surtout en ce qui concerne les désirs, les habitudes et les attachements ; sur le pouvoir du feu qui transforme votre nature et l'exercice de votre volonté.

10. Pratiquez-le en contemplant une pleine lune et vous concentrant sur la béatitude, l'énergie rafraîchissante, la lumière de la conscience, qui nous donne tant de plaisir et qui calme notre mental. C'est à cause de cet effet que la lune est associée au chakra couronne, le palais mou, le samadhi, le nirvana et la sécrétion d'amrit ou nectar de ce chakra, ainsi que l'éveil, par conséquent, de nos facultés supérieures. Contemplez sa façon de se manifester, au-delà de tout effort, en tant qu'amour et paix.

11 Pratiquez-le lorsque vous contemplez l'alchimie interne où le feu de la Kundalini, dans les chakras inférieurs, surgit dans le nadi ida et est transformé par l'énergie descendante rafraîchissante du nadi pingala, « la lune », le chakra couronne, pour ensuite devenir le soleil, la lumière de la conscience s'unissant dans le nadi sushumna. L'union de Shiva et Shakti.

Suite à la page 10

Transformer le corps par la descente de la Conscience Vérité

par Nityananda

« Pour conserver le corps, ouvrir le couvercle,
Le couvercle s'ouvre par le Hatha Yoga ;
Le corps humain, considéré comme une apparence, est le
portail ;

En renversant le corps lié de multiples façons, faites-en la
vérité et atteignez la victoire. »

- The Yoga of Boganathar, volume 1, « Samadhi Diksai-
10 », verset 5 par Siddha Boganathar

« Au-dessus du Mental, il n'y a pas que l'Infini en soi,
mais l'océan infini de paix, de joie, de lumière, de pou-
voir, etc. au-dessus de la tête. Le couvercle doré – Hiran-
maya patra – intervient entre ce qui est au-dessus du
mental et ce qui est en dessous. Une fois que nous
brisons ce couvercle, ces éléments peuvent descendre à
tout moment selon notre volonté, mais pour cela, le si-
lence est nécessaire. – (Evening talks, A. B. Purani).

La pratique en profondeur de Hatha Yoga n'est pas limi-
tée à la performance des asanas, postures de Yoga, mais
bien au-delà de cela. Le Hatha Yoga inclut les asanas et
les bandhas, les verrous musculaires, dans le but de net-
toyer les nadis ou canaux énergétiques, d'activer les
chakras et, finalement, de diriger et concentrer l'énergie
vitale vers le dessus de la tête. En fait, le yogi Sivananda,
appelle le "Hatha Yoga" ce que d'autres considèrent
comme la pratique du "Kundalini Yoga", comme décrit
dans son livre "Kundalini Yoga".

La pratique du pranayama est aussi fondamentale
dans le processus d'éveil et de concentration de l'énergie
à la couronne de la tête. Les Siddhas insistent beaucoup
là-dessus ; Bogar en parle aussi dans le verset de ce
poème qui suit :

« Relâchez l'énergie méditative du muladhara de la base et
dirigez le souffle

Au travers des quatre cercles généreux et enchantés

Jusqu'au cercle où la syllabe ya se relie et où la respiration
synchronisée s'est intériorisée. »

- The Yoga of Boganathar, volume 1, « Samadhi Diksai-
10 », verset 1 par Siddha Boganathar

Les « quatre cercles » sont les quatre chakras au-dessus
du premier. Par la pratique du pranayama, la respiration
s'équilibre et se calme et, toute seule, elle se concentre
au sixième chakra situé entre les sourcils. Le prana s'in-
tériorise dans l'ajna chakra, qui est relié à la syllabe « ya ».

Dans d'autres yogas, la concentration sur le chakra de
la couronne se fait lorsque l'on atteint le but, soit de quit-
ter le monde du samsara, le cycle des réincarnations in-
cessantes. Par contre, l'objectif du Siddhantam des
Siddhas est tout autre. La concentration à cet endroit, le
but est la descente de la grâce divine, qui rendra possible
la transformation de toutes les couches ou corps du yogi,
incluant le corps physique... transformant « le cuivre en
or » afin que « jiva » (individu) devienne Shiva (Divine).
» Une fois que le couvercle du chakra de la couronne, Sa-
hasrara, est ouvert, celui-ci devient l'endroit où les éner-
gies supérieures descendent. Sri Aurobindo mentionne
cela dans ses écrits :

« Le centre organisé supérieur de notre être incarné et
de ses actions dans le corps est le mental suprême ex-
primé par le symbole yogique du lotus aux mille pétales,
sahasrara, et c'est à ce sommet qu'il y a communication
directe avec les niveaux supramentaux. C'est alors possi-
ble d'adopter une méthode différente et plus directe (...) et
de tout recevoir par une forme de descente d'au-delà,
une descente qui nous permet d'être plus conscients spiri-
tuellement, mais aussi conscients physiquement. » (La
synthèse des yogas, Sri Aurobindo)

En tant que yogi, vous ne pouvez pas créer par vous-
même cette transformation alchimique ; c'est la descente
du Divin Lui-même qui le fait. Vous devez consommer
votre aspiration pour le Divin par la pleine concentration

Suite à la page 7

Regard intérieur (suite)

12. Pratiquez-le lorsque vous contemplez la façon dont
l'énergie descendante de l'inspiration équilibre l'énergie
ascendante de l'expiration, ce qui provoque la calme sen-
sation de suspension sans effort et le rayonnement de la
conscience.

13. Pratiquez-le en contemplant la source des mouve-
ments et des sensations énergétiques pendant la pratique
de chaque asana.

Deux revers d'une même médaille : La réalisation du Soi et l'éveil de la Kundalini

Le samadhi c'est d'être conscient de ce qui est conscient.
La conscience est absorbée en elle-même ; en d'autres
mots, l'objet de la conscience est la conscience elle-même.
Dans le yoga classique des Sûtras du Yoga de Patanjali,

samadhi, ou « réalisation du Soi » est la dernière de huit
étapes progressives préparatoires, connue sous le nom
d'astanga yoga. Dans les traditions monistes ou non dual-
istes, la réalisation du Soi est abordée par la méthode «
d'autoquestionnement », vichara atma, dans laquelle on
se pose constamment des variations de la question « Qui
suis-je ? » ou « Qui ressent cela... pense cela... expérimente
cela ? » Au travers de la pratique tantrique Shambhavi
mudra, vous pouvez aborder le samadhi, le Soi, la con-
science pure, en devenant conscient de « l'autre côté de la
médaille » de la conscience : l'énergie. En cultivant la con-
science de l'énergie, la Shakti, comme décrit plus haut,
vous devenez conscient de la conscience elle-même,
Shiva. En vous abandonnant à Shiva-Shakti, vous devenez
l'instrument d'une intelligence Créative et éveillez pro-
gressivement la Kundalini, votre potentiel Divin. □



Kriya Yoga- Le retour à la maison

par Bhumika Pandya, en Inde

Tout le processus de la vie et de la mort et les activités qui se produisent entre les deux me font penser à quelque chose de très simple. « Nous naissons avec notre corps et rien d'autre, et lorsque nous mourrons, nous n'emmenons pas notre corps, alors quelle est la véritable raison, le véritable but derrière le fait d'être là ? »

J'ai toujours cru qu'il y avait quelque chose de plus dans la vie que de pratiquer ces activités quotidiennes. Il y a quelque chose à saisir dans le jeu de la vie et la mort ! Quelque chose qui révèle le vrai but de la vie. Ma recherche d'une réponse m'a conduite à lire des ouvrages de divers yogis indiens et fait connaître les techniques

pas parvenue à les pratiquer quotidiennement. Il me manquait l'engagement et je me demandais si cette fois encore cela serait le cas. Mais le Kriya Yoga a été une expérience différente. Après la première initiation, pas un jour ne s'est passé sans que je pratique les kriyas. En fait, en y réfléchissant, j'ai réalisé que ce n'est pas moi qui pratiquais les kriyas, mais que j'étais absorbée par la pratique. Je suis devenue un avec le Kriya. Tout comme lorsque nous respirons sans en être conscients, la sadhana est simplement, je ne me rends pas compte que je pratique. C'est naturel et sans effort. Une telle bénédiction ! Si le fait de pratiquer les kriyas représentait une grâce pour moi, avec le temps, beaucoup d'autres choses ont changé.

Le Kriya Yoga m'a initiée à certaines vérités profondes de la vie. Nous n'avons pas conscience que tout est temporaire. C'est pourquoi nous nous laissons absorber par le drame de la vie, nous nous oublions. Cela conduit à la souffrance et la misère. Le Kriya Yoga m'a appris à être dans l'état de conscience véritable, Sat-Chit-Ananda. Il m'a aussi enseigné à remplir avec sincérité mes devoirs et mes responsabilités tout en restant détachée. Me souvenir de cela m'aide à rester plus consciente et plus calme, indépendamment de la situation.

Ce que j'ai reçu de la première initiation a éveillé ma curiosité sur les avantages que pouvait m'apporter la seconde initiation. Cette dernière m'a fait considérablement progresser sur la voie spirituelle. Je suis entrée plus profondément en moi pour connaître mon Vrai Soi. J'ai pris conscience de mes énergies. Si subtiles et pourtant si puissantes ! C'est la magie de l'énergie ! Lors du déroulement de la seconde initiation, devant cette expérience miraculeuse, je me suis jetée aux pieds de Babaji. L'abandon total. L'ultime Swaha du « soi » pour connaître le « Soi ». Avec pour résultat le fait d'être enivrée par ce doux Dieu qui m'entoure chaque minute, chaque seconde de la journée.

Une expérience merveilleuse de chaque instant nous attend, si nous y sommes attentifs. Shiva nous attend à chaque moment. Il nous rappelle, il nous appelle par notre propre souffle Va-Shi, à devenir un avec lui, à nous dissoudre dans le néant. La possibilité s'offre à nous, si nous décidons de réagir.

En nous connectant à Lui, nous nous connectons à notre Soi supérieur véritable.

Il est temps de devenir un avec Lui dans l'océan du bonheur. □



yogiques qui les ont aidés à vaincre même la mort ! Par la suite, des études sur ces yogis entreprises par les meilleures universités du monde ont réactivé ma croyance en leurs techniques. Ensuite, en approfondissant mes recherches, j'ai découvert le Christ et son amour immense accessible à tous ceux qui sont prêts à le recevoir. La dévotion et la ferveur à réaliser le véritable but de la vie m'ont amenée au Kriya Yoga de Babaji.

La première initiation m'a permis de connaître des techniques à la fois très avancées et simples des kriyas. Seules la sincérité totale et la discipline sont requises pour la pratique des kriyas car plus on pratique, plus les résultats sont tangibles. Les acharyas sont des exemples vivants de la façon dont le Kriya Yoga peut transformer notre vie. L'énergie, l'optimisme, la détermination et le service désintéressé envers tous les chercheurs de vérité, ne sont que quelques-unes des qualités qui émanent des acharyas. L'acharya Satyanandaji, le guide parfait du Kriya Yoga de Babaji, est un bel exemple de la possibilité de transformation et de développement spirituel par le Kriya Yoga. Me faire initier par lui m'a assurée que j'étais sur la bonne voie.

J'avais appris précédemment des techniques de yoga très bénéfiques d'autres enseignements, mais je n'étais



Questions et Réponses

Une source d'informations précieuses pour gérer les doutes

par M. G. Satchidananda

Dans le verset 1.30 des Sutras du Yoga, Patanjali mentionne les « doutes », qui sont un des plus grands obstacles à la pratique du Kriya « l'action en conscience », ou la manière d'être continuellement conscient dans la vie courante. Pour gérer un doute, il faut tout d'abord l'exprimer en formulant une question. Écrivez-la puis commencez à chercher une réponse, par exemple à l'aide de la quatrième technique de méditation, Arupa Dhyana Kriya, ou la septième technique de méditation Babaji Samyama Kriya, qui sont enseignées au cours de la première initiation. Les acharyas et les autres personnes initiées au Kriya Yoga de Babaji peuvent également répondre à vos questions. Une autre source de réponse se trouve dans les articles du Journal du Kriya Yoga dont les titres sont sur le site internet :

www.babajiskriyayoga.net/french/articles.htm

Vous trouverez rapidement une réponse à vos doutes et vos questions en consultant les titres des articles. Voici un échantillon des questions ou types de doutes que vous pouvez avoir et les articles du Journal qui offrent des réponses :

Comment surmonter ou contrôler les émotions difficiles et les désirs ? Pourquoi ne suis-je pas heureux ? Lire :

Hiver 2009 : « *L'anatomie du désir : créer un équilibre émotionnel par la pratique spirituelle de l'étude de soi.* »

Hiver 2013 : « *La peur et la maîtrise du corps vital* »

Est-ce que je progresse sur la voie du Kriya Yoga et dans mon développement spirituel ? Lire :

Automne 2007 : « *Comment mesurer le progrès spirituel ?* »

Pourquoi est-ce que je n'obtiens pas de réponses claires à mes questions pendant la méditation ? Lire :

Hiver 2015 : « *Babaji Samyama Kriya exige de l'ouverture et de la réceptivité* »

Pourquoi ne suis-je pas capable d'abandonner les fantasmes obsessionnels, les soucis et l'attachement ? Lire :

Printemps 2014 : « *Les blocages et le chakra du cœur* »

Comment la pratique du Kriya Yoga peut-elle m'aider par rapport à la peur et l'anxiété ? Lire :

Hiver 2013 : « *La peur et la maîtrise du corps vital* »

Comment trouver la bonne guidance intérieure ? Comment choisir la bonne façon d'agir ? Lire :

Été 2012 : « *Notre ouverture psychique au divin* »

Quelle est ma responsabilité par rapport aux

crises environnementales ? Lire :

Automne 2010 : « *Yoga, le consumérisme et la sixième extinction de masse* »

Comment le yoga peut-il m'aider à réussir professionnellement et financièrement ? Lire :

Été 2010 : « *Faites ce que vous aimez et l'argent suivra* »

Comment la méditation peut-elle m'aider à surmonter les difficultés de la vie courante ? Lire :

Automne 2007 et hiver 2008 : « *L'art de la méditation* »

Qu'est-ce que le bhakti yoga ? Est-ce nécessaire ? Comment le développer ? Lire :

Automne 2007 : « *Qu'est-ce que la dévotion et est-ce nécessaire ?* »

Pourquoi est-ce que je souffre ? Quelles sont les conséquences de l'égoïsme ? Quelles sont mes valeurs et mes priorités ? Lire :

Printemps et été 2007 : « *Pourquoi pratiquons-nous le yoga ?* »

Hiver 2005 : « *Pourquoi y a-t-il autant de souffrance dans le monde ?* »

Printemps 2002 : « *Nos préférences et nos aversions ; la maladie du mental* »

Comment abandonner l'égoïsme pour la perspective de l'âme, le témoin éternel ? Comment distinguer les désirs de l'aspiration ? Lire :

Hiver et printemps 2006 : « *Aspiration, rejet et abandon* »

Comment régler mes dettes karmiques et arrêter de créer du nouveau karma par la pratique du Kriya Yoga ? Lire :

Printemps 2005 : « *Le karma : la cause ou la conséquence ?* » 1re et 2e partie

Qu'est-ce que le karma yoga, et comment en profiter ? Lire :

Hiver 1994-95 : « *Recevoir la grâce de notre Satguru Kriya Babaji Nagaraj* » 2e partie

Comment créer un environnement propice à la pratique du yoga à la maison ? Lire :

Automne 2002 : « *La demeure d'un homme est son ashram* »

Comment puis-je développer une relation avec Babaji et recevoir sa grâce ? Lire :

Automne 1994 et hiver 1994-95 : « *Recevoir la grâce de notre Satguru Kriya Babaji Nagaraj* »

Hiver et printemps 2006 : « *Aspiration, rejet et abandon* »

Qui suis-je ? Dieu existe-t-il ? Lire :

Automne 2007 : « *Comment mesurer le progrès spirituel ?* »



Nouvelles et notes

Le deuxième niveau d'initiation sera donné par M.G. Satchidananda au Québec du 19 au 21 juin et du 23 au 25 octobre 2015.

Le troisième niveau d'initiation sera donné par M. Govindan au Québec du 10 au 19 juillet 2015. 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.

Formation de professeur de Kriya Hatha Yoga : du 26 juin au 7 juillet 2015 en français à l'ashram du Québec.

Pèlerinage au nouvel ashram de Badrinath : du 22 septembre au 10 octobre 2016. www.babajiskriyayoga.net/french/pilgrimages.htm

Nous avons besoin de vous ! Notre organisme à but non lucratif, l'Ordre des Acharyas du Kriya Yoga de Babaji a besoin de vos dons pour terminer la construction de l'ashram à Badrinath. Regardez l'état d'avancement

des travaux et les photos à : www.babajiskriyayoga.net/french/News-Links.htm.

Nous avons aussi besoin de votre aide pour nous aider à financer les activités prévues par l'Ordre en 2015. Veuillez faire vos dons en ligne et consultez notre rapport annuel à : www.babajiskriyayoga.net/french/contribution.htm

Visitez le blog de Durga
www.seekingtheself.com.

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 !

Nous demandons à tous nos abon-

nés de la zone Euro de compléter leur abonnement annuel de 12 Euros par transfert à la Deutsche Bank, (Deutsche Bank International, BLZ 50070024, numéro de compte 0723106, re. IBAN DE09500700240072310600, BIC/Swift code DEUTDEDBFRA). 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.

Conscience Vérité (suite)

de votre énergie à ce point supérieur, jusqu'à ce que « le couvercle s'ouvre ». Avec le couvercle ouvert, vous devez consommer l'abandon complet par le silence absolu et une réceptivité entière envers la grâce descendante. L'atteinte d'une telle réalisation peut exiger une vie entière ou plus pour qu'elle soit complète et effective.

Sri Aurobindo affirme dans ses écrits que la seule chose qui peut transformer la nature et le corps physique et les diviniser est la conscience Supramentale ou la conscience Vérité, bien au-delà de tous les niveaux du mental supérieur de l'être humain actuel. Cette conscience Vérité ne tolère aucune fausseté ; c'est la Vérité de l'être. C'est intéressant de constater que Bogar parle aussi, dans ses versets, de « faire de lui (le corps) la vérité. »

La transformation et la divinisation du yogi sont l'union suprême de Shiva et Shakti, de la conscience et l'énergie, jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de différence entre les deux. La création ne fait qu'un avec le créateur.

« Étant absorbé dans l'Absolu en concentration,

*Il est possible de faire descendre la grâce manifestée ;
L'univers et les cinq sens qui s'unissent
Sont devenus la forme de celui à la chevelure torsadée et
emmêlée et sage. »*
- The Yoga of the 18 Siddhas: An Anthology.
Sundaranandar, Meyjnanaccurukkam- 16, verset 15.

L'univers et les cinq sens sont alors inséparables de Shiva, la conscience suprême (celui avec la chevelure torsadée et emmêlée et sagesse).

Et le corps physique, selon les Siddhas, est plus qu'une limitation ou une illusion pour l'âme ; c'est une porte pour accéder à l'ineffable état de réalisation : « Le corps humain, considéré comme une apparence, est le portail. »

Ces versets du Siddha Boganathar nous démontrent clairement et d'une façon étonnante la voie des Siddhas – le processus pour faire monter l'énergie, et la descente de la grâce transformatrice du Divin, même dans le corps physique, pour la réalisation yogique suprême. □



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 septembre 2015, 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.

