

Journal du Kriya Yoga

Le mystère et la beauté du Kriya Yoga de Babaji

par M. G. Satchidananda

Cette année, nous fêtons le 25^e anniversaire de la fondation de l'ashram du Québec, le 15 août 1992, le 20^e anniversaire de la création de l'Ordre des acharyas du Kriya Yoga de Babaji, le 31 mai 1997, ainsi que le 20^e anniversaire de la première initiation donnée au Brésil. Nous soulignerons ces événements lors deux grands rassemblements d'acharyas et de sadhakas. Le premier se tient du 28 juin au 3 juillet, à l'ashram du Québec, et le second du 15 au 20 novembre 2018 à Cunha, au

Brésil. Nous pourrons tous profiter de cette occasion pour souligner que la Grâce du Kriya Yoga de Babaji nous a aidés à percer le mystère de nos vies respectives.

La vie est pleine de mystère. Les scientifiques et les philosophes tentent de résoudre certains des mystères de la vie, mais échouent lorsqu'ils atteignent les limites de la raison et la collecte et l'évaluation de la preuve empirique. Comme démontré dans le Journal précédent, les scientifiques ne peuvent même

pas déterminer ce qu'est la conscience, parce que ce n'est pas un objet. Par contre, les chercheurs développent une meilleure compréhension en suivant les pas des mystiques.

Parfois, lorsque l'on parle de mystère, on fait référence à « l'obscurcissement » dans les poèmes des Siddhas du Yoga, comme le Tirumandiram. Dans ces écrits, ainsi que dans la littérature du Shivaïsme du Cachemire, l'obscurcissement est l'une des cinq actions de Shiva. Celles-ci sont la création, la préservation ou stabilité, la dissolution, l'obscurcissement et la grâce. De la perspective cosmique ou métaphysique, le Seigneur crée un corps physique dans lequel toutes les âmes peuvent faire l'expérience des conséquences de leur karma, bonnes ou mauvaises. Le Seigneur maintient le corps pour un temps et préserve certaines relations intimes, incluant la famille et les amis, afin que l'âme puisse s'assagir au travers des leçons de vie. Le Seigneur dissout le corps physique, les relations et les situations, lorsque des nouveaux sont nécessaires pour l'évolution de l'âme ou que le karma l'exige. Le Seigneur crée l'obscurcissement afin que l'âme recherche avec diligence la vérité au-delà des plaisirs et des douleurs éphémères de la vie, acquérant ainsi la sagesse, la réalisation du Soi et

à l'intérieur

1. Le mystère et la beauté du Kriya Yoga de Babaji,
par M. G. Satchidananda
3. La liberté absolue dans le monde post humaniste (2^e partie),
par M. G. Satchidananda
6. Comprendre et gérer la colère avec la méditation,
par M. G. Satchidananda
8. Profil : les Acharyas Annapurna Ma et Ganapati
13. Nouvelles et Notes



Le mystère (suite)

l'éveil de l'unité dans la diversité. La grâce du Seigneur, la cinquième action, est imprégnée dans les quatre autres actions, et soutient l'âme dans son cheminement vers la réalisation de l'unité ou la non-dualité. Comme Tirumalar, l'auteur du Tirumandiram, l'a dit : « Ils ne sont pas deux », faisant référence à Shiva, le Seigneur, et les jivas individuels, ou âmes.

Ce qui est souvent incompris ou pas pleinement apprécié par les sadhakas est que les cinq actions de Shiva se produisent aussi à l'intérieur de chacun de nous à chaque instant. De plus, Shiva est le témoin du théâtre de sa force créative, appelée Shakti, qui est tout, incluant nous-mêmes. Vous partagez peut-être cette perspective cosmique de Shiva lorsque vous demeurez à l'écart du bavardage de votre mental, en tant que Témoin. Lorsque vous vous identifiez à la conscience pure, ou Shiva, et non aux mouvements de votre mental, vous témoignez de la création des pensées, des émotions et des sensations, qui demeurent un certain temps, et ensuite se dissolvent. Le sage apprécie combien les pensées, les émotions et les sensations obscurcissent la lumière de la conscience et l'essence de notre unité en toutes choses en nous identifiant à elles. Cette obscurité et cette fausse identification sont nées de l'égoïsme, un principe de la nature, dans laquelle la conscience devient individualisée et par conséquent contractée et identifiée non seulement avec un corps physique en particulier, mais aussi aux mouvements individuels du mental. Lorsqu'il y a attachement ou aversion, désir ou peur, leur mouvement au travers des corps mental et vital devient coincé dans des boucles obsessives et répétitives à moins qu'elles soient assimilées par l'action d'en témoigner et le lâcher-prise. Ainsi, elles forment encore plus d'obscurité alors que les peurs et les désirs deviennent habituels, et que l'on s'attarde aux mémoires, plaisantes ou douloureuses.

La grâce opère chaque fois que nous voyons clairement à travers les voiles de ces mouvements mentaux, dans la perspective de l'âme, ou du Témoin, et lâchons prise. Le « chitta vritti » (Sûtra du Yoga 1.2) nous garde dans un état d'obscurité, absorbé par les agents de maya, soit le temps, le désir, le pouvoir limité, la connaissance limitée et le karma. La grâce, qui opère au travers de la pratique de la méditation, nous permet d'en être le témoin, de les métaboliser, et de les amener à leur terme. L'étude et la contemplation de la littérature sacrée mettent aussi en lumière la sagesse, qui nous aide à nous rappeler ce que nous avons peut-être oublié pour surmonter la souffrance. La grâce nous permet de voir clairement, d'apaiser le mental, d'avoir une conscience pure et de percer le voile d'obscurité de la fausse identification avec le mental et les mouvements émotionnels. Cela peut se produire comme une expérience intense, dans laquelle nous « voyons la lumière », ou que par la suite nous disions « ça m'a étonné », ou « ça m'a coupé le souffle », ou « j'ai senti la présence du Seigneur », « c'était tellement beau ». C'est habituellement une expérience passagère. Le but du Yoga et du Tantra est de maintenir cet état de Grâce, en traversant le pont des quatre autres actions, en

cessant de s'identifier à leur mouvement, en d'autres mots, l'égoïsme. Yogananda définissait Dieu ainsi : « une joie toujours renouvelée ».

Voilà le cœur de la beauté du Kriya Yoga de Babaji et la raison de célébrer la Grâce qu'il a apportée dans chacune de nos vies. Par le détachement continu, ou vairagya, nous cessons de nous identifier aux mouvements du mental, nous agripper (Sûtra du Yoga I.12). Par la pratique du Kriya Kundalini Pranayama et des bijas mantras, notre pouvoir potentiel et conscience, la kundalini, une aiguille sonique perce les blocages dans les points nodaux, les chakras, dans le canal central, le sushumna. Alors que ces blocages sont éliminés par la pratique de la voie à cinq branches du Kriya Yoga de Babaji, nous percevons et agissons dans le monde dans la perspective des chakras supérieurs. En tant que mystique, nous réalisons anbu sivam, l'amour est Dieu, et faisons l'expérience de notre unité en tout.

Notre évolution en tant que sadhaka

En tant qu'être humain, notre évolution nous a pourvus de systèmes nerveux et hormonaux qui assurent notre survie. Nous avons un réseau par défaut, incluant l'ego, le mental et sa mémoire et les cinq sens, qui nous permet d'affronter les défis de la vie et de gérer nos réactions physiques et émotionnelles, tels que la peur et les désirs. Il est programmé par nos habitudes à réagir rapidement, automatiquement et efficacement. Il concentre notre conscience sur ce que nous devons faire maintenant. La méditation nous amène dans une autre partie de notre cerveau, un réseau centré dans le présent, où l'on se décentre et reconnait les pensées négatives et les émotions et recherchons une réponse positive. Il perçoit que « quelque chose ne va pas » lorsque nous nous sentons mal, et non « quelque chose n'est pas bien en moi » qui est le langage de l'ego. Au début de la méditation, nous entendons « j'ai du ressentiment » ou « j'ai peur » lorsque les mémoires négatives remontent à la surface. Mais plus nous devenons calmes, nous pouvons voir ces émotions et les mémoires associées à elles comme des messagers qui pointent vers un niveau plus profond de vulnérabilité, où notre besoin de séparation ou de survie n'est plus menacé. Nous nous posons la question « quelle est l'action la plus appropriée que je peux prendre en réponse à cette émotion à un niveau de bien-être qui me permettra de demeurer en équilibre ? » Lorsque nous demeurons le témoin des émotions en tant qu'événements personnels et messagers impersonnels nous les assimilons, complétons leur cycle rapidement, et ils révèlent leur vérité.

Chacun d'entre nous a une accumulation d'habitudes qui nous fait réagir émotionnellement. Nous pouvons les voir comme un mécanisme de survie, mais nous ne sommes pas obligés d'être limités par elles. Nous pouvons les dissoudre et les guérir. Elles obscurcissent la lumière de la conscience intérieure, comme un papier de

Suite à la page 3



La liberté absolue dans le monde post-humaniste

par M. G. Satchidananda

« *L'intelligence artificielle pourrait entraîner la fin de la race humaine.* »

– Stephen Hawkins, physicien de renom

« *L'intelligence artificielle représente une menace fondamentale pour l'humanité.* »

– Elon Musk, fondateur de Tesla

« *Quiconque maîtrisera l'intelligence artificielle dominera le monde.* »

– Vladimir Putin

« *D'ici 2030, la Chine dominera l'intelligence artificielle.* »

– Eric Schmidt, président d'Alphabet, société mère de Google

Comme indiqué dans la première partie, bien que les problèmes les plus urgents pour de nombreux humains incluent le changement climatique, la croissance de l'inégalité économique, le chômage et les menaces de guerre, si nous élargissons cette vision, certains affirmeront que tous les problèmes des humains sont supplantés par trois procédés interconnectés :

« 1. La science converge vers un dogme universel qui dit que les organismes sont des algorithmes et que la vie traite les données. »

« 2. L'intelligence est séparée de la conscience. »

« 3. Des algorithmes supérieurement intelligents, mais non conscients, pourraient bientôt nous connaître mieux que nous nous connaissons nous-mêmes. »

– Yuval Noah Harari, *Homo Deus*, p. 402

Les affirmations au début de cet article sont faites par des scientifiques issus des domaines de la biotechnologie, la génétique, l'intelligence artificielle et l'informatique. Ils sont au cœur des développements faits par les plus grandes entreprises de technologie au monde, dont Google, Facebook, Amazon et d'autres. Actuellement, ces sociétés développent des applications qui utilisent de grandes bases de données, le codage génétique, la nanorobotique et la bio-ingénierie afin de faire évoluer

l'homo sapiens en une nouvelle espèce, possédant des pouvoirs divins et même l'immortalité. Ce saut quantique pourrait produire une nouvelle caste d'élite, qui sera aussi différente de l'homo sapiens que ceux-ci le sont de l'homme de Néandertal.

Pour comprendre pourquoi, nous devons examiner en premier lieu comment l'humanisme s'est développé et nous a menés au seuil d'un monde orwellien, où nos libertés personnelles peuvent être perdues – ou préservées par ceux qui ont adopté la voie spirituelle.

Les trois sectes de l'humanisme

Depuis ses origines au 18^e siècle, avec les écrits de Rousseau, Locke, Hume, Mill, Voltaire, Montaigne et Jefferson, l'humanisme s'est divisé en trois sectes principales. Sa forme originale orthodoxe met l'accent sur la liberté individuelle, et elle est donc appelée humanisme libéral, ou tout simplement libéralisme. Cela soutient que tout être humain est un individu unique, doté d'une voix intérieure distincte et d'une série d'expériences uniques. Chaque être humain est une valeur ajoutée au monde et doit par conséquent avoir autant de liberté que possible pour en faire l'expérience, suivre ses voix intérieures et exprimer ses vérités intérieures, et pour trouver un sens à la vie ou son but. En politique, en économie et dans les arts, le libre arbitre est beaucoup plus important que les intérêts de l'état ou les institutions et doctrines religieuses. Plus les individus profitent de liberté, plus le monde devient beau et riche. L'électeur individuel, le client individuel, le penseur ou le chercheur individuel et l'artiste ont toujours raison.

Lorsque Nietzsche a déclaré « Dieu est mort », il faisait référence à la perception que, du moins en Occident, Dieu fût devenu une idée abstraite que les individus sont libres d'accepter ou rejeter, sans trop de conséquences. Dieu n'était plus la source d'autorité pour les choix politiques, éthiques, esthétiques ou économiques. C'est l'expérience individuelle qui assume cette autorité. Même la croyance en Dieu est un choix individuel.

Suite à la page 4

Le mystère (suite)

soie qui couvre une ampoule. La méditation est comme l'action d'enlever le papier de soie afin que nous puissions voir la lumière de l'équanimité continuellement et sans effort.

Le Bouddha a dit : « Ce n'est pas la première flèche qui cause des dommages. C'est la seconde et la troisième flèche. » Il fait référence à la première émotion, et la réaction qui suit est la seconde flèche, et la réaction face à la réaction, qui crée les samskaras (habitude émotionnelle) et les vasanas (la tendance à demeurer sur des mémoires douloureuses ou plaisantes).

L'ego et les cinq sens maintiennent une sensation de

séparation. En vérité, il n'y a pas de séparation. Il y a une unité harmonieuse en tout. Nous pouvons nous séparer au niveau social. Mais en méditation, chacun d'entre nous peut ressentir fondamentalement la connexion, l'harmonie et l'unité avec les autres. C'est le mystère que la méditation révèle gracieusement. La méditation éveille un septième sens de l'unité. La vie devient une présentation interminable du Vrai, du Bon et du Beau. Nous pouvons non seulement célébrer nos anniversaires cette année, mais aussi l'émerveillement et l'admiration des moments de la vie, non plus en tant que chercheurs, mais en tant que chercheurs et yogis mystiques. □



La liberté absolue (suite)

Durant les 19e et 20e siècles, lorsque l'humanisme bénéficia d'une acceptation grandissante, deux nouvelles formes d'humanisme très différentes émergèrent, l'humanisme socialiste et évolutionnaire. L'humanisme socialiste apparut dans les écrits de Karl Marx et autres réformistes en réponse aux inégalités sociales croissantes, et donna lieu à un éventail de mouvements socialistes et communistes. L'humanisme évolutionnaire voit le jour sous l'influence du darwinisme, et donne lieu à plusieurs théories pseudo-scientifiques et racistes appelées eugéniques, dont les plus célèbres défenseurs furent les nazis. Ces deux formes conviennent que l'expérience humaine est la source ultime de sens et de pouvoir.

Par exemple, selon l'humanisme socialiste, l'oppression des travailleurs est mauvaise non parce que la Bible le dit, mais parce que cela cause de la misère humaine. D'autre part, l'humanisme libéral tient compte des contradictions et conflits que l'individu expérimente et des désirs qui s'ensuivent inévitablement. Les élections démocratiques, soutenues par l'humanisme libéral, ne sont habituellement efficaces qu'au sein d'une population qui partage une entente commune à propos de principes de base, telles que le partage de croyances, d'une histoire et de valeurs religieuses. Ainsi, le libéralisme a fusionné avec le nationalisme au 19e siècle pour mettre l'accent sur le caractère unique et la grandeur des nations individuelles. Malheureusement, le libéralisme tend à ignorer les besoins des autres populations à l'extérieur d'une nation particulière, et à contribuer aux guerres entre nations.

L'humanisme socialiste critique les libéraux parce qu'ils se concentrent sur leurs propres sentiments plutôt que sur les expériences des autres. Bien que le libéralisme mette l'accent sur l'unicité individuelle et tourne l'attention intérieurement, le socialisme requiert que les individus cessent d'être obsédés par eux-mêmes, par leurs sentiments et leurs besoins, pour se tourner vers les besoins et les sentiments des autres en plus de l'impact que leurs actions auront sur l'expérience des autres.

Au lieu de mettre l'accent sur l'unicité de chaque nation, le socialisme nous dit que la paix et la prospérité dans ce monde résulteront de l'unification des travailleurs de la terre et du fait de donner priorité aux besoins des autres sur les désirs individuels. Au lieu de consulter un thérapeute pour surmonter mes propres sources de souffrances, le socialisme me dit que je comprendrai réellement mes sentiments seulement si je m'interroge et comprends le système économique capitaliste qui prévaut. Et c'est seulement lorsque les gens participent à l'action collective avec les autres, au travers des syndicats ou des partis politiques et dans lesquels je suis solidaire avec les dirigeants, que les problèmes du système seront réglés.

L'humanisme évolutionnaire propose une solution tout autre au problème de la résolution des différences dans l'expérience humaine. Reposant sur les théories de Charles Darwin à propos de l'évolution, elle soutient que

l'humanité évolue dans une suite de conflit et de sélection naturelle, dans laquelle des humains supérieurs sont mandatés pour opprimer des humains inférieurs. Ce faisant, l'humanité deviendra plus forte et même surhumaine. L'évolution ne s'est pas arrêtée avec les homo sapiens, mais cela pourrait s'arrêter si les droits de l'homme exigeaient un traitement égal pour tous les humains.

L'expérience et la contribution d'un génie sont supérieures à celle d'un idiot ou d'un ivrogne. De la même façon, ces nations qui ont le plus contribué au progrès de l'humanité sont supérieures à celles qui ont très peu contribué. La guerre pousse l'humanité vers de nouvelles réalisations et facilite l'opération de sélection naturelle – la survie du plus fort. Comme l'a dit Nietzsche, « ce qui ne me tue pas me rend plus fort ».

L'expérience d'Hitler sur les lignes de front durant la Première Guerre mondiale l'a transformé. Elle lui apprit à conquérir ses peurs et maîtriser sa volonté. Elle lui a révélé que le monde est une jungle régie par les lois de la sélection naturelle. Les gens ont voté pour lui parce qu'ils s'identifiaient à lui, à ses origines ordinaires et son expérience de la guerre. Le nazisme, par contre, fut le résultat d'un amalgame d'humanisme évolutionnaire, de théories raciales et d'émotions ultranationalistes. Les humanistes évolutionnaires ne sont pas tous racistes. Les socialistes ne sont pas tous communistes. Croire au potentiel évolutionnaire de l'humanité ne requiert pas la guerre, les camps de concentration ou les dictatures.

Durant le 20e siècle, ces trois sectes de l'humanisme se sont battues dans deux guerres mondiales et, par la suite, durant la soi-disant Guerre froide. Au début du 21e siècle, il n'y a pas de solution de rechange sérieuse aux marchés libres, à la démocratie, à l'individualisme et aux droits de l'homme proposée par l'humanisme libéral. Malgré le fait que la Chine n'est pas une démocratie ni vraiment une économie de marché libre, en pratique, ce n'est plus un pays communiste. En vérité, il y a un vide idéologique en Chine, qui en fait l'endroit où le développement des nouvelles religions technologiques, émergeant de la Silicon Valley, est le plus probable. Ce dont il sera question ci-dessous.

Les objectifs conflictuels de la science, de la religion et de la spiritualité

La spiritualité est une quête sans compromis pour la vérité. Ni la religion ni la science ne se préoccupe vraiment de la vérité. La religion se soucie davantage de maintenir l'ordre social. Elle est formaliste, avec des lois annonçant le jugement, et par la suite, la gratification et la punition. La science s'intéresse plus au pouvoir. Elle cherche à acquérir le pouvoir de guérir la maladie, prévenir la famine et développer des armements plus efficaces pour conquérir ou éloigner les ennemis. Individuellement, les personnes religieuses et scientifiques peuvent avoir la vérité en haute estime, mais collective-

Suite à la page 5

La liberté absolue (suite)

ment, dans leurs institutions, elles recherchent davantage l'ordre social et le pouvoir que la vérité. Ainsi, elles sont capables de coexister, faire des compromis et même former des alliances. La quête spirituelle pour la vérité peut rarement survivre au sein des limitations restrictives des institutions religieuses et scientifiques. Le débat au sujet de la source de la conscience, comme discuté plus haut, illustre les limitations institutionnelles de la recherche scientifique.

L'histoire moderne est un processus d'élaboration d'une entente entre la science et l'humanisme. Aujourd'hui, peu de scientifiques remettent en question l'humanisme. A la place, la société utilise la science pour implanter les principes de l'humanisme libéral. La modernité a besoin de croissance. La poursuite moderne du pouvoir est alimentée par l'alliance entre le progrès scientifique et la croissance économique. L'affirmation que la croissance peut résoudre tous les problèmes est devenue le mantra des politiciens, économistes et technocrates, ainsi que les individus consommateurs. Ce mantra est acclamé par les personnes religieuses qui voient la croissance comme un moyen d'éviter les problèmes de pauvreté, la famine et la guerre. Mais le mantra « de plus de choses » incite les individus, les compagnies et les gouvernements à renoncer à tout ce qui peut restreindre la croissance économique, incluant les liens familiaux traditionnels et les effets négatifs sur l'environnement.

Dans un monde capitaliste, il y a une croyance qui dit que la vie des pauvres s'améliore seulement lorsqu'il y a croissance économique. Malgré le fait que c'est le pauvre qui souffre le plus de la destruction environnementale, dans le capitalisme, le besoin pour une croissance économique supplante la protection de l'environnement. Le capitalisme, en tant que croyance à la remorque de la religion, a remplacé les « paroles en l'air » par des miracles ici sur terre, et ses prophètes – capitalistes à risques – vantent l'aventure capitaliste dans un premier commandement : investissez vos profits ! En tant qu'individus, la modernité incite chacun d'entre nous à espérer un plus grand revenu et à améliorer son niveau de vie, et a démantelé les disciplines de longue date qui découragent la convoitise. La croissance est maintenant en train d'atteindre ses limites avec la menace d'un effondrement économique et de la destruction de l'environnement. La course folle de la modernité pèse lourd sur nous, individuellement et collectivement. Comme l'a écrit Karl Marx dans le Manifeste du parti communiste, la modernité a besoin d'incertitude et de perturbation. Toutes les générations remplacent l'ancien par un monde nouveau. Les structures de gouvernance deviennent rapidement désuètes. De même que les humains.

Les humains sont devenus désuets

Dans le passé, il y avait beaucoup de choses que seuls les humains pouvaient faire. Mais aujourd'hui, la performance humaine se fait rapidement surpasser par les ordinateurs, l'intelligence artificielle et la robotique. Bien

que l'intelligence informatique ait beaucoup pris d'expansion ces 60 dernières années, il n'y a eu aucune évolution en conscience informatique. Néanmoins, les humains sont en danger de perdre leur valeur économique parce que l'intelligence est en train de se séparer de la conscience. **C'est la première grande menace concrète pour l'humanisme libéral.**

En utilisant la reconnaissance de formes et les algorithmes non conscients, l'intelligence artificielle commence à dépasser la performance humaine dans des emplois tels que le diagnostic d'une maladie, l'identification de terroristes, la conduite automobile, le pilotage d'avions et la fabrication d'une panoplie de produits en ayant recours à des robots et des imprimantes 3D. Au moins, pour les armées et plusieurs sociétés, l'intelligence est requise, mais la conscience est optionnelle.

Si nous interdisions aux humains de conduire une voiture, nous pouvons relier tous les véhicules en un seul réseau, avec beaucoup moins d'accidents, d'embouteillages et beaucoup plus de temps libre pour la lecture au lieu de regarder la route. Les employés de banque, les agents de voyage, les courtiers en bourse et même les avocats sont progressivement remplacés par l'automatisation. Des professeurs numériques sont en train d'être développés afin qu'ils puissent surveiller chacune des réponses que je donne et le temps que je prends pour le faire. Ils discerneront mes faiblesses, mes forces et identifieront mes champs d'intérêt. Il sera plus facile de remplacer les médecins, même les spécialistes, par des médecins numériques. Dans une expérience récente, un algorithme informatisé a correctement diagnostiqué 90 % des cancers de poumon chez des patients, tandis que les médecins ont eu un taux de réussite de 50 %. Éventuellement, les humains perdront leur valeur en tant qu'entités économiques individuelles. Qu'arrivera-t-il aux personnes qui ne sont pas employables dans l'économie émergente ?

La deuxième grande menace pour l'humanisme libéral est que les individus perdront leur pouvoir personnel en étant gérés par des algorithmes externes. Les personnes continueront à composer de la musique, à faire des placements, à s'occuper des autres et à enseigner la chimie, mais les algorithmes comprendront les humains mieux qu'ils ne se comprennent eux-mêmes et prendront à leur place un nombre croissant de leurs plus importantes décisions.

Une étude récente démontre qu'un algorithme sur Facebook est meilleur pour juger la personnalité que les amis, les parents et les époux des individus. Plus de 86 000 volontaires ayant un compte Facebook y ont participé et fourni des réponses à 100 questions concernant leur personnalité. L'algorithme fut en mesure de prédire leurs réponses en se basant sur le nombre de fois qu'ils ont appuyé sur le bouton, indiquant les sites, les photos et les publications qu'ils aiment. L'algorithme n'avait besoin que d'un groupe de 10 pour surpasser les prédic-

Suite à la page 6



La liberté absolue (suite)

tions des collègues de travail, 70 pour surclasser les amis, 150 pour les membres de la famille et 300 pour les époux. Si vous avez appuyé au moins 300 fois sur, l'algorithme peut prédire vos opinions et désirs mieux que les personnes les plus proches de vous. À propos de certains champs, tel que la consommation, l'algorithme fut plus précis que les réponses fournies par les personnes elles-mêmes.

Les chercheurs ont conclu que les gens peuvent abandonner leur propre jugement psychologique et se fier aux ordinateurs pour prendre des décisions importantes, par exemple, à propos de leurs carrières, leurs activités, leurs partenaires. Cette même étude fut en mesure d'identifier ce que les candidats politiques avaient besoin de dire pour faire basculer dans leurs camps l'opinion des électeurs indécis dans certaines circonscriptions électorales où le vote était serré.

Google est maintenant en train de créer une énorme base de données sur la santé humaine, qui est une partie de son « étude de base ». Elle identifie les tendances durant une épidémie ou l'incidence de différentes maladies en détectant les mots que les usagers utilisent le plus dans les moteurs de recherches et courriels personnels. Elle peut prédire les épidémies. Des appareils portables comme Google Fit lui fournissent les données biométriques des usagers. Google a l'intention d'obtenir les données d'ADN de personnes qui soumettront un échantillon de leur salive pour analyse à une entreprise privée, 23andMe, fondée par Ann Wojcicki, l'ex-épouse du cofondateur de Google, Sergy Brin. En échange, vous recevrez une liste de dangers potentiels pour votre santé que vous risquez de rencontrer et votre prédisposition génétique à plus de 90 pathologies, dont la calvitie et la cécité. Plus la banque de données se développe, plus les prédictions seront précises.

Associée aux autres sources de données, déjà mentionnées, cela nous protégera d'une panoplie de problèmes médicaux, incluant le cancer, les maladies cardiaques, le diabète et la maladie d'Alzheimer. Jumelée à la base de données sur la personnalité de Facebook, elle en saura plus sur vous que vous-même. Elle ne sera pas dupée par les histoires que l'on se raconte, l'aveuglement qui engendre les mauvaises habitudes, les relations difficiles et les carrières insatisfaisantes, parce que Google se souviendra de tout ce que nous avons fait.

À mesure que cette banque de données prendra de l'ampleur, les gens commenceront à lui faire davantage confiance pour prendre d'importantes décisions qu'à eux-mêmes. Dans la mesure où les gens le font, ils cesseront d'exister et de s'autogérer en tant qu'individus, et seront partie intégrante d'un réseau mondial. Ils abandonneront graduellement leur libre arbitre et cesseront de décider de ce qui est bon, qui aura leur vote, du sens de la vie et de ce qui est beau.

Les élections démocratiques deviendront obsolètes, parce que Google pourra analyser et présenter mes opinions politiques mieux que je ne peux le faire. En ce moment, les électeurs ne se souviennent pas de tout ce

qu'ils ont pensé ou ressenti depuis la dernière élection, et ils sont surtout influencés par la plus récente propagande ou les événements du moment qui peuvent fausser leurs opinions. Des études ont démontré que celles-ci sont biaisées par les plus récents événements.

Pendant que Google, Facebook et les autres algorithmes ont de plus en plus accès aux données qui vous concernent, ils peuvent devenir votre agent, et même votre dirigeant. Il existe déjà des applications qui vous dirigent sur la route. Microsoft est en train de développer un assistant personnel nommé Cortana qui a accès à tous vos fichiers et peut donner des conseils et même agir en tant qu'agent virtuel dans divers domaines importants de votre vie. Par exemple, vous interrompre pour vous rappeler un rendez-vous et vous inciter à prendre vos médicaments. Ou, lorsque vous vous apprêtez à entrer en réunion d'affaires, il peut vous aviser que votre pression artérielle est trop élevée, votre dopamine trop basse, et que, d'après les statistiques antérieures, vous avez tendance à commettre de graves erreurs dans de telles conditions. Alors, il est préférable de remettre à plus tard la signature de contrats. Éventuellement, votre Cortana pourra communiquer avec le Cortana des autres pour décider où et quand une réunion se tiendra. Ou, plutôt que de soumettre votre curriculum vitae pour un emploi, vous pourrez permettre au Cortana de l'employeur de communiquer avec votre Cortana. Ou, sans que son propriétaire le sache, mon Cortana peut être contacté par le Cortana potentiel d'un partenaire sentimental possible. Les deux compareront les données et décideront si une union est envisageable entre les propriétaires. Si nous lui donnons plus pouvoir dans nos vies, le degré de sophistication de Cortana pourra déterminer notre degré de succès sur le marché de l'emploi et du mariage. Alors ceux qui ont un modèle plus à jour auront peut-être un avantage sur ceux qui ont un plus vieux modèle.

Les dispositifs tels que Cortana ne pourront pas être contournés aussi facilement qu'en éteignant l'alarme d'un radio réveil. Ils auront beaucoup de pouvoir sur vous, car ils vous connaîtront mieux que vous-même, et ils sauront exactement sur quels boutons appuyer pour vous inciter à suivre leurs conseils. Google Now et Siri d'Apple sont aussi en train d'évoluer en suivant le modèle de Cortana.

Se basant sur les choix de gens ayant les mêmes goûts que vous, enregistrés dans leur base de données, les algorithmes d'Amazon vous étudient en ce moment et vous recommandent des livres et des films à acheter. Les livres numériques sont maintenant plus populaires que les versions imprimées aux États-Unis. Si les lecteurs numériques, comme le Kindle d'Amazon, sont équipés de reconnaissance faciale et de capteurs biométriques, ils vont savoir quelles phrases ont affecté votre rythme cardiaque et votre pression artérielle, vous ont fait rire ou réagir négativement. Les livres vous liront ! Amazon

Suite à la page 7



Comprendre et gérer la colère avec la méditation

par M. G. Satchidananda

La colère est à la fois une cause et une manifestation de la souffrance. Elle est d'abord ressentie dans le corps vital en tant que sensation déplaisante puis s'accompagne de pensées antagonistes et négatives dans le corps mental. Elle est en général liée à un de nos attachements, par exemple, aux possessions, à la réputation, au besoin d'avoir raison ou d'être supérieur. Elle naît toujours de l'égoïsme. Sa source englobe des sentiments de peur, d'irritation, d'impatience, de frustration, de défense, un sentiment d'être blessé ou insulté.

Par exemple, quelqu'un vous fait une remarque désobligeante personnellement ou sur les réseaux sociaux. Vous réagissez avec colère et avec une attitude défensive. Vous êtes empli de sentiments négatifs non seulement vis-à-vis de la personne qui vous a jugé injustement, mais aussi parce que vous vous demandez pourquoi sa remarque est tellement inexacte et contraire à l'opinion que vous avez de vous-même.

La manière de gérer la colère dépend généralement de la culture dans laquelle nous vivons. Dans certaines cul-

tures, il est déconseillé de manifester la colère, il faut la réprimer. Cela conduit souvent à la dépression et au désespoir. Nous nous sentons mieux si nous l'exprimons. C'est pourquoi la psychologie occidentale a encouragé son expression, et toute une industrie de thérapeutes est payée pour écouter les gens manifester leur colère. Cependant, le fait de l'exprimer peut renforcer cette réaction habituelle négative. Si nous nous sentons mieux après avoir déversé sur les autres notre colère, ou avoir proféré des injures, cela entraîne des conséquences négatives. Nous perturbons autrui. Souvent, nous regrettons les mots prononcés sous l'emprise de la colère. Nous ne pouvons pas les reprendre. Il nous faut affronter les conséquences de l'effet que cela produit sur les autres. Ils ont un impact destructeur sur notre physiologie et notre psychologie. L'habitude d'exprimer la colère se renforce à chaque fois que nous l'exprimons. Le fait d'exprimer sa colère ne détruit pas sa racine.

Suite à la page 8

La liberté absolue (suite)

se souviendra de tout cela. Il choisira ce que vous devez lire, et saura comment vous intéresser et vous repousser.

Dans quelques décennies, il ne vous sera peut-être plus possible de vous déconnecter du réseau. Les technologues médicaux espèrent que les humains se feront insérer dans leur corps plusieurs dispositifs biométriques, organes bioniques et nanorobots qui surveilleront leur santé, chercheront les menaces et les protégeront de la maladie. Ils opéreront 24 heures sur 24 et auront besoin de mises à jour afin d'empêcher l'interférence des pirates informatiques. L'humanisme, qui donne son pouvoir à l'individu, peut disparaître, car le pouvoir est donné aux algorithmes non humains. La fusion entre l'organique et l'inorganique est en train de se produire en ce moment. Des millions d'entre nous acceptent en menant la plus grande partie leur vie en ligne, partageant leurs pensées et sentiments intimes, sacrifiant leur vie privée.

Le danger est qu'un monde orwellien se développe, où l'état peut surveiller et contrôler non seulement nos actions, mais aussi ce qui se passe dans nos corps et nos cerveaux. L'individu ne se désintégrera probablement pas à cause de l'action brutale des régimes autoritaires, mais parce que les sociétés et gouvernements vont le déconstruire en sous-systèmes biochimiques surveillés par les capteurs qui seront partout dans nos maisons, dans les articles portés et utilisés, et même intégrés dans nos corps, analysés par des réseaux d'algorithmes hors de notre contrôle.

La troisième grande menace à l'humanisme est qu'une petite classe élite d'humains bonifiés, privilégiés et indispensables, dirigera les algorithmes extérieurs, possédant des habiletés surhumaines et

créatives. Ils prendront les plus importantes décisions dans le monde, en particulier celles au sujet des services effectués par les systèmes. Mais la plupart des humains ne seront pas mis à jour et appartiendront aux castes inférieures, dominés par les surhumains et les algorithmes informatiques. La science médicale du 20^e siècle cherchait à guérir les malades. Au 21^e siècle, la science médicale vise de plus en plus à améliorer ceux qui sont en bonne santé. Ainsi, dans 50 ans, même si les pauvres pourront bénéficier de meilleurs services de santé, l'écart entre eux et les riches sera encore plus grand. Le riche pourra se permettre les traitements médicaux supérieurs. Mais le riche ne voudra peut-être pas payer pour les soins médicaux du pauvre, surtout s'il ne peut trouver d'emploi.

Ce petit groupe d'élite surhumain utilisera son immense richesse et son statut privilégié pour poursuivre l'extension de la vie, l'immortalité même, le bonheur illimité et les pouvoirs de demi-dieu, et ce, à l'aide de l'éventuelle manne dans l'ingénierie génétique, la nanotechnologie, les psychotropes, tous intégrés grâce à des interfaces informatiques. Ils posséderont des habiletés physiques et mentales améliorées, qui leur permettront de concurrencer avec des algorithmes sophistiqués non conscients. Tous les autres pourront compter sur ces derniers pour prendre leurs plus importantes décisions. Ceci n'est pas de la fiction. Les premières phases se produisent déjà.

Dans la prochaine partie, nous discuterons de l'émergence de l'humanisme technologique, en plus de la vision alternative, la réforme et le renouvellement de l'humanisme libéral, qui reposera sur la sagesse et la pratique de Yoga. □



Gérer la colère (suite)

Si vous êtes furieux contre vous pour une raison particulière, et continuez à vous accrocher à cette colère, vous pouvez développer d'autres formes de maladies émotionnelles, comme la culpabilité, le manque de confiance, l'anxiété et la dépression.

L'approche du yoga concernant la colère commence avec le fait de l'observer, plutôt que de la supprimer ou l'exprimer. Ceci est basé sur la reconnaissance que le fait de ressentir la colère n'est pas la même chose que de l'exprimer. Ce sont deux étapes. Tout d'abord, reconnaissez sa présence, sans jugement, lorsque vous commencez à la sentir, observez de quelle façon votre respiration ou votre rythme cardiaque se modifie, les zones de tension dans le corps, et comment votre pensée peut maintenant être confuse. Passez votre corps en revue et reliez les sensations avec l'émotion de la colère. Soyez attentif et observez. Plus vous vous familiariserez avec la colère, moins vous en aurez peur ou ressentirez de l'aversion à son égard. Faites la distinction entre la douleur et la souffrance. Comme l'a dit Bouddha, ce n'est pas la première flèche qui cause des dégâts, mais la seconde et la troisième, à propos de la manière dont nous réagissons face à une émotion telle que la colère, et de comment nous réagissons à notre réaction.

Ensuite, acceptez sa présence. En le faisant, vous maintiendrez l'équanimité. Généralement, les gens n'acceptent pas sa présence, car ils éprouvent une aversion à son côté déplaisant et ils cherchent à s'en débarrasser en l'exprimant ou en la supprimant. Ce qui génère de la souffrance est la résistance, c'est vouloir que cet instant soit différent de ce qu'il est réellement. Plus la résistance est grande, qu'elle soit ressentie comme une colère ou une peur, plus il y a de la souffrance, et plus grande est la probabilité que la réaction soit maladroite. L'acceptation est un consentement entier et joyeux de la façon dont tout se déroule en fait dans l'instant présent.

En étant présent avec le sentiment de colère, vous créez un espace mental plus large où vous pouvez choisir la meilleure façon de répondre à ce qui l'a provoqué, plutôt que de simplement réagir de manière habituelle. Vous pouvez prendre le temps d'observer la colère monter et se dissiper avant de vous décider à parler ou agir. Prenez de grandes inspirations. Comptez jusqu'à cinq. Il est peu probable alors que vous réagissiez de manière hostile et négative ou que vous profériez des injures. Même si la situation implique que vous deviez empêcher un enfant de commettre quelque chose d'imprudent, ou quelqu'un de se blesser, vous le ferez sans colère. Avec un espace mental plus grand, vous agirez avec sagesse, habileté et compassion.

Le processus de lâcher-prise par rapport aux fausses identités

Dans l'exemple ci-dessus, où quelqu'un vous fait une remarque désobligeante, soyez conscient que, quelle que soit votre réponse, elle reflète ce que vous êtes. Souvenez-vous que dans le processus d'illumination, il existe un « qui » et un « quoi » de qui l'on est réellement.

Il y a aussi de nombreuses façons d'être avec lesquelles

vous êtes identifié, mais qui ne sont pas en fait ce que vous êtes réellement. Par exemple, il y a une personne stressée et fatiguée ; il y a les idées compulsives comme « je dois... » ou « pauvre de moi... » ou « je ne peux pas faire ça ». Il y en a une grande variété. Elles sont empilées les unes sur les autres. Ces couches de fausses identifications sont fabriquées par le mental. Lorsque le stress ou la fatigue sont partis, vous vous occupez d'autre chose, vos sensations et vos émotions sont différentes. Beaucoup de ces façons d'être ne sont pas mauvaises, car elles vous aident à survivre. Mais chacune est une barrière à l'illumination lorsque l'être véritable, au moment où il se heurte à une fausse identité, s'y accroche en s'identifiant trop avec elle.

Comme Patanjali nous le dit dans ses Sûtras du Yoga :

Le yoga est la cessation de l'identification avec les fluctuations qui émergent dans la conscience. Alors le Témoin demeure dans sa vraie forme. I.2-3.

Grâce à la pratique constante et au détachement, émerge la sensation de l'identification avec les fluctuations de la conscience. I.12

Le détachement est le signe de la maîtrise de celui qui voit et entend parler d'un objet sans le désirer. I.15

L'être véritable n'est aucune façon d'être particulière, il est au-delà, même au-delà du « non-être ». Il est ce qui peut tout être, mais qui n'est rien du tout. Si nous n'existions finalement pas, nous ne pourrions pas naître. Si nous étions finalement qu'une qualité, par exemple la colère, la tristesse, la peur, alors nous ne serions jamais capable d'être heureux ou autre chose.

Le processus de désidentification est ce que l'on observe dans les niveaux d'illumination. Quelqu'un qui fait l'expérience de lui-même comme l'amour touchera un aspect plus profond de sa vraie nature, mais s'il continue à se désidentifier plus profondément, il y aura plus de niveaux, dont celui de n'être « rien », ou d'être « tout, l'univers entier ». Tout le processus de la méditation consiste à révéler les façons d'être cachées auxquelles nous nous identifions inconsciemment, de nous désidentifier d'elles et de les abandonner. Chaque fois qu'il y a un moment de désidentification, il y a aussi une opportunité instantanée pour que l'expérience directe se produise. Chaque fois que vous ressentez de la colère, posez-vous la question « Qui est en colère ? ».

La méditation et la colère

Beaucoup de personnes considèrent la méditation comme simplement une échappatoire à la réalité, ou au mieux, un moyen de gérer le stress. Mais la méditation peut aussi être envisagée comme une façon de nourrir un mental plus sain, qui réagit lentement à la colère. Il est vrai que notre état mental est un facteur déterminant dans le fait de se mettre en colère ou pas, et il détermine aussi le degré de colère ressenti et de sa manifestation. D'autres

Suite à la page 9

Acharya Annapurna Ma

Pour moi, la vie et tout en elle est une relation entre les parties et le Tout, une expression de l'Amour Divin dans sa grande compassion, donnant aux âmes la possibilité de s'éveiller de Lila ; le jeu cosmique, pour réaliser la Pleine Conscience. Pour cela, la trajectoire de mon âme a choisi le Brésil comme conscience enveloppante et une famille simple comme ancre. Je suis la troisième d'une fratrie de quatre enfants.



Acharya Annapurna Ma

Depuis toute petite, dans ma réalité intérieure, je me sens immergée dans l'harmonie, le mouvement et la beauté. À l'âge de trois ans, j'ai été frappée de convulsions fébriles, ce qui a entraîné des séquelles à mon oeil droit.

Depuis, le fait d'éprouver de la difficulté à ajuster ma vision est devenu un vecteur que je considère comme le début d'une action du Dharma : ajuster la perspective afin que toute la beauté et l'harmonie – tellement claires dans le monde intérieur d'un enfant – s'écoulent et s'expriment de la même façon dans le monde extérieur.

À cinq ans, alors que nous passions des vacances en famille dans une ville côtière, mon père a dû être hospitalisé suite à un malaise. Pendant un an et demi, je lui ai rendu visite à l'hôpital et j'ai ressenti la présence de l'énergie de Babaji dans les moments qui ont précédé et suivi sa mort, il n'avait que 40 ans. Lors de ma dernière visite, pendant que j'attendais dans un stationnement la permission d'aller le voir, j'ai éprouvé un grand moment de joie : deux bébés jaguars étaient là, c'était un miracle, je les tenais dans mes bras comme une manifestation de la force et de la beauté. Un ou deux jours plus tard, lorsque j'ai appris son décès, la continuité de la vie m'a frappée comme

Suite à la page 10

Gérer la colère (suite)

facteurs déterminants comprennent des choses comme le fait d'avoir faim, d'être fatigué ou de ne pas être à l'aise physiquement.

Comme pour beaucoup de choses, la prévention est plus efficace que le remède. Voici de quelle façon prévenir la colère en nourrissant le mental avec la méditation :

1. Pratiquez l'attention à chaque instant dans la vie quotidienne. Par exemple, passez en revue votre corps dans toutes les activités de la vie courante, comme marcher, vous asseoir, conduire ; soyez un témoin des pensées, des émotions et des sensations qui apparaissent et vous traversent. En étant pleinement conscient à chaque instant, vous minimiserez les risques d'erreurs dus à l'inattention.

2. Entretenez des pensées saines. Abandonnez les pensées négatives. Étudiez la littérature de sagesse qui inspire. Créez des autosuggestions qui sont l'opposé de vos pensées ou habitudes mentales négatives et répétez-les chaque jour pendant au moins un mois lorsque vous êtes dans un état de relaxation profond. Elles remplaceront les réactions de colère habituelles. Par exemple, répétez : « lorsque des choses inattendues se produisent, je me réjouis d'être le témoin du flot de sensations, d'émotions et de pensées qui surgissent avant de répondre et d'agir de façon non bénéfique pour tous ceux qui sont concernés ». Ou, « lorsque je sens la frustration en moi, ou si les autres me perturbent, je me souviens qu'il faut pardonner ».

3. Pratiquez le non-attachement en cultivant la simplicité, réfléchissez à l'impermanence de vos possessions, de vos relations, même à des choses aussi intangibles que votre réputation.

4. Méditez sur la façon de transcender les préférences et aversions mentales. Méditez sur votre seule et véritable

source de sécurité et de bien-être, le Soi, en vous posant la question « Qui est en colère ? », « Qui suis-je ? ».

5. Méditez sur l'observation des règles morales, les yamas : être vrai, éviter de faire du mal aux autres, l'avidité, la chasteté et ne pas prendre ce qui ne vous appartient pas. Lisez l'eBook : « Faire l'opposé : les 5 clés du yoga pour avoir de bonnes relations ». Pour vous le procurer, allez à : www.babajiskriyayoga.net/french/bookstore.htm

6. Étudiez avec attention vos façons de réagir. Qu'est-ce qui vous met en colère ? Qu'est-ce qui vous fait réagir ? Identifiez celles qui sont présentes depuis longtemps. Avez-vous de la rancune ? La rancune est un attachement à la colère, et elle fait mal à ceux qui s'y accrochent. Notez vos rancœurs dans un journal. Observez comment elles se répètent dans votre vie quotidienne.

7. Pratiquez le pardon. Il ne suffit pas de dire simplement ou de penser « je te pardonne ». Le pardon vient souvent après une longue lutte. Faites-le pour vous libérer de l'effet destructeur de la colère et de la haine. Faites la différence entre la personne et ses mots et ses actes. Réalisez l'unité. Répétez « lâche prise », durant la médiation et dans la vie de tous les jours.

Karl Marx a appelé la colère l'émotion révolutionnaire. En la vivant avec habileté, vous apporterez de grands changements en vous-même et dans la société. La clé pour cela est de faire en sorte qu'elle ne devienne pas hostile, ce qui est dangereux. Aujourd'hui, formulez une intention, un sankalpa, que vous cesserez de vous identifier à la colère, que vous ne laisserez plus la colère déterminer vos actions, vos paroles ou vos pensées. Faites-le avec une autosuggestion positive. Méditez profondément sur la signification du pardon et pratiquez-le au quotidien pour vous-même et pour les autres. □



Acharya Annapurna Ma (suite)

une évidence. Et une croyance immense que tout était bien.

L'enfance s'est poursuivie avec la connaissance gravée en moi que le changement est sacré et que tout est bien, tout le temps. Quand j'ai eu neuf ans, mon enthousiasme pour la vie et la beauté de cette énergie ont attiré la convoitise du frère de ma mère. Après avoir passé la journée à jouer avec sa fille, il m'a emmené à la maison et a eu des gestes inappropriés. Là, j'ai reconnu la présence et la protection de Babaji. Malgré la violence et le discrédit qui avait été jeté sur le monde des adultes, j'ai pu cheminer vers l'adolescence et la vie d'adulte sans rancœur ni traumatisme. L'ajustement de la perspective entre les mondes intérieur et extérieur est devenu un challenge.

Au cours de l'adolescence, ma vie spirituelle était imprégnée par la grâce et la générosité de Babaji, il m'a guidé dans d'innombrables expériences à travers les arts et la nature pour que se révèlent à moi l'immensité et l'harmonie, en moi et autour de moi : par la danse, la musique, le théâtre, l'immensité des rivières, de la mer et des cieux brésiliens, les voyages sans destination définie, sans date d'arrivée, me pénétrant d'une épiphanie d'espaces de bonté, de beauté et de joie sans fin. Je partais seule ou accompagnée, entraînée dans un flot de confiance et de synchronicités. Le voyage ne s'arrêtait pas. Et, lorsque la vie normale reprenait son cours, cet état d'être s'imprégnait en tout. Mes études en sciences sociales et journalisme étaient sans importance en comparaison de ce que je vivais intérieurement. Et, à ce moment, il était vraiment facile d'abandonner les formes.

Dans ce contexte, j'ai rencontré mon partenaire de vie et j'ai pu vivre pleinement la manifestation de l'Amour Divin entre deux personnes. Être avec lui a amené la dimension du détachement. C'était simple et complexe à la fois. Deux ans après, nous vivions ensemble et j'attendais mon premier enfant.

La maternité était comme la ligne de l'équateur dans ma trajectoire personnelle, et, là, j'ai reconnu la main qui avait tracé cette ligne : Babaji. J'ai reconnu l'enfant et mon incarnation dans sa totalité comme une manifestation de l'Amour dans l'adhara, le centre de mon cœur. De plus, il y avait l'émerveillement de la reconnaissance de l'Unité dans la diversité à travers l'autre, qui, bien que si proche et connue, était une petite fille complètement libre et autonome dans la trajectoire de son âme et sa personnalité, avec ses propres défis et ses propres questionnements. Le kaléidoscope de la vie s'ouvrait sur une myriade d'images, de défis, de peurs, d'ignorance et un plongeon immense dans l'inconnu.

Quatorze mois après, mon second enfant naissait. Il est arrivé au monde en se battant pour sa survie. À chaque étape, Babaji était là, il a illuminé ses quatre-vingt-dix premiers jours, jusqu'à ce que ses poumons soient suffisamment matures et que la vie s'établisse avec plus de joie et de détermination. Malgré les mauvais pronostics, je savais qu'il vivrait. Ma foi était inébranlable. Chaque fois que j'allais à l'hôpital, où il est resté les 21 premiers jours qui ont suivi sa naissance, je sentais en moi l'expression de

l'Amour Divin dans le courant des maux de la vie et j'ai vu mon âme protégée ; j'ai vu la même chose pour tout le monde. Mon fils était nourri par cathéter, alors que j'allais de nombreux enfants à l'hôpital. Et tous étaient Un.

Quatre ans plus tard, une nouvelle expérience de la maternité m'a confrontée à ma propre mort lors de la naissance de ma troisième fille. Il a fallu procéder à un accouchement d'urgence et le produit anesthésiant, au lieu d'aller dans les membres inférieurs, est monté dans la colonne et a provoqué un arrêt cardio-respiratoire. Je voyais toute la scène se dérouler d'en haut, d'un endroit calme et silencieux : l'anesthésiste tentait de me réanimer, l'équipe médicale, inquiète, était assise devant mon corps inerte, jusqu'à ce que le médecin se lève et dise qu'il n'y avait pas un moment à perdre et que l'assistant lui tendait le scalpel. À ce moment crucial, j'ai entendu la voix de Babaji dire : « Ce n'est pas le moment de mourir. Le bébé doit naître ». La douleur de l'incision sans anesthésie dans mon ventre m'a fait revenir dans mon corps, le bébé est né, et je suis revenue à la vie.

C'est seulement après que la spiritualité eut oeuvré en moi de manière si intense, que Babaji a fini par se présenter à moi formellement. Lors d'un rêve, il m'a donné des instructions précises sur ce que je devais faire. Je n'avais jamais entendu parler de Babaji avant. Mais je reconnaissais la même énergie, aimante, joyeuse et douce qui m'avait toujours accompagnée et qui maintenant avait un nom.

Et cinq ans après avoir rencontré Babaji de cette manière, le Kriya Yoga est arrivé dans ma vie. C'était il y a vingt ans. Je me souviens très bien de la sensation que j'ai éprouvée après avoir reçu la première initiation : « J'étais de retour à la maison ». J'ai ressenti la même chose lors de mon premier voyage en Inde, mais avec une immense joie en plus. C'est comme si je renaissais avec éclat dans le cœur. Au retour de ce voyage, l'idée d'apprendre à cuisiner pour de nombreuses personnes avait germé en moi et j'ai suivi un cours universitaire de gastronomie.

En 2012, j'ai assisté à la naissance de ma première petite fille, en 2015 à celle de mon second petit-enfant et l'année dernière, le troisième est né dans ma maison en mon absence. Pour moi, la naissance de mes petit-enfants était le couronnement de nombreux ressentis dans les dimensions de l'Éternel. Babaji, maintenant comme Babaji, est toujours là.

En 2014, à ma grande surprise, j'ai reçu de Durga et Satchidananda l'invitation à devenir membre de l'Ordre des Acharyas du Kriya Yoga de Babaji. J'ai accepté avec une profonde gratitude et un engagement à l'énergie de Babaji.

Au cours des quatre dernières années, j'ai parcouru de grandes distances à l'intérieur du Brésil. Si j'écris ce texte, c'est parce que l'énergie de Babaji me nourrit et me donne de la force.

Parfois, mon chemin est difficile du point de vue de cette personne. Et magnifique de la perspective du Tout. L'énergie de Babaji me nourrit indépendamment de l'oscillation d'une partie de ma conscience. Être consciente de cela est une autre de Ses bénédictions.



Acharya Ganapati

Chaque être humain est singulier, une affirmation non transférable, l'invocation d'un nom qui lui appartient uniquement. Le destin est de réaliser ce nom, qui préside tout au long de la vie et la durée de la vie, vie après vie. Foucault a dit en citant Nietzsche « Il s'agit d'être ce que nous sommes en réalité ».

J'ai reconnu mon destin.

En tant que juif, chrétien ou musulman, je crois que j'ai été, dans d'autres vies, un aspirant spirituel, m'efforçant de rechercher la Vérité dans le contexte d'un monothéisme sémitique. J'ai apporté dans cette vie la notion enracinée d'Unité, la nostalgie du Divin et une blessure profonde.

Ce passé a habité mon enfance. Je n'avais pas encore cinq ans lorsque j'ai remarqué sa présence pour la première fois.

L'athéisme est aussi survenu tôt. À 13 ans. C'est l'incohérence factuelle de l'Ancien Testament qui m'y a poussé. Considérant mes ressources intellectuelles à l'époque, je ne pouvais que prendre le texte biblique à la lettre. Je ne savais pas que chaque phrase a des niveaux de sens multiples et peut être lue de différentes manières.

À peu près à la même période, j'ai pris connaissance de la géométrie euclidienne, qui m'a offert l'une des expériences intellectuelles les plus agréables de ma vie. Démontrer des théorèmes, pourvus exclusivement de logique, représentait, pour moi, le meilleur du Vrai, du Bon et du Beau.

J'étais déjà bien ancré dans l'athéisme lorsque j'ai eu, à l'âge de 14 ans, ma première expérience mystique. Lors d'une belle soirée d'été, je me suis senti sombrer dans un gouffre sans fin tout en observant un ciel étoilé. Derrière la masse d'étoiles vibrantes, j'ai remarqué « Quelque chose » d'immense, « Quelque chose » qui ne se laissait plus emprisonner par un nom, « Quelque chose » devant lequel toutes mes explications semblaient insuffisantes.

J'ai ressenti les effets de cette expérience pendant une semaine. Pour recompiler le système de croyances, j'ai eu recours aux arguments les plus ridicules : si l'existence de Dieu explique l'existence de la terre, comment expliquer l'existence de Dieu ? Jung appelait ces stratagèmes mentaux une « reconstitution régressive du personnage ». Incapable d'intégrer le dévoilement, nous plaçons devant eux un filtre réducteur. Et nous troquons le diamant pur de l'expérience pour un caillou d'interprétation.

J'ai dû patienter 14 ans de plus pour qu'une nouvelle occasion, avec la même puissance, se présente à nouveau. Durant ces 14 ans, mes connaissances scientifiques s'étaient développées, au prix d'un voile plus dense sur la lumière spirituelle.



Acharya Ganapati

Je ne tenais pas en place : je pratiquais le judo et le karaté, atteignant la ceinture noire ; j'ai suivi des cours de peinture ; j'ai étudié le génie chimique à l'Université de Sao Paulo ; et, fortement influencé par la littérature marxiste, je me suis impliqué dans le mouvement étudiant et joins un parti clandestin qui luttait contre la dictature civile et militaire brésilienne. C'était une période sombre. Des amis furent arrêtés, torturés et tués par la police politique. J'ai dû me cacher à quelques reprises.

À l'époque, j'en suis venu à connaître Babaji par la lecture de l'Autobiographie d'un yogi de Paramahansa Yogananda. J'ai ouvert le livre avec un sourire détendu. J'y ai lu ce que je croyais être une succession d'absurdités, car le surnaturel semblait se cacher derrière chacun des paragraphes. Toutefois, c'est justement le plus miraculeux des chapitres, celui où Yogananda présente Babaji, qui a capturé mon attention avec force. Alors que le mental rationnel disait que cela n'était que de véritables absurdités, une autre partie de ma conscience ressentit le silence, le léger effleurement qui, avec le temps, l'éveillerait de sa torpeur. J'ai remis le livre dans l'étagère, mais une graine fut semée en moi.

À l'âge de 28 ans, une puissante pulsion intérieure me fit abandonner tout ce que je croyais être ma vie : le militantisme politique, le marxisme, mon premier mariage. Un régime alimentaire radical me fit perdre beaucoup de poids. Des séances de thérapie par le corps et des leçons de danse éveillèrent mon corps d'une longue période d'aliénation. Un élan vigoureux me ramena au dessin, à la peinture et à la poésie. Libre de mon engagement matrimonial, je me suis permis une variété d'expériences amoureuses.

Dans un livre sur la théorie du Big Bang, j'ai pris connaissance d'un chiffre qui fit éclater ma conscience comme une brique lancée dans une vitrine. Je parle de la soi-disant température de Planck, soit $1,417 \times 10^{32}$ degrés Kelvin. Selon le modèle standard, c'est la température de l'univers une minuscule fraction de seconde après l'instant primordial. L'idée d'une température infinie n'avait pas de quoi m'impressionner, car l'infinité n'est pas quelque chose que l'on peut représenter d'une quelconque façon. Par contre, le fini peut être traduit en chiffres. Je savais que le support matériel dont la température était associée à $1,417 \times 10^{32}$ degrés Kelvin devrait être 10 millions million million million de fois plus chaud que le centre du soleil !

Tout comme cette nuit étoilée de mes quatorze ans, ce chiffre étourdissant me plongea dans un abysse mystique. Et le paroxysme de la matérialité a fait s'effondrer mon matérialisme. Voyant la température de Planck comme une défaite personnelle, j'ai été le témoin du naufrage sans sauvetage de mon système de croyances.

S'ensuivit une période intense de recherche. Cherchant une sorte de réponse, je passais mes nuits à dessiner. J'ai commencé en ne sachant pas quoi dessiner, prenant plaisir à la spontanéité du geste. Jusqu'à ce qu'une forme archétype

Suite à la page 12



Acharya Ganapati (suite)

apparaisse, m'indiquant la marche à suivre.

Ma connaissance intellectuelle des traditions spirituelles était pratiquement nulle, et je m'accrochais aux petits fragments que je trouvais. Un ami me conseilla de lire *Le voyage à Ixtlan*. J'ai lu et relu en plus de mémoriser plusieurs passages de ce livre ainsi que d'autres livres de Carlos Castaneda – jusqu'à ce que je ne puisse plus rien apprendre d'eux. Je suis alors passé à d'autres auteurs. Un sentiment immédiat de familiarité s'est éveillé en moi à la lecture de la littérature d'inspiration soufie. J'ai compris sans difficulté, comme si d'une certaine manière je la connaissais longtemps.

C'est durant cette période intense de découverte ou redécouverte que j'ai découvert et redécouvert la femme qui allait devenir ma seconde épouse, la mère de mes enfants et une compagne de toujours : Marcia. Cette relation a établi pour moi la référence absolue de ce que l'amour humain peut être. Avant de la connaître, je croyais savoir ce qu'est l'amour, mais je ne le savais pas vraiment.

La vie dans ma relation – en premier lieu avec Marcia et ensuite mes enfants – se compare à un marteau qui martèle le fer chaud et fut une force motrice de mon évolution. L'autre force fut éveillée par deux expériences vécues dans le contexte de respiration holotropique, qui est une technique de connaissance et de transformation de soi développée par Stanislav et Christina Grof.

C'était, à tous égards, les deux expériences les plus puissantes et sublimes que j'avais eues à ce jour. Je ne sens pas l'autorisation d'en parler dans ce texte. Il suffit de dire que dans la première, qui s'est produite lors de mes 35 ans, je fus submergé par l'Amour Divin. La seconde, vers 42 ans, m'a mis en présence de l'incomparable Babaji et m'a donné la certitude qu'il est mon maître dans cette vie. Ces deux expériences ont redirigé mon existence.

J'avais déjà beaucoup de connaissances livresques à propos des traditions spirituelles. Et aussi un peu de connaissances pratiques. J'ai commencé cette étude au début des années 80, en faisant des recherches dans la biographie du célèbre astronome Johannes Kepler (1571-1630). Ensuite, cherchant toujours à connaître « ceux qui sont venus avant », je suis allé à l'opposé dans le temps vers des références encore plus anciennes : Nicholas de Cues, Maître Eckhart et Roger Bacon ; la cabale juive, les soufis musulmans et le Pseudo-Denys l'Aréopagite du christianisme des premiers siècles ; les néo-platoniciens grecs, les Siddhas indiens et les chamanes préhistoriques. J'ai même joué avec cette obsession pour le passé en affirmant que je n'étais pas intéressé par ce qui est inférieur à 800 ans.

Mon intérêt pour le chamanisme me mena au village indigène Guarani, où j'ai eu des entretiens avec des chamanes, été le témoin de cérémonies de guérison et participé à un rituel Nimongarai au cours duquel j'ai reçu un nom indigène.

Au milieu des années 90, j'ai été invité à voyager en Jordanie et en Israël. Ce fut une expérience riche, dont le point culminant fut ma visite du Dôme du Rocher à Jérusalem. J'avais une idée fixe de connaître cet endroit, Qubbat al-Sakhrah en arabe. Et ce voyage me permit de le faire.

Je ne me souviens pas exactement quand, mais certainement après 1995, j'ai commencé une pratique spirituelle qui dura quelques années. Dans le silence, je faisais la récitation très lente du Notre Père. J'ai commencé en épuisant le sens de chaque mot intellectuellement, explorant toutes les connotations que je pouvais découvrir. Ensuite, j'ai associé des sensations, des sentiments et des visualisations. J'ai fait cet exercice de différentes façons : assis, debout, en marchant. Ma façon préférée fut de le faire en me rendant au travail et à mon retour. Bien des fois, cela me prenait plusieurs heures pour compléter une seule prière. Le Notre Père fut ma nourriture spirituelle quotidienne jusqu'à ce que je reçoive, durant la seconde initiation du Kriya Yoga, le mantra racine de Babaji. Et par la suite, le mantra de l'abandon complet.

Ma première et seconde initiation dans le Kriya Yoga, enseigné par Satchidananda, se produisit au début de l'année 1998, environ cinq ans après le darshan surnaturel de Babaji. Durant cette période intermédiaire, un rêve hautement significatif m'indiqua la marche à suivre. J'étais devant une vieille bâtisse, située au centre de Sao Paulo. Et j'ai reçu l'instruction que c'était le siège d'une très ancienne confrérie, maintenant dans une nouvelle phase de son existence. C'était à moi de communiquer, selon l'écriture en « lettres dorées » sur la façade, le sens de cette noble entreprise. Et la phrase à écrire était celle attribuée dans le rêve par le prophète Mahomet : « Maintenez la Tradition et l'Inspiration viendra. »

Le sens de ce rêve est très évident. Et c'est relié à ce qui, après tout, fut la ligne directrice de ma vie : communiquer par les mots, parlés ou écrits, l'héritage de la tradition, ainsi contribuer, bien que minimal, au développement de la conscience de ceux que je peux rejoindre.

Il y a eu plusieurs rêves instructifs. Ainsi que d'importantes expériences visuelles et auditives. Mais je ne peux pas m'arrêter là-dessus ici.

En écrivant ce témoignage, je réalise que depuis ma première initiation il y a 20 ans, après avoir reçu les 144 kriyas de la troisième initiation plusieurs fois, visité les endroits associés au Shaiva Siddhanta en Inde plusieurs fois, après avoir lu, étudié et même traduit des passages de la littérature des Siddhas, et après être devenu un Acharya, dont la mission est de transmettre aux autres la connaissance de cette tradition, je n'ai pas encore intégré complètement le Kriya Yoga dans ma vie.

Mais je continue mes études sur les traditions spirituelles. J'ai donné des cours d'introduction au chamanisme, au shivaïsme, au taoïsme, au pythagorisme, au néo-platonisme, à la kabbale, au mysticisme chrétien et soufisme, contextualisant chacune de ces traditions avec de l'information historique, philosophique, scientifique et artistique. J'ai écrit cinq livres et publié des centaines d'articles à leur sujet.

La vocation de communicateur, orale ou écrite, est très claire pour moi. La question que je me suis si souvent posée à propos de mon destin, à propos de ma mission dans cette vie, a obtenu réponse par le déroulement des événements. Donc, lorsque j'ai été accepté dans l'Ordre des Acharyas, à Badrinath, dans l'Himalaya, j'ai reçu avec une joie tranquille le nom spirituel de Ganapati.



Nouvelles et notes

Festival Om Guru à Cunha, au Brésil, du 14 au 20 novembre 2018 avec M. G. Satchidananda et Durga Ahlund. Nous célébrerons le 20e anniversaire de nos activités au Brésil. Pour plus d'informations, allez à : http://www.babajiskriyayoga.net/french/event.htm#babaji-festival-gathering_br

Appel aux dons pour transférer notre ashram à Dehiwala (Sri Lanka) à un nouvel endroit. Il n'est plus possible de conserver l'endroit actuel car le gouvernement va construire une autoroute côtière qui va traverser la propriété. Nous envisageons de louer une maison à Colombo, où l'acharya Kriyananadamayi et d'autres sadhaks pourraient offrir des cours et des séminaires d'initiation au Kriya Yoga. Vous pouvez faire un don en ligne ou encore planifier des contributions mensuelles avec votre carte de crédit à l'Ordre des Acharyas du Kriya Yoga de Babaji, au bas de la page suivante sur notre site : <http://www.babajiskriyayoga.net/english/kriya-yoga-contribution.htm>

Les donateurs du Canada et des Unis peuvent déduire ce don de leurs impôts. Pour planifier des contributions mensuelles, veuillez écrire à amrit@babaji.ca.

Pèlerinage au nouvel ashram de Badrinath avec M. G. Satchidananda et Durga: du 20 septembre au 8 octobre 2018. Rejoignez-nous pour un pèlerinage inoubli-

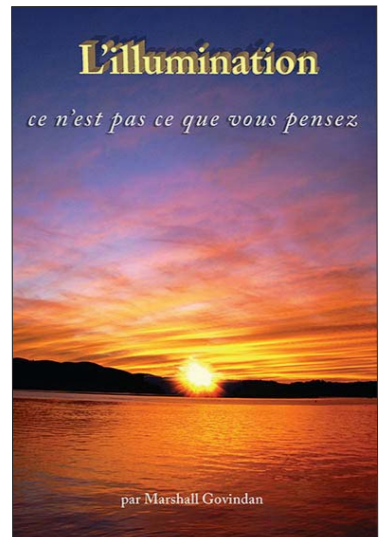
able qui va changer votre vie, à l'endroit où Babaji a atteint le soruba samadhi, l'état de réalisation ultime. Pour plus d'informations, allez à : <http://www.babajiskriyayoga.net/french/>

Pèlerinage au nouvel ashram de Badrinath avec les acharyas Kabir, Annapurna et Shivadas : du 30 août au 17 septembre 2018. Rejoignez-nous pour un pèlerinage inoubliable qui va changer votre vie à l'endroit où Babaji a atteint le soruba samadhi, l'état de réalisation ultime. Pour plus d'informations, allez à : <http://www.babajiskriyayoga.net/french/>

Le deuxième niveau d'initiation sera donné par M. G. Satchidananda au Québec du 19 au 21 octobre 2018.

Le troisième niveau d'initiation sera donné par M. Govindan Satchidananda au Québec du 5 au 14 juillet 2018. Il sera également dispensé en Allemagne par Satyananda, en Espagne par Nityananda, en France par Sita Siddhananda et en Estonie par Ishvarananda. 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.

L'illumination : ce n'est pas ce que vous pensez, notre dernière publication, de Marshall Govindan, révèle comment vous pouvez remplacer la perspective de l'égo – l'habitude de s'identifier au corps, aux émotions et aux pensées – par une nouvelle perspective : celle du Témoin, celle de votre âme... la conscience pure. Avec une logique convaincante, des pratiques quotidiennes et des méditations guidées, le livre explique comment vous pouvez vous libérer de la souffrance, profiter de la paix intérieure et être guidé par l'intuition. « L'illumination : ce n'est pas ce que vous pensez est une lecture indispensable car ce livre est pratique, clair et significatif... C'est un outil essentiel que nous pouvons utiliser pour trouver le but de la vie. » - Pandit Rajmani Tigunait, Ph D, Directeur spirituel de l'Himalayan Institute. 192 pages. US\$14.95. CN\$18.75. Commandez votre exemplaire sur le site à : http://www.babajiskriyayoga.net/french/bookstore.htm#enlightenment_book



Le nouvel Ashram à Badrinath.

Suite à la page 14



Nouvelles et Notes (suite)

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 !

Inscrivez-vous à notre cours par correspondance, La grâce du Kriya Yoga de Babaji. Nous vous invitons à nous rejoindre dans cette aventure d'exploration et de découverte du Soi, tirée des livres dictés par Babaji en 1952 et 1953. Recevez par la poste, chaque mois, une leçon de 18 à 24 pages sur un sujet précis avec des exercices pratiques. Pour plus d'information, allez à : http://www.babajiskriyayoga.net/french/bookstore.htm#grace_course

Visitez le blogue de Durga www.seekingtheself.com

New Audio Intro Lecture by M. G. Satchidananda:

www.babajiskriyayoga.net/english/audio-intro-lecture.htm “

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 DE09500700240072310600, 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 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 Amrit par courriel (amrit@babaji.ca) de votre renouvellement d'abonnement.

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 2018, 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.

