



Le Journal du Kriya Yoga

d e B a b a j i

Célébrons et honorons la libéralité du Yoga Siddhantham

par M. G. Satchidananda

Nous vivons une période de profonds changements, nés des nouvelles technologies, des médias sociaux, de la mondialisation, de l'économie et du réchauffement du climat. Des forces et des systèmes de croyances nous divisent plus que jamais, selon que nous adhérons ou résistons aux changements.

Le Yoga Siddhantham, les enseignements de sagesse profondément libéraux des Siddhas peuvent aider chacun de nous à accepter le changement pour réaliser son potentiel humain divin. Avant de développer ce point, il est utile de faire une digression pour comprendre comment

les fondements éthiques « libéraux » de la civilisation et de la culture occidentales ont évolué et comment ils influencent les valeurs de la plupart de nos lecteurs. Il sera également utile de comprendre pourquoi la libéralité influence le yoga.

Libéralité

Le terme « libéralité » trouve son origine dans le mot latin « liber », qui signifie « à la fois libre et généreux ». Cicéron dans « Traité des devoirs », 44 av. J.-C. et plus tard, Sénèque, dans « Des bienfaits », ont développé les attitudes qu'elle exigeait : « une disposition désintéressée, généreuse



et reconnaissante ». L'objectif d'une éducation aux arts libéraux était de préparer à une vie active et vertueuse en tant que leader capable de penser correctement et de parler clairement, plutôt que de préparer une vocation ou d'acquérir des richesses. Son opposé était « l'égoïsme », appelé « servilité », qui impliquait de penser ou d'agir uniquement pour son propre profit ou plaisir.

Au Moyen-Âge, la « libéralité » s'est superposée aux valeurs chrétiennes d'amour, de compassion et surtout de charité. Dieu était libéral dans sa miséricorde, tout comme Jésus l'était dans son amour, et les chrétiens devaient donc imiter Dieu en aimant et en donnant en retour.

Au cours de la Renaissance, les Bibles protestantes ont contribué à répandre l'idée que la « libéralité » était un impératif chrétien universel. Dans la Bible du roi Jacques, le terme « libé-

Table des matières

1. Célébrons et honorons la libéralité du Yoga Siddhantham, par M. G. Satchidananda
4. Je suis parce que tu m'aimes, par Durga Ahlund
6. Comment se reconnecter au guru? Par M. G. Satchidananda
9. Le yoga est un chemin de sagesse et d'amour, par le Dr. T.N. Ganapathy
10. Nouvelle publication : Sur les pas de Ramalingam
11. Acharya Chandra Devi, une nouvelle membre de l'Ordre des Acharyas
11. Nouvelles et notes



Publiés 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

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

Suite à la page 2

La Libéralité (suite)

ral » désigne le fait de donner aux pauvres, non seulement de la richesse, mais aussi la connaissance et la sagesse, ainsi que le fait de se départir de tout sentiment négatif envers les autres.

Au cours de la période des « Lumières » du 17^e siècle, John Locke, dans « Deux traités du gouvernement civil », a écrit que parce que les hommes étaient capables de libéralité, et donc pouvaient agir de manière éthique, ils n'avaient pas besoin d'un monarque absolu pour les gouverner, l'autonomie était possible. Mais garder à l'esprit l'intérêt commun était un devoir important. La libéralité favorisait également la tolérance religieuse. Locke en fait un devoir chrétien dans « Lettre sur la tolérance », en 1685, et pas seulement entre eux, mais envers les « païens », les « juifs » et les « musulmans ». En 1772, dans le dictionnaire Oxford, le mot « libéral » est défini comme « exempt de parti pris, de préjugés, de sectarisme, ouvert d'esprit, tolérant ».

L'érudit protestant allemand libéral Johanne Salomo Semler a inventé la notion de « théologie libérale », comme une « perspective religieuse et une manière de lire la Bible éclairée et érudite, libre de toute contrainte dogmatique et ouverte à la recherche critique ». Elle rejetait les dogmes, tels que le péché inhérent à l'homme et le surnaturel. Il mettait l'accent sur le comportement moral et la croyance en la capacité de l'homme à s'améliorer. Il en conclut que l'essence du christianisme n'est pas dogmatique, mais morale. La théologie libérale est devenue le courant théologique dominant à la fin du 18^e siècle. Elle a traversé l'Atlantique où elle a été mise en avant par un groupe d'ecclésiastiques protestants convaincus, dirigés par William Ellery Channing, où elle a fini par être connue sous le nom « d'unitarisme ». Leur découverte de la traduction anglaise de la Bhagavad Gita et des Upanishads dans les premières décennies du 19^e siècle a donné naissance au « mouvement transcendantaliste » et aux essais, poèmes et livres de Ralph Waldo Emerson et Henry David Thoreau. Ils ont à leur tour ouvert les cœurs et les esprits des générations suivantes d'Américains qui ont accueilli le mouvement théosophique à partir de 1874 et Swami Vivekananda en 1894, le premier professeur de yoga indien en Amérique.

Tout au long de son histoire, la plupart des libéraux étaient des moralistes, du moins jusqu'au 20^e siècle, lorsque le libéralisme a été associé principalement aux droits de l'homme. Leur projet était éthique. Il s'agissait d'une aspiration, d'un objectif à atteindre, alors que l'humanité s'efforçait de réaliser son potentiel et sa liberté. Il n'avait rien à voir avec l'individualisme atomique si répandu aujourd'hui chez ceux qui insistent sur les droits de l'homme, sans aucune référence aux devoirs. Jusqu'au 20^e siècle, la plupart des libéraux pensaient qu'ils avaient des droits parce qu'ils avaient des devoirs. Ils mettaient constamment en garde contre les dangers de l'égoïsme et la nécessité de la générosité, de la probité morale et des valeurs citoyennes. Pendant près de deux mille ans, le libéralisme a consisté à faire preuve des vertus du citoyen, à se dévouer au bien commun et à respecter l'importance

des liens mutuels.

Opposition

Le libéralisme peut également être mieux compris et apprécié si l'on se réfère aux forces qui s'y sont opposées. Celles-ci provenaient de l'Église catholique, alliée aux monarchies, ainsi que d'écrivains influents tels que Thomas Hobbes, qui rejetaient le libéralisme parce que les hommes étaient tellement animés par la peur et une nature brutale qu'ils étaient incapables de se gouverner sans un monarque absolu. Le libéralisme, disaient-ils, était incompatible avec la doctrine catholique. Connus sous le nom de « césarisme » dans la France du 19^e siècle, ils ont à la fois profité et encouragé l'ignorance des masses. Les libéraux sont des cibles faciles lorsqu'ils ne parlent que de leurs droits et n'agissent pas de manière charitable, vertueuse et consciencieuse pour servir le bien commun, et lorsqu'ils ne répondent pas aux craintes légitimes des conservateurs. Il n'est pas nécessaire d'être religieux pour être moral. (Voir la référence à l'article de mon Journal sur ce sujet et la laïcité à la fin de cet article.)

Les forces illibérales s'opposent également à la science lorsqu'elle n'est pas compatible avec les croyances religieuses, par exemple le scepticisme des fondamentalistes chrétiens à l'égard du changement climatique. Elles continuent à dénigrer et à subvertir le libéralisme jusqu'à ce jour par le biais de mouvements autoritaires, populistes et antidémocratiques, ainsi que par le biais d'éléments fondamentalistes, sectaires et conservateurs dans toutes les religions organisées.

Au cours du 20^e siècle, l'opposition s'est manifestée non seulement par la religion organisée, mais aussi par le communisme et le fascisme. Adolf Hitler a déclaré que le principal objectif du nazisme était « d'abolir la conception libérale de l'individu ». Ces mots sont repris aujourd'hui en Chine, en Russie et dans d'autres États totalitaires. Ces forces sont conservatrices, réactionnaires, sexistes, racistes, antidémocratiques et préoccupées principalement par le maintien du pouvoir pour contrôler les autres.

Les dirigeants antidémocratiques et autoritaires s'attirent des partisans lorsqu'ils prétendent que la libéralité est une permission pour l'immoralité, la toxicomanie, et qu'elle est responsable de la décadence, de la cupidité, du mondialisme et du matérialisme de la société moderne, et qu'elle doit donc être supprimée. En attisant la peur et en faisant appel, sur le plan émotionnel, aux esprits religieux ou à ceux qui sont émus par des slogans patriotiques, ou encore en dénonçant les élites corrompues, leurs défenseurs trouvent facile de condamner les libéraux et de condamner les libéraux en prétendant à tort que les institutions séculaires nient la religion.

J'ai une profonde obligation de gratitude envers ceux qui sont guidés par des valeurs libérales.

Suite à la page 3

La Libéralité (suite)

Dès mon enfance et surtout pendant mon adolescence, je me suis posé de nombreuses questions existentielles. Ma recherche de réponses m'a conduit du dogme religieux de ma famille à une éducation libérale à l'université. Je suis particulièrement reconnaissant envers deux de mes professeurs, membres des ordres religieux des Augustins et des Jésuites, qui enseignaient respectivement l'éthique classique et la religion comparative, et qui ont manifesté dans leur vie personnelle les valeurs libérales que j'ai décrites ci-dessus. Ils ont contribué à me préparer à faire le vœu de me consacrer à vie à la pratique du Kriya Yoga de Babaji, que j'ai fait en 1970, et à explorer et publier la littérature des Yoga Siddhas au cours des décennies suivantes. Je suis reconnaissant envers Dr T.N. Ganapathy, le directeur de notre projet de recherche sur les Siddhas du Yoga, pour son érudition et la clarté de son écriture, et qui m'a appris comment on peut aller au-delà de la « tolérance » pour « apprécier », en cherchant à comprendre les points de vue opposés. Je suis également profondément redevable aux générations de libertaires civils qui sont responsables des constitutions libérales qui maintiennent les droits civils, et qui m'ont protégé, ainsi que d'autres professeurs de yoga, des tentatives de suppression de nos activités par l'alliance du gouvernement et de la religion organisée, par exemple en France tout au long des années 1990.

Yoga Siddhantham, l'enseignement de la sagesse libérale des Siddhas

Mon professeur Yogi Ramaiah faisait souvent référence au yoga comme étant « l'art scientifique de l'union parfaite entre Dieu et la vérité » et « le côté pratique de toutes les religions », qui ferait du « chrétien un meilleur chrétien », de « l'hindou un meilleur hindou » ou du « musulman un meilleur musulman ». Il exprime les qualités libérales discutées dans les paragraphes précédents. Elles sont libérales parce qu'elles sont ambitieuses, cherchant à perfectionner le potentiel humain, morales, non dogmatiques, non sectaires, et parce qu'elles font de la propre expérience de chacun, plutôt que des écritures, l'arbitre suprême de la vérité. Il a également organisé chaque année, à partir de 1954, une conférence œcuménique internationale, les « Parlements de la religion mondiale et du yoga », dans différents pays. Ils servaient à promouvoir les valeurs libérales et comme antidote au fanatisme religieux, la maladie de la religion.

En étudiant les *Sûtras* du Yoga, j'ai appris à apprécier les autres valeurs libérales mentionnées ci-dessus :

Liberté : *Kaivalya* ou la liberté absolue est le but ultime et le titre du dernier chapitre des *Sûtras* du Yoga. Cela fait référence à la libération de l'influence des *gunas* (modes de la nature) et des sources de la souffrance appelées *kleshas* : ignorance, égoïsme, attachement, aversion et peur de la mort.

Discipline morale : les yamas, ou contraintes sociales

dans les *Sûtras* du Yoga, la première des huit branches, pour faire le contraire de la nature humaine, y compris la non-mutilation, la véracité, la conscience de l'absolu, le non-vol, l'absence d'avidité. (Voir mon livret « Faire l'opposé » référencé à la fin de cet article.) Les Siddhas n'ont pas renoncé au monde comme étant illusoire. Ils ont tous apporté des contributions importantes à la société, par exemple en médecine, en science et en yoga. Ils considéraient le corps physique comme le temple de Dieu, et ont donc développé des moyens pour réaliser son potentiel divin. La maladie survient lorsqu'on ignore les yamas et les niyamas selon Tirumular. Leur observation guérit la maladie.

Amour, générosité et charité. Selon Tirumular dans le *Tirumandiram* « L'amour est Dieu », *Anbu Shivam*. Il nous incite à rendre l'amour de Dieu en pensée, en parole et en action. Le grand Siddha Ramalingam, au 19^e siècle, a fait de la charité son enseignement cardinal. Voir l'article « La préoccupation sociale des Siddhas » dans la liste des références à la fin. Le concept d'*arrupadai* du Siddha, « montrer le chemin aux autres », comprenait ce qu'il fallait faire et ne pas faire pour éviter la souffrance et exprimer son amour aux autres. Selon le Dr Ganapathi, dans le mantra Siddha, *Sivayanama*, « Siva » signifie félicité, « Nama » signifie sacrifice et « Aya » signifie résultat. Le mantra signifie donc « le résultat du sacrifice est la félicité ».

Aspiration. Le yoga et le tantra sont des voies progressives, qui reconnaissent et cherchent à transformer la nature humaine par la sadhana yogique en se rappelant « Qui suis-je ? » et en « lâchant » les fausses identités nées de l'égoïsme.

Opposition aux castes, à l'orthodoxie, au dogmatisme, au pouvoir de la religion institutionnelle qui limite la liberté de pensée, la liberté de parole, la liberté d'écriture, la liberté de rassemblement. Les Siddhas étaient de pieux rebelles qui critiquaient les manifestations de la religion organisée, en particulier le pouvoir des prêtres, la discrimination entre les castes, le culte des temples, la dépendance à l'égard des écritures, car ils déresponsabilisaient et trompaient les chercheurs, et créaient des divisions sociales. Leur vision du monde était exprimée dans ces déclarations souvent répétées : « Tous les pays sont ma patrie, toutes les races sont mes semblables » et « l'unité dans la diversité ».

Célébrons et honorons la libéralité du Yoga Siddhantham

Nous traversons une période de l'histoire où les valeurs libérales sont remplacées par celles qui encouragent le matérialisme, l'individualisme et le consumérisme. Alors que le libéralisme n'est plus menacé par l'inquisition de l'Église, il est menacé par des régimes

Suite à la page 4



La Libéralité (suite)

autoritaires qui suppriment ou subvertissent la presse indépendante, la liberté d'expression, la liberté de rassemblement et l'éducation libérale. Cela se produit non seulement en Chine, en Russie et dans le monde arabe, mais aussi dans certains mouvements politiques aux États-Unis, en Inde et en Europe. L'existence future de la valeur libérale est aussi douteuse et fragile que la nôtre. Les gouvernements peuvent protéger ou détruire le libéralisme. Ne soyons pas complaisants ! Rappelons-nous qu'il y a un prix à payer pour protéger nos libertés, ce qui inclut l'obligation de remplir nos devoirs moraux et citoyens. Célébrons les valeurs libérales qui nous ont permis de recevoir et de bénéficier des enseignements de sagesse et des pratiques du yoga. Honorons-les en les manifestant dans nos propres vies, en soutenant les politiques et la législation qui défendent les valeurs libérales, en les partageant et en les préservant pour les générations futures dans toutes les langues. Engageons-nous dans des actes à la fois moraux et charitables en reconnaissant que lorsque nous aimons les autres, nous aimons Dieu.

Veuillez consulter le lien: <https://www.babajiskriyayoga.net/french/articles.htm>

Pour plus de lecture :

Faire l'opposé : les cinq clés du Yoga pour avoir de bonnes relations, livre numérique. https://www.babajiskriyayoga.net/french/bookstore.htm#opposite_doing_ebook

L'histoire oubliée du libéralisme : De la Rome antique au XX^e siècle, par Helena Rosenblatt « The Social Concern of the Siddhas » The Yoga of Tirumular: Essays on the Tirumandiram. https://www.babajiskriyayoga.net/english/bookstore.htm#yoga_tirumular_book

« Montrer la voie aux autres : Arrupadai » Journal du Kriya Yoga, automne 2017 <https://www.babajiskriyayoga.net/french/flexpaper-ui/Journal-F-Fall-17-art.php>

« Notre moralité dépend-elle de notre croyance en l'existence de Dieu ? » Journal du Kriya Yoga, hiver 2019. <https://www.babajiskriyayoga.net/french/flexpaper-ui/Journal-F-Winter-19-art.php>

Je suis parce que tu m'aimes

par Durga Ahlund

Conduisant seule dans la montagne, le mantra de Babaji se déroule en silence au rythme de ma respiration. Les fenêtres sont baissées et le toit ouvert, le vent frais est vivifiant sur ma peau. La lumière du soleil se reflétant sur les feuilles aux couleurs intenses de l'automne me coupe momentanément le souffle. Mon cœur s'ouvre en grand et je ressens une joie immense que je n'ai pas ressentie depuis longtemps. Un message m'attend à cet instant, « JE SUIS, parce que tu m'aimes ! », je le prononce à voix haute. Je m'arrête à la prochaine aire de repos pour le noter, car je sais que je dois l'examiner profondément et dans sa globalité.

Ce qui est transmis dans le silence n'est pas une connaissance intellectuelle, mais une sorte d'expérience directe ; la réalisation d'une vérité en la vivant dans l'instant, une réponse à une question non exprimée. Le « JE SUIS » en moi, qui m'entretient, me renforce et me guérit, se manifeste dans mon esprit et dans mon corps. Il est ressenti comme une connexion. C'est le sentiment de l'enthousiasme joyeux de l'amour.

Il me vient à l'esprit que cette Présence, JE SUIS, est le guru intérieur, qui résout et dissout lentement toutes les choses, répond à tous les doutes et ne révèle que ce qui doit être révélé, uniquement au bon moment. J'ai suffisamment confiance pour accepter la vie telle qu'elle est, je suis suffisamment patiente pour attendre de voir ce qui arrive ensuite, désireuse de faire ce qui vient à moi, et je crois que tout est comme il doit être. Mais, comment savoir si cette Présence est responsable ?

J'ai plongé profondément en moi et voyagé aux limites de mon esprit pour me retrouver à errer dans le cœur. Là, j'ai expérimenté et ressenti une lumière emplie de grâce, mais je ne sais rien de cette Présence, que je considère

comme un compagnon réconfortant. Je sens que l'amour est peut-être un portail pour connaître notre état le plus profond et le plus vrai, le JE SUIS.

Je commence à sentir que le divin JE SUIS joue à travers tous les êtres, dans tous les événements et comportements, indépendamment de toute indignation ou confusion que l'ego peut avoir à ce sujet. Alors, j'essaie de répondre à toute circonstance, agréable ou désagréable, avec un sentiment d'équanimité. J'apprends à accepter et à être moins affectée par la déception. Je peux davantage résister aux pensées et situations difficiles qui se présentent à moi. Et je m'appuie sur ma présence d'esprit pour me guider.

Questionnement sur la Présence

Si je ne doute pas de l'existence de cette présence, de cette guidance intérieure en moi, je me demande comment quelqu'un est censé développer une foi inébranlable en la présence de Dieu ou d'un Guru, ou d'une vaste lumière divine consciente, qui le guide et le soutiens. Avec mes propres enfants, j'ai simplement dit qu'en étant immobiles et en faisant confiance à leur cœur, ils pouvaient expérimenter les encouragements et les conseils d'une présence d'être en eux. Je leur rappelle les moments où ils ont ressenti la synchronicité, l'intuition, l'inspiration et fait le choix ou la chose juste ou simplement lorsqu'ils ont expérimenté la chance qui les accompagnait. Ils me rappellent qu'ils attribuent ces expériences à la chance, bonne ou mauvaise, et l'intellect, et que si cette énergie cosmique existe, alors il faut la démontrer. Ils disent que l'intellect est plus digne

Suite à la page 5



Je suis (suite)

de confiance que le cœur, quel qu'il soit.

Je suggère que pour développer un lien avec le cœur, il faut être réceptif, apprendre à écouter en profondeur, sentir intimement et accepter de vivre le moment tel qu'il est. Le corps émotionnel doit être adouci pour entendre les appels du cœur. Le bruit de l'esprit doit être apaisé, afin d'établir un lien avec l'Intellect. L'Intellect se concentre lorsqu'il cherche à discriminer, à comprendre. C'est à partir de cette concentration que nous analysons, raisonnons et pensons. C'est à partir de cet intellect que nous réfléchissons et discernons le bien du mal. C'est dans cet intellect que la prise de conscience nous incite à changer de comportement. L'Intellect est proche d'une intelligence supérieure, de la présence. C'est à travers l'intellect que coulent l'inspiration et la perception, mais l'inspiration transcende l'intelligence ordinaire. Elle est d'un ordre supérieur. Cette intelligence supérieure transcende la raison et la pensée, elle fait partie de la sphère de la conscience. Elle ne se fixe pas. C'est le domaine du Témoin, qui est l'observateur toujours présent.

La qualité de l'esprit est déterminée par l'endroit et la façon dont est dirigée votre attention. Il faut être présent pour amener l'attention dans un état de conscience. Un esprit plein de pensées et de désirs n'aura pas la bande passante pour recevoir l'inspiration, la vision et la paix que l'esprit supérieur offre. Un esprit dénué de toutes les pensées n'est pas nécessaire, mais la conscience exige qu'aucune pensée ne soit prégnante. Les pensées peuvent arriver facilement, mais elles doivent partir aussi vite. Les pensées voyagent tranquillement, non affectées par l'espace de l'esprit. J'ai constaté qu'il faut la sincérité, l'aspiration et la dévotion véritables à une pratique de méditation pour maintenir une connexion forte.

Ce qui m'a le plus apportée, sur le chemin, est qu'à un jeune âge j'ai passé du temps à m'interroger et à identifier que ce que je suis est logé dans mon cœur et non dans ma tête. J'ai également reconnu, dans mes premiers souvenirs, une source de guidance intérieure qui me confortait et me protégeait. En fait, je ne me tournais pas vers ma mère lors de moments d'agitation émotionnelle, mais vers quelque chose au sein de mon propre être. Je me tournais à l'intérieur pour trouver à la fois le confort, l'explication et la compréhension. Il s'agissait davantage d'une sensation de s'établir dans des nuages moelleux, que d'une visualisation, mais la guidance apparaissait parfois dans mon esprit comme les vagues qui ondulent dans des niveaux de gris, ou surgissent simplement dans un mot qui calme immédiatement les peurs, expliquent les choses, ou me bercent pour m'endormir. Dès le plus jeune âge, je donnais à cet état d'esprit reconfortant, riche en inspiration, le rôle de mon meilleur ami. Contrairement à un ami imaginaire, mon meilleur ami ne m'a jamais conduit vers la tentation ou le conflit. Lorsque j'ai grandi, quand l'égoïsme m'a attirée des ennuis, mon meilleur ami ne m'a jamais laissé tomber. J'éprouve un amour et un respect profond



pour mon meilleur ami. Et je sais que ce moi intime, JE SUIS, m'aime et prends soin de moi de manière inconditionnelle.

Le défi pour nous tous est de couper le lien que nous avons avec la condition humaine normale à laquelle nous sommes durablement liés. Nous acceptons tous et croyons que nous sommes nés des individus, limités par certaines conditions, obligés de vivre dans ces limitations du mieux que nous pouvons et qu'ensuite nous mourons. Pour croire en quelque chose qui est au-delà de notre conditionnement et compréhension humains, nous devons aspirer à une connexion avec Dieu/le guru ou le Soi. Pour créer de nouveaux circuits qui renforcent le lien entre la pensée mentale et l'être supérieur le plus pur, tournez-vous vers le silence mental et soyez le témoin conscient.

Créer de nouveaux canaux vers la conscience

Comment créer de nouveaux canaux, de nouveaux liens, afin que nous puissions consciemment approcher et être influencés par la présence divine en nous ? En développant la conscience, nous créons ces canaux. Qu'est-ce que la conscience ? La conscience est l'état pur inaltéré de la conscience lorsque les pensées sont absentes. La conscience est le secret du bonheur. Dans la conscience, vous laissez tomber toute demande du

Suite à la page 6



Je suis (suite)

moment présent. Dans un état de conscience, vous arrêtez de chercher une expérience autre que celle que vous vivez. Ainsi, lorsque vous êtes présent et sans désir, sans vouloir obtenir quelque chose ou enlever quelque chose, juste en observant le moment, vous êtes dans un état de témoin.

Les connexions se créent au fur et à mesure que nous devenons témoins. Lorsque nous nous tournons vers la conscience témoin pour comprendre, cette connexion se renforce. Pour apprendre à privilégier la conscience sur la pensée, nous devons choisir de sortir du cynisme et de la gymnastique mentale que nous utilisons habituellement pour résister à notre guidance intérieure ou pour la prouver ou pour la réfuter. Nous devons apprendre à reconnaître nos résistances et la source des raisons pour lesquelles nous résistons à l'intégrité de l'âme et son influence. Nous devons renoncer à l'importance que nous donnons à l'acquisition des connaissances et à l'intelligence ou les histoires personnelles. Dans ces moments de silence émotionnel et mental, lorsque nous évoluons au-delà de notre connaissance emmagasinée, la conscience s'accroît et s'aiguise. Lorsque nous explorons régulièrement le monde dans cet état de conscience, le conflit mental est éliminé, car la paix remplace la peur, le doute et l'insécurité. Nous nous sentons plus légers, plus clairs et davantage en contact avec notre tendre soi.

Nous avons la chance de bénéficier du Kriya Yoga

La sadhana du Kriya Yoga ou toute pratique intégrale des asanas, du pranayama, de la méditation silencieuse

et de la conscience renforce le système nerveux, réduit le stress et aide à équilibrer les émotions, le Kriya Yoga nous offre en plus le Sat Guru Kriya Babaji, de qui nous pouvons tomber amoureux. Car sans l'amour, il n'y a pas de Vérité. Sans la Vérité, il n'y a pas de progrès.

Babaji nous offre un amour qui transcende toutes les expériences et toutes les émotions. C'est un amour qui reste présent même si vous n'êtes pas dans « un état d'amour. » Une mère connaît cet amour. Quels que soient les défis, les frustrations ou l'épuisement liés à l'éducation des enfants, l'amour devient plus fort, plus riche, plus grand et s'étend au-delà de notre propre famille.

L'amour du Guru est comme cela. Il nous offre le même amour, rare, vrai, en expansion. Et ainsi, tout comme une mère, nous devons aimer de manière inconditionnelle. L'amour pur n'est pas transactionnel. Il est dénué de passion ou de drame. Cet amour est un lien pur, profond et interdépendant. Il est nourri par la conscience, la gentillesse et la compassion. Ce type d'amour grandit en nous, nous renforce et solidifie nos relations. Il est hors du temps et non confiné. Ce genre d'amour voyage à travers vous, au-delà de vous et dans le monde. Il est transformateur, car il contient en lui une étincelle de Vérité. Si l'amour et la conscience sont suffisamment forts, l'étincelle s'allume et insuffle la vie à un feu qui transforme tout sous vos yeux. Le Guru est l'Amour, le Guru est la Vérité, le Guru est à l'intérieur et la vraie transformation se produit au moment où vous vous y attendez le moins. C'est de la magie pure.

Comment se reconnecter au Guru ?

par M. G. Satchidananda

J'ai récemment reçu un courriel d'une personne de Moscou, en Russie, avec cette question : « Comment se reconnecter au Guru ? » En réfléchissant à la façon de répondre à cette question, je me suis rendu compte que je pouvais y répondre de plusieurs façons, et que chacune d'entre elles dépendait d'une perspective différente. Cela dépend de telles questions comme la façon dont vous répondriez à la question : « Qu'est-ce qu'un Guru ? » Cela dépend également du fait que vous soyez instruit par la culture occidentale ou indienne. Ce terme est devenu un mot très galvaudé et mal compris, surtout en Occident où il a été associé à des enseignants indiens qui n'ont pas pratiqué ce qu'ils prêchaient ! Mais même en Inde, lorsque les gens disent des choses comme « mon Guru », ils montrent un manque de compréhension et d'appréciation de sa signification. Une autre question est de savoir si le besoin de se reconnecter au Guru est principalement physique, émotionnel, mental, psychique ou spirituel.

Je n'ai pas écrit sur ce sujet dans le Kriya Yoga Journal depuis l'été 2004. J'y avais inclus un chapitre intitulé « Guru purnima » tiré de mon livre « Kriya Yoga : réflexions sur le chemin spirituel ». J'y décrivais les différents rôles ou activités traditionnels du Guru en tant que personne. Il est plus facile pour la plupart des gens de le concevoir

dans ce contexte que de saisir le sens et la véritable signification du mot « guru ». Aujourd'hui, il y a très peu de personnes qui se présentent comme des gurus, ce mot est au plus bas dans l'estime des gens depuis les années où tant de gurus sont venus en Occident, ont rassemblé des disciples et sont tombés dans le scandale. Leurs échecs personnels ont donné naissance à la publication populaire Yoga Journal, qui était certes anti-guru et a contribué à créer une industrie de studios de « yoga américain ». Les deux mots « yoga » et « guru » sont devenus des homographes aux significations multiples, complètement dissociés l'un de l'autre dans la vague de « marketing » de masse qui a suivi. Par conséquent, dans cet article, je ne répéterai pas ce qui a été écrit dans l'article précédent sur les rôles, l'activité, la relation et la nature du Guru. Cet article abordera la question suivante : « Comment se reconnecter au Guru ? » En particulier, comment se connecter au Guru intérieur ?

Durant la première cérémonie d'initiation au Kriya Yoga, j'explique que le mot « guru » est mieux compris comme un « tattva », un principe particulier de la Nature ou Shakti, qui a pour effet de révéler les qualités

Suite à la page 7

Guru (suite)

divines, notamment « le vrai, le bon, le beau et l'amour inconditionnel ».

Par conséquent, tout ce qui se trouve à les révéler, qu'il s'agisse d'un livre, d'un lever de soleil, des yeux d'un bébé, par exemple, peut être considéré comme une manifestation du « Guru tattva ». Si une personne les manifeste constamment, les autres ont tendance à la qualifier de « guru ». Mais ce n'est pas la personne qui est un « guru ». Le Guru est l'enseignement et les pratiques transmises à l'étudiant, issu d'une conscience supérieure. Que cette personne enseigne ou reste silencieuse, c'est ce qui se dégage d'elle qui touche le cœur d'autrui de manière profonde, en révélant ou en manifestant ces qualités divines. Malgré les limites personnelles de la personne, le Guru tattva se manifeste.

Comment se reconnecter au Guru ?

Comme indiqué ci-dessus, la réponse à cette question dépend du besoin de « reconnexion » : est-il principalement physique, émotionnel, mental, psychique ou spirituel ?

Chacune de ces perspectives limite leur expérience du Guru. Comme des voiles, elles peuvent obscurcir ou limiter ce qui transparait. Le mot guru est dérivé du mot « guna », qui désigne les trois modes de la nature : l'activité, l'inertie et l'équilibre (rajas, tamas et sattva). Tout le dernier chapitre des Sûtras du Yoga de Patanjali est consacré à la manière dont on surmonte et transcende leur influence pour atteindre l'objectif ultime du yoga, appelé kaivalya, ou liberté absolue de l'influence des gunas. Le Guru est donc celui qui nous guide vers cet objectif. La pratique du yoga devient le Guru dans la mesure où elle élève le niveau énergétique de la conscience au-dessus et au-delà de la perspective égoïste. La pratique devient également le Guru dans la mesure où l'on apprend par l'expérience personnelle. Lorsqu'elle est pratiquée régulièrement et avec habileté, la sadhana ou pratique yogique permet à la vision de percer l'illusion mentale, connue sous le nom d'agent de maya, soit le principe de la nature qui limite la conscience, y compris le temps, l'espace, la passion, le karma et l'ignorance de sa véritable identité. Par conséquent, vaincre chacun d'entre eux nécessite des pratiques yogiques différentes. La sagesse est le fruit de ces pratiques.

Physique :

Réfléchissez à la quantité de temps et aux efforts que vous consacrez chaque jour aux besoins ou aux exigences du corps physique en matière de nourriture, d'abri, de survie, de fatigue, de confort, d'évitement de la douleur, de recherche sensuelle et de tension. La pratique régulière des asanas ou postures yogiques et des prescriptions diététiques est le principal remède pour éliminer ces sources de distraction. Lorsque les postures sont effectuées en mettant l'accent sur leurs effets relaxants et thérapeutiques, plutôt que sur la performance, elles calment également les corps émotionnel/vital et mental. Le calme qui en résulte

crée la condition nécessaire pour que la conscience se tourne vers l'intérieur et réalise le Guru intérieur, le Soi. Le dicton « Guru, Dieu et le Soi sont un » peut alors être réalisé.

La connexion physique avec le Guru tattva peut également se produire lorsqu'on est assis dans la présence physique de celui qui le manifeste. La simple présence d'une telle personne élève la conscience des autres. Les réponses aux questions peuvent surgir spontanément dans l'esprit des autres personnes avant même qu'elles ne soient posées.

Le fait de contempler la photo d'un professeur auquel on identifie le « Guru tattva » peut également être efficace pour se reconnecter. Pratiquer avec dévotion les 1re, 2e et 18e postures de la série du Kriya Hatha Yoga de Babaji et chanter le mantra du Guru est également efficace.

Émotionnel/vital

Le corps vital est le siège de toutes les émotions. La plupart d'entre elles sont négatives. Les émotions négatives comprennent l'ennui, la dépression, la tristesse, l'orgueil, la peur et la colère. Il est également le siège de tous les désirs, y compris les petits plaisirs et les aversions. Elle pénètre à la fois le corps physique et le corps mental, qui sont adjacents sur le plan de fréquence vibratoire. Parce qu'il domine à la fois nos sentiments et nos pensées, le yogi cherche à en neutraliser les effets.

La pratique du bhakti yoga y parvient en orientant les énergies vers l'émotion positive de l'amour pur et inconditionnel. L'objet de l'amour est un être ou une personnalité divine, un saint, un dieu ou une déesse. Le chant, les chansons ou les hymnes, le culte et les cérémonies collectives ou individuelles constituent les moyens d'expression les plus courants du bhakti yoga. Contrairement à la prière, le bhakti yoga n'exige rien, il n'est pas pétitionnaire. Il est festif et inconditionnel. Il permet de faire l'expérience de la joie ou de la félicité. La joie ou la félicité, contrairement au bonheur, est inconditionnelle. Le yoga enseigne que la réalité ultime est satchidananda, ou l'Être absolu, la Conscience absolue et l'Être absolu. Cependant, parce qu'il est principalement alimenté par les émotions, le bhakti yoga est généralement instable et, par conséquent, on peut facilement revenir à des tendances émotionnelles négatives ou à des habitudes mentales, jusqu'à ce qu'il y ait eu une purification suffisante de celles-ci au niveau mental par la pratique de la méditation.

Mental

Le corps mental comprend les cinq sens, les souvenirs et les capacités à coordonner l'apprentissage, les activités physiques, la visualisation, la planification, l'organisation et la parole. Ces capacités sont généralement régies par l'habitude. De nombreux souvenirs sont conditionnés par les émotions, positives ou négatives, auxquelles on est attaché. Elles constituent une énorme source

Suite à la page 9



Guru (suite)

d'obscurcissement. Par conséquent, on ne voit pas la réalité sous-jacente, qui est en fait le Guru tattva.

Le moyen yogique de se connecter au Guru sur le plan mental comprend le détachement des mouvements du mental. Patanjali appelle cela le « Kriya Yoga ». Dans le Sûtra du Yoga II.1, il dit que cela consiste en une pratique constante, l'étude de soi et l'abandon à Ishvara. Dans le Sûtra du Yoga I. 24, il écrit : « Ishvara est le Soi spécial, non touché par les afflictions, les actions, les fruits de l'action ou par les impressions intérieures de désir. » Dans le Sûtra du Yoga I.26, il explique encore que « Non conditionné par le temps, il est le Guru des gurus les plus anciens. » Dans les sûtras I.27 et I.28, il nous dit que « le mot qui évoque Ishvara est le son mystique Om ». « Par conséquent, on devrait répéter cette syllabe sacrée Om tout en réfléchissant à sa signification avec dévotion. »

Dans le Sûtra du Yoga, I.12, il nous dit que par la pratique constante du détachement, on cesse de s'identifier aux fluctuations du mental. Il développe ce point dans le Sûtra du Yoga II.11 : « À l'état actif, ces fluctuations du mental sont détruites par la méditation. »

Un autre moyen de se connecter au Guru est de visualiser la forme de la personne du Guru pendant la méditation et de répéter un mantra lié au Guru, tel que « Om Kriya Babaji Nama Aum ». Babaji, la source vivante du Kriya Yoga, a dit qu'en répétant son nom avec amour, on reçoit sa bénédiction et son soutien. L'une des façons les plus simples, mais impersonnelles, de se connecter mentalement au Guru est de penser à « Babaji est l'amour et l'amour est Babaji ». Alors toute activité faite avec amour devient un moyen de se connecter au Guru ! Voir le lien vers l'article « L'amour, la grâce et le Guru » à la fin.

Intellectuel

Le corps intellectuel est la dimension dans laquelle résident les idées, les mots et les enseignements. Contrairement aux mouvements du corps mental, ils n'ont pas de forme visuelle. Ils sont abstraits, même s'ils peuvent être exprimés par écrit ou par la voix.

Le yoga fournit des enseignements de sagesse afin de guider l'individu à travers les limites de la perspective intellectuelle. Contrairement à la philosophie, le but des enseignements de sagesse est de fournir des conseils sur la façon d'éviter la souffrance et de réaliser Dieu, le Soi et le Guru. Un professeur qui enseigne la sagesse de manière cohérente est un Guru, un véhicule du Guru tattva. Méditation sur les enseignements associés à un Guru ; récitation du serment du Kriya Yoga : « J'accepte Satguru Kriya Babaji comme mon idéal et je contemplerai ces... ». Comme enseigné dans la première initiation, ce sont des moyens de s'abandonner à Ishvara, qui, comme mentionné ci-dessus, est le Soi et le Guru.

Psychique

Qu'est-ce que l'être psychique? On peut le considérer comme le Guru intérieur, la voix de notre

âme. Sri Aurobindo en parle le plus souvent de manière métaphorique comme une « étincelle qui vient du Divin » :

« Le psychique est une étincelle venue du Divin qui est là en toute chose. Au fur et à mesure que l'individu évolue, elle grandit en lui et se manifeste comme l'être psychique, l'âme cherchant toujours le Divin et la Vérité qui répond au Divin et à la Vérité chaque fois et partout où elle le rencontre. » (Aurobindo 2012 : 105)

« Il y a une individualité dans l'être psychique, mais pas d'égoïsme. L'égoïsme disparaît lorsque l'individu s'unit au Divin ou s'abandonne entièrement au Divin. C'est l'être psychique intime qui remplace l'ego. C'est par l'amour et l'abandon au Divin que l'être psychique devient fort et manifeste, afin de pouvoir remplacer l'ego. » (Aurobindo 1972 : 124)

« Il peut être perçu comme une lumière mystique derrière le centre du cœur. On peut dire du psychique qu'il est « cela » [la partie lumineuse de notre être], car le psychique est en contact avec le Divin et une projection du Divin dans la nature inférieure. Le psychique se trouve au plus profond du centre du cœur, derrière l'être émotionnel. De là, il s'élève vers le haut pour former le mental psychique et s'étend vers le bas pour former le vital psychique et le physique psychique. Généralement, on n'en est conscient qu'après que le mental, le vital et le physique aient été soumis et mis sous l'influence psychique. » (Aurobindo 2012 : 122-123)

On peut réaliser le Guru intérieur dans la mesure où l'être psychique passe de l'arrière-plan au premier plan de sa conscience. Tant que la perspective égoïste née de la fausse identification au corps physique, aux émotions et aux mouvements de l'esprit n'est pas suffisamment apaisée par la pratique purificatrice du kriya, du bhakti et du karma yoga, on n'a que des contacts occasionnels avec l'être psychique. Celui-ci peut fournir des avertissements, des aperçus puissants, des réponses à des questions importantes.

Dans la première initiation au Kriya Yoga de Babaji, on apprend le Babaji Samyama Kriya, la septième technique de méditation, pour communiquer avec Babaji.

Lorsque nous prenons conscience de l'être psychique qui est en nous, cela conduit à la sadhana (la pratique par laquelle on atteint la perfection, siddhi).

Nous pouvons dire que l'être psychique est l'âme dans la nature, évoluant à travers elle, la soutenant, et parfois, lorsqu'il y a une ouverture à son influence, guidant notre personne dans le drame de la vie.

Il existe des indications claires de son influence sur l'être intérieur, l'esprit intérieur, le vital intérieur et le physique intérieur.

« Ces choses, l'amour, la compassion, la bonté, le bhakti, Ananda sont la nature de l'être psychique, parce que l'être psychique est formé à partir de la Conscience Divine, c'est la partie divine en vous. Mais les parties inférieures ne sont pas encore habituées à obéir ou à

Suite à la page 9

Guru (suite)

apprécier l'influence et le contrôle du psychique, car chez les hommes, le vital et le physique sont habitués à agir pour eux-mêmes et ne se soucient pas de ce que l'âme veut. Lorsqu'ils s'en soucient et qu'ils obéissent au psychique, il y a conversion - ils commencent à assumer leur nature psychique ou divine. » (Aurobindo 2012 : 122)

Spirituel

Le corps spirituel ou corps de félicité n'a pas de forme. C'est le plus subtil des cinq corps. Il est le plus facile à expérimenter dans la méditation profonde, lorsque les autres corps deviennent silencieux et immobiles. Cet état est appelé samadhi dans les Sûtras du Yoga. Dans cet état, on se rend compte de son identité avec toute chose. Il transcende les mots. En étant Cela, on se connecte au Guru. On peut également l'entrevoir en se concentrant sur de grands dictons tels que « Babaji est Amour » ou « Anbu Shivam » (l'Amour est Dieu), « Sois tranquille et sache que je suis Dieu », « Je suis Cela » ou « Je suis ». Lisez mon livre L'illumination : ce n'est pas ce que vous pensez, pour en savoir plus.

Pour plus d'informations, veuillez aller sur ce lien : <https://www.babajiskriyayoga.net/french/articles.htm>

Références :

« Notre ouverture psychique au divin », Journal du Kriya Yoga, 1re partie, automne 2019 : <https://www.babajiskriyayoga.net/french/flexpaper-ui/Journal-F-Fall-19-art.php>

2e partie à l'hiver 2020 : <https://www.babajiskriyayoga.net/french/flexpaper-ui/Journal-F-Winter-20-art.php>

« Kriya Samyama de Babaji exige de l'ouverture et de la réceptivité », Journal du Kriya Yoga, hiver 2015 : <https://www.babajiskriyayoga.net/french/flexpaper-ui/Journal-F-Winter-15-art.php>

« L'amour, la grâce et le Guru », Journal du Kriya Yoga, automne 2015 : <https://www.babajiskriyayoga.net/french/flexpaper-ui/Journal-F-Fall-15-art.php>

« Guru Purnima », Journal du Kriya Yoga, été 2004 : https://www.babajiskriyayoga.net/french/articles/art_26.htm

Les Sûtras du Kriya Yoga de Patanjali et des Siddhas, par M. Govindan : <https://www.babajiskriyayoga.net/french/bookstore.htm>

Aurobindo, Sri. « Lettres sur le yoga », édition du centenaire. Pondichéry : Sri Aurobindo, Ashram Press, 1972.

Aurobindo, Sri. « Lettres sur le yoga » dans les Œuvres complètes de Sri Aurobindo, Vol. 28. Pondichéry : Sri Aurobindo, Ashram Press, 2012.

Le yoga est un chemin de sagesse et d'amour

par Dr. T.N. Ganapaty

Ceci est un extrait du livre *The Yoga of Tirumular: Essays on the Tirumandiram*, p. 148-149



« Le yoga peut être associé à la religion en soi, mais il se distingue nettement de la religion et des pratiques religieuses. Alors que la religion parle de la réalisation de Dieu, le yoga parle de la réalisation du Soi. Pour atteindre la réalisation du Soi, jnana (sagesse) est la méthode adoptée par le Yoga. Les Siddhas tamouls ont insisté sur l'importance suprême de jnana et ils ne mettent pas en avant le bhakti comme méthode de réalisation. Dans le

bhakti, le cœur pleure ce qui est perdu alors que dans le jnana, l'esprit se réjouit de ce qu'il a trouvé. Les Siddhas du yoga tamouls sont donc critiques à l'égard du culte des idoles et des pratiques religieuses. Ils sont contre l'attitude fondamentaliste de la religion. Dans leur littérature, il y a une absence presque totale de tout culte local ou de divinité. Aucun Siddha authentique dans la littérature tamoule n'a chanté les louanges d'un dieu local. L'un des principaux traits distinctifs, la différenciation, pour déterminer un véritable Siddha est de savoir s'il/elle a chanté les louanges d'un dieu ou une divinité locale. Selon le Si-

va-vakkiyar, un Siddha ne vénère jamais une divinité dans le temple. (Note 1) C'est une particularité qui distingue les Siddhas des autres saints, notamment les Alvars et les Nyanmars. Pourtant, les Siddhas croient en l'Abstraction Suprême et l'appellent « Cela » ou « Ceci » ou « Inhérence » ou « Paraparam », en tamoul. Les Siddhas sont contre toute religion institutionnalisée, qui produit des habitudes, des coutumes et des pratiques rituelles qui empêchent d'être spirituellement alerte et pleinement conscient. Les formalités menacent de devenir plus importantes que la connaissance de sa propre nature intérieure ou du Soi, et donc les rituels et les écritures ne sont que des entraves. Celui qui est déterminé à atteindre l'illumination devrait faire attention aux obstacles tels que les rituels, les écritures, les temples, les églises, les mosquées, etc. qui entravent le chemin et le progrès spirituels. Selon les Siddhas, la cause de la prévalence de l'illusion dans nos vies est institutionnelle plutôt que personnelle. »

Dans la préface de ce livre, pages xvii à xviii, le Dr Ganapaty écrit également :

« ...dans le cas de Tirumular, on ne trouve aucune référence dans le Tirumandiram qu'il a vénéré des divinités individuelles dans un temple particulier. Selon Tirumular, la meilleure forme de vénération n'est pas le culte

Suite à la page 10



Le yoga (suite)

des fleurs, mais plutôt de ne pas tuer même un atome de vie et le meilleur lieu de culte est le cœur où réside l'âme (verset 197). Les Siddhas n'étaient pas des dévots au sens d'adorateurs d'idoles. Ils croyaient en une abstraction suprême. L'utilisation récurrente du mot civam (un nom abstrait signifiant « bonté », « auspiceux » et l'état le plus élevé de Dieu, dans lequel Il existe en tant que pure intelligence), par rapport au terme commun civan (signifiant Siva), rend ce point très clair. En d'autres mots, ils croyaient en une idée abstraite de la divinité plutôt qu'en un Dieu personnel. »

Il ajoute : « Tirumular appelle Sivam l'amour. Sa philosophie de base est l'amour - un amour pur, spirituel, non altéré - qui n'attend ni marchandage ni résultat. Son message est l'amour, ce qui se reflète dans plusieurs de ses vers (270, 272-274, 276, 279, 280-282, 286, 287, 416, 1005, 1456 et 2980). Les trois grandes déclarations de Tirumular sont : (i) L'amour est Dieu (anbe civam, verset 270) ; (ii) Que le monde entier atteigne la félicité que j'ai reçue (yan perra inbam peruga i-v-vaiyam, verset 85), et (iii) l'humani-

té est une seule famille et Dieu est un (onre kuamum oruvane tevanum, verset 2104). Tous ces maha-vakyas du Tirumandiram sont les différentes façons d'exprimer que la Chose Suprême est amour et seulement amour. L'amour est la félicité qui peut être atteinte par n'importe qui et donc l'humanité, voire le monde, est une seule famille avec l'amour (Dieu) comme base. Pour empêcher l'éruption de l'égoïsme, qui est la négation de l'amour, Tirumular a offert au monde le sastra (traité) du Tirumandiram (verset 87).

La base du Yoga ou de l'union est l'amour. Ce n'est que par le biais de l'amour que l'on fusionne avec Sivam. »

Note 1 : *Truth Speaks*, Civavakkyam, verset 21 https://www.babajiskriyayoga.net/english/bookstore.htm#civavakkiyam_book

Pour en savoir plus sur ce sujet, lisez *The Yoga of Tirumular: Essays on the Tirumandiram*, (édition anglaise uniquement) et *La Sagesse de Jésus et des Yoga Siddhas* (disponible en 6 langues) sur la page de la boutique ici : <https://www.babajiskriyayoga.net/>

Acharya Chandra Devi, une nouvelle membre de l'Ordre des Acharyas

J'ai vécu plusieurs vies et eu plusieurs emplois dans une petite région du nord de l'Italie avant de me consacrer à l'agence internet de ma famille depuis 15 ans.



J'ai toujours cherché le sens de la souffrance, dans la souffrance elle-même et en la surmontant. En 1997, je me suis retrouvée dans un séminaire où j'ai fait mes premières méditations et j'ai entrevu quelque chose d'inconnu qui m'a libérée d'un ancien sentiment de culpabilité. Il était clair que je devais chercher quelque chose et j'ai commencé à explorer la réalité au-delà des apparences.

J'avais entendu le nom de Babaji lorsque j'étais adolescente par le biais d'un ami sadhu de la région, qui m'avait raconté l'histoire d'une rencontre avec Babaji dans les montagnes du nord de l'Inde. L'Autobiographie d'un Yogi était toujours là, sur une étagère. Je l'avais ouvert, mais ne l'avais jamais lu.

En 2003, le yoga m'a arrêtée dans une rue, littérale-

ment. Dès lors, j'ai commencé à pratiquer le hatha yoga et à m'informer sur le raja yoga. En 2008, des événements apparemment aléatoires m'ont amenée au Kriya Yoga de Babaji et le peu que je savais du yoga a pris un sens, avec une perspective nouvelle et plus large. Quelque chose m'a fait me sentir chez moi.

J'ai étudié et enseigné le yoga pendant 10 ans et été distributrice de malas Rudraksha. Pendant plus d'une décennie, j'ai soutenu l'Acharya Arjuna durant ses séminaires d'initiation. J'ai traduit quelques livres sur le Kriya Yoga et organisé la distribution des publications de Babaji sur le Kriya Yoga. J'ai même changé de maison. Je n'ai réalisé qu'après coup combien tout cela était lié aux visions en méditation, au pouvoir créatif que nous pouvons utiliser.

Après le cadeau de la troisième initiation en Inde, je me suis retirée des cours de yoga pour intégrer et approfondir mon étude et ma pratique personnelle, et peut-être pour me sortir d'un rôle. J'ai commencé à voir la façon dont les changements et les défis majeurs apparaissent, et la façon de les gérer, comme une sadhana yogique en action. L'idée d'une séparation entre la pratique et la vie a commencé à s'estomper.

L'un des nombreux trésors que j'ai découverts dans le Kriya Yoga est un certain degré de détachement. J'accepte la joie et la tristesse de manière égale, en sachant qu'elles vont et viennent. Je vois l'espace où les choses se forment d'elles-mêmes, j'essaie de suivre les signes, d'être disponible sans interférer et de permettre à une plus grande volonté de conduire le jeu de la vie.

Je me confie à cette Volonté et m'incline devant le pouvoir du Kriya Yoga de transformer la perception et le sens de l'expérience de la vie. Ce que j'ai vu se produire autour de moi et chez d'autres pratiquants m'inspire un devoir moral de servir la mission sociale et globale de Guru.

Nouvelle publication : Sur les pas de Ramalinga

Sur les pas de Saint Ramalingam, par B. Kamalakannan, livre numérique, 120 pages, édition française, 2022. Comprend plus de 30 photographies et illustrations rares. Prix 6 € ou CAD\$8.40 incluant la TPS. Cliquez pour lire : https://www.babajiskriyayoga.net/french/bookstore.htm#saint_ramalingam_book

L'histoire inspirante de la vie de Ramalingam Swamikal, le plus grand Siddha du Tamil Nadu au XIXe siècle, y compris de nombreux faits peu connus sur la vie de Ramalingam, ses prophéties, ses enseignements ainsi que des photographies et illustrations, que l'auteur a étudiés dans les moindres détails. Ramalingam a atteint l'état immortel du soruba samadhi. Il est universellement vénéré pour sa grande sainteté, sa conquête de la mort et ses chants inspirants, chantés par des millions de personnes encore à ce jour. Comme les Siddhas tamouls avant lui, il vénérât la « Lumière de la Grâce suprême ».

Dans le chapitre 18 intitulé « Cause profonde de l'initiation », l'auteur présente des faits et des arguments convaincants qui expliquent pourquoi Ramalingam a été persécuté de diverses manières par les Saiva Siddhantans orthodoxes. Ceux-ci l'ont condamné pour avoir enseigné que l'on pouvait trouver Siva à l'intérieur de soi en méditant sur la Lumière de la Grâce suprême, Arutperun Jyoti, et que grâce à cela, les péchés ou les entraves de l'âme pouvaient être dissous, et l'on pouvait s'unir au Seigneur.

L'auteur révèle qu'avant de disparaître dans sa chambre le 30 janvier 1874, Ramalingam a dit :

1. La boutique était ouverte. Mais il n'y a pas eu d'acheteurs. Alors, le magasin a été fermé.
2. Je vais fermer la porte de ma chambre. Vous croyez que Dieu est maintenant dans la flamme de la lampe. Par conséquent, vous adorez la flamme de la lampe sans perdre votre temps. Vous méditez devant cette flamme de la lampe en gardant à l'esprit ce que j'ai dit dans les 28 poèmes commençant par le mot « Ninainthu, Ninainthu ».
3. Je ne serai pas visible pendant deux KADIGAI et demi (la signification ésotérique du mot 1 Kadigai = 60 ans. $2 \frac{1}{2} = 150$ ans. $1874 + 150 = 2024$ apr. J.-C.)

L'auteur inclut également la première traduction en anglais de ces « 28 poèmes ».

L'auteur est un spécialiste de longue date des écrits de Ramalingam.

« Je recommande vivement ce livre à tous ceux qui cherchent à appliquer les enseignements les plus élevés des Siddhas du yoga. »

Marshall Govindan

Nouvelles et notes



Séminaires d'initiation à l'ashram du Québec en 2022 avec M. G. Satchidananda.

1ère initiation : 9-11 septembre ; 2è initiation : 26-28 août et 7-9 octobre 3è initiation : 30 juin – 9 juillet 2023

Formation de professeur de Kriya Hatha Yoga : du 30 juin au 15 juillet 2023. Apprenez comment rendre profondément spirituelle votre pratique du Kriya Hatha Yoga de Babaji ! Développer la confiance et la compétence pour la partager avec les autres. Détails ici : <https://www.babajiskriyayoga.net/french/training.htm>

Nouvelles publications en langues indiennes. Nous sommes heureux d'annoncer la publication des titres suiv-

ants : nouvelle traduction en tamoul de « La voix de Babaji : une trilogie sur le Kriya Yoga ». En Kannada : « La voix de Babaji : une trilogie sur le Kriya Yoga », « Babaji et la tradition de Kriya Yoga des 18 Siddhas » et plus tard cette année « Kriya Yoga : réflexions sur le chemin spirituel ». En hindi, plus tard cette année le troisième volume de « La voix de Babaji : une trilogie sur le Kriya Yoga ». Les résidents en Inde peuvent commander sur ce site : <https://babajiskriyayogastore.in/>

Recevez nos nouvelles cartes de messages de Babaji ! Elles vous inspirent et vous rappellent Kriya Babaji et

Suite à la page 12



Nouvelles et notes (suite)

la sagesse de notre tradition. Nous vous les enverrons via Whatsapp 2 à 3 fois par semaine en 6 langues, selon votre choix. Simultanément, nous les publierons en anglais sur Instagram ([instagram.com/babajiskriyayoga](https://www.instagram.com/babajiskriyayoga)). Pour plus d'informations, cliquez ici (<https://www.babajiskriyayoga.net/french/message.htm>) pour télécharger le document PDF.

Des réunions de satsangs, des cours de yoga, des questions/réponses peuvent se faire en ligne. Nombreux sont nos Acharyas qui proposent leur soutien aux initiés et aux non-initiés en ligne, par le biais de cours de Hatha Yoga, de même que par des satsangs à travers de systèmes de communication comme Zoom. Cependant, d'autres techniques de Kriya Yoga qui sont enseignées lors des séminaires d'initiation ne peuvent être partagées durant ces sessions. Leur but est d'encourager les participants à méditer, et accessoirement de donner une source d'inspiration. Il sera répondu aux questions des initiés concernant les techniques de Kriya Yoga *uniquement lors d'un échange personnalisé (par courriel, téléphone ou en personne), afin que la confidentialité soit assurée.*

Utilisez Zoom pour vous joindre à des cours de Kriya Hatha Yoga, des méditations et des satsangs en ligne.

En Europe pour les initiés : Satsang du dimanche. Durée 12.00 GMT+1 (14.00 - heure d'Europe centrale) : 60 à 90 minutes. Satsang quotidien - Kriya Yoga de Babaji Sri Lanka : Tous les jours (du lundi au samedi) 17 heures, heure normale de l'Inde (12h30 à 13h30 GMT+1). Pour plus d'informations : <https://kriyavogasangha.org/babajis-kriya-yoga-online-satsang/>

À Sao Paulo, au Brésil, pour les initiés : Satsang tous les jours, à 18h30 (fuseau horaire de São Paulo). Cours de Hatha Yoga, tous les vendredis, à 8h pour tous. <https://us02web.zoom.us/j/5184926117?pwd=UnFVW-mdSZC9PK0JoN0xPTGMxd3pSQT09>
ID : 518 492 6117 Mot de passe : babaji

À Flora des Aguas à Cunha au Brésil : Du lundi au vendredi : 6h30 à 7h30 : Kriya Hatha Yoga et asanas classiques de Yoga : 7h30 à 8h10 : Pranayama, méditation, lecture et mantras védiques. Contact : fabifsamorim@hotmail.com. En portugais.

En Inde : 12.00 GMT+1 (14.00 CET) durée : 60 - 90 minutes. <https://www.babajiskriyayoga.net/english/pdfs/events/english Intl-satsang-infotext-suday.pdf>

Visitez notre site de cybercommerce à l'adresse : <https://www.babajiskriyayoga.net/french/bookstore.htm> 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 se-

ront 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 : <https://www.babajiskriyayoga.net/french/bookstore.htm>

Un rassemblement de tous les initié(e)s au Kriya Yoga de Babaji du 21 au 24 juillet 2022 à Manosque. <https://www.babajiskriyayoga.net/french/pdfs/Gathering-initiates-Manosque-France-juillet-2022.pdf>

Nous demandons à tous nos abonnés de la zone euro de renouveler leur abonnement annuel de 13 Euros par transfert à la Deutsche Bank, (Deutsche Bank International, BLZ 50070024, numéro de compte 0723106, re. IBAN DE09500700240072310600, BIC/Swift code DEUTDEDB-FRA). 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. Veuillez informer Amrit par courriel (amrit@babaji.ca) de votre renouvellement d'abonnement.

Pour renouveler l'édition francophone du Journal du Kriya Yoga, veuillez le faire via la section boutique de notre site web : <https://www.babajiskriyayoga.net/french/bookstore.htm> ou en envoyant un chèque à l'ordre du Kriya Yoga de Babaji, accompagné du formulaire de renouvellement ci-dessous.

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 antipourriel, veuillez inclure notre adresse courriel kriyayogaactivities@gmail.com 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.

Formulaire de Renouvellement

Veuillez renouveler mon abonnement au « Journal du Kriya
Yoga de Babaji »

Nom _____

Adresse _____

Courriel _____

Ci-joint un chèque de 13\$US aux É.-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.

