

Le Journal du Kriya Yoga

d e B a b a j i

Entretien avec Jocelyna Dubuc, résidente de l'ashram de Sri Aurobindo de 1971 à 1973. Fondatrice du Spa Eastman, qui a été primé.

par M. G. Satchidananda

Satchidananda : Je suis heureux de vous rencontrer à nouveau, ici au Spa Eastman, au Québec, qui a reçu de nombreux prix pour la qualité et l'unicité de ce qu'il offre. Je voulais aussi vous rencontrer parce que nos origines se ressemblent, que nous avons à peu près le même âge et que vous avez été résidente de l'ashram de Sri Aurobindo à Pondichéry, en Inde, de 1971 à 1973. Aussi, parce que j'y étais moi-même en 1972, et parce que



Table des matières

1. Entretien avec Jocelyna Dubuc, résidente de l'ashram de Sri Aurobindo de 1971 à 1973. Fondatrice du Spa Eastman, qui a été primé.
7. Le cours la Grâce de Babaji, mon offrande pour vous, par Durga Ahlund
11. Rien de spécial par M.G. Satchidananda
14. Ordre des Acharyas : rapport annuel et projets 2023
15. 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 ; téléc. : 450-297-3957

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

Yogi Ramaiah, mon professeur pendant 18 ans, a toujours insisté sur le fait que nous devions lire les écrits de Sri Aurobindo, car ils exprimaient les enseignements des 18 Siddhas du Yoga. Le Kriya Yoga de Babaji est la synthèse des enseignements de cette tradition du sud de l'Inde, écrite en langue tamoule. Il disait souvent que Sri Aurobindo et la Mère, co-fondatrice de cet ashram, étaient pres-

Suite à la page 2

Entretien (suite)

que les seules personnes des temps modernes à pouvoir apprécier ce que Babaji et les 18 Siddhas ont enseigné et perfectionné en eux-mêmes.

J'ai donc voulu faire cette interview pour explorer les origines du Spa Eastman et votre parcours. J'ai plusieurs questions.

La première question est : **Qu'est-ce qui vous a inspirée à vous rendre à l'ashram de Sri Aurobindo en 1970 ?**



Jocelyna Dubuc : Je me souviens qu'à l'âge de 14 ans on était en 1960, j'ai entendu le mot « yoga ». J'étais intriguée par ce mot. J'avais reçu en cadeau un livre sur le Hatha Yoga, ce yoga où il faut faire la perche et s'asseoir en lotus dès le premier exercice ! Il y avait là quelque chose qui résonnait en moi sans trop savoir pourquoi. Et bien plus tard en 1969 un livre viendra bouleverser ma vie L'aventure de la conscience de Satprem. À la même époque, je découvre un livre sur l'autoguérison par La cure de raisin qui expliquait comment notre alimentation affecte notre santé et comment on peut se traiter par l'alimentation. Et c'est ainsi qu'en expérimentant en même temps les cures, le jeûne, le yoga, la méditation qu'un chemin s'est créé en moi avec une soif de partager ce savoir

À cette époque, je me considérais comme une « athée croyante ». Un peu bizarre n'est-ce pas. J'avais quitté le catholicisme. J'ai commencé à lire les écrits de Sri Aurobindo. La chose qui m'a vraiment impressionnée était la notion que notre nature humaine est essentiellement - une aventure s'étant développée à travers des millions d'années, évoluant de la matière, à l'animal, à l'humain et éventuellement au supramental

selon Sri Aurobindo. La notion d'évolution dans le développement de la matière elle-même, au sens le plus large m'interpellait et ça me faisait toucher à quelque chose de plus grand que moi. Le fondement de l'énergétique qui crée et soutient l'univers. Le mot « Dieu » ne m'intéressait pas, car il appartient au monde de la croyance, y compris les jugements à propos desquels la version de la vérité est supposément correcte. Je savais que si j'étais née en Amazonie, j'aurais eu des croyances et des jugements sur les personnes et les faits bien différents. C'est dans cet état d'esprit que j'ai commencé mon « aventure de la conscience » avec Sri Aurobindo et la Mère

Au Québec, à cette époque, qui était une province très catholique nous avons fait un grand ménage libérateur comme société. La religion a été mise dehors de nos sociétés et beaucoup d'individus ont aussi décidé de se libérer du joug de la religion, Nos rapports entre les hommes et les femmes ont profondément changé pour tendre à les rendre égaux. Les femmes ont commencé à se libérer et des hommes et de la religion retrouvant leur « pouvoir d'être ». Beaucoup d'entre nous ont refusé le mariage et si on s'unissait à un homme, par la loi, les femmes gardaient leur noms de naissances les hommes et les femmes devenaient égaux en tant qu'êtres humains selon la loi. . Nous avons fait un grand ménage comme société et comme personne. Qui est vraiment la personne ? Comment, en tant qu'êtres humains, pouvons-nous nous exprimer en optimisant qui nous sommes ?

C'est dans ce contexte que je découvrais les travaux de Sri Aurobindo à travers L'aventure de la conscience, qui résumait bien les écrits de Sri Aurobindo A travers ces écrits un grand vent de liberté et de joie m'a envahie et « tout » devenait possible.

J'avais donc l'impression d'être au cœur de ce processus intérieur qui a déclenché une série de choix très personnels. Pour la petite histoire, ma mère était décédée lorsque j'avais dix-sept ans, et par la force des choses je suis devenue la cheffe de famille mon père étant très absent

Suite à la page 3

Entretien (suite)

de par son travail. Comme responsable de la famille e je réalisais combien il me manquait de connaissances pour élever mes frères et sœurs, et combien mon éducation avait laissé des couches de programmation m'empêchant d'aimer inconditionnellement les autres tels qu'ils sont. Je pouvais imaginer tout l'amour que j'avais pour eux dans les hauteurs de mes belles méditations, mais de retour sur terre, je constatais qu'en voyant ce qui était bon pour les autres, je voulais le leur imposer. Je voyais qu'il fallait que je fasse quelque chose pour optimiser ma vie et celles de mes frères et sœurs. Et c'est comme cela que j'ai pris la décision de partir pour L'Ashram à Pondichéry et qu'ensuite toute ma vie ma démarche alternait entre les grandes composantes de la Vie pour la comprendre et mieux l'incarner à travers les découvertes et prises de consciences en psychologie, en physique, en nutrition, philosophie et spiritualité

Un jour, je suis allée au centre Sri Aurobindo à Montréal. J'étais à la recherche d'une bonne école de yoga à Sorel, Un gardien qui travaillait au ménage à la polyvalente où j'enseignais et qui était aussi un musicien du groupe l'Infonie très connu au Québec, je lui ai demandé s'il connaissait une bonne école de yoga et sans hésiter il m'a dit : il n'y en a qu'une. Le centre Aurobindo était la meilleure école de yoga à Montréal, avec Madeleine Gosselin : Le Yoga de Sri Aurobindo. Je ne l'ai même pas compris. J'ai entendu « le Centre Europe bin do ». Et Il m'a donné un petit livre écrit par la Mère. Elle y faisait référence au « Divin », mais je n'ai même pas remarqué ce mot. C'est comme si je n'avais jamais vu ce mot qui en principe aurait dû me faire réagir et me fermer les yeux de mes croyances » athées ». A la lecture de ce petit livre. J'ai été emportée par un mouvement. Alors, à chaque semaine, je prenais l'autobus de Sorel pour Montréal afin de pratiquer le yoga, de méditer et c'est là que j'ai commencé à entrer dans cet univers de Sri Aurobindo et la Mère C'est à cet école que j'ai découvert le livre de de Satprem. A la fin de chaque session, Madeleine Gosselin proposait de prendre le thé. J'ai été surprise par son régime

alimentaire : des biscuits et des hamburgers ! Oh mon Dieu ! Ce n'est pas bon pour le corps ! Suite à ma cure j'étais devenue végétarienne et pour moi tout méditant devait être végétarien. Ultérieurement mes croyances et mes jugements seront bien bousculés !!!! J'avais donc en moi un sens global, grâce à la cure de raisin que j'avais expérimentée et le jeûne qui m'avait conduite dans des espaces extraordinaires durant mes méditations, car le corps devient plus fluide. Il y a un niveau d'énergie qui est un pur bonheur Et le mot Yoga Intégral prenait tout son sens

Suite à ces expériences En tant qu'enseignante au secondaire (lycée), je voulais partager ce qui me faisait tellement de bien alors j'ai demandé au directeur de l'école si je pouvais être autorisée à enseigner le yoga dans mes cours de quatre-vingt-dix minutes, je pouvais enseigner pendant 45 minutes et ensuite enseigner le yoga pendant 45 minutes, et il a dit qu'il n'y avait pas de problème tant que la matière était enseignée et que les étudiants n'étaient pas dans le couloir. Les élèves ont écouté, les sujets ont été traités et ils ont adoré le yoga Ils étaient enthousiastes et intrigués par cette discipline. C'était en 1968

Lorsque j'ai terminé de lire *L'aventure de la conscience*, il m'est apparu comme une évidence que je devais aller à l'ashram pour apprendre et pratiquer cette approche. Je voyais cela comme aller à l'université. Et mon rêve était de créer un lieu. Je ne savais pas comment

J'ai envisagé d'ouvrir une boutique, un lieu de création et de vie où l'on pourrait apprendre à faire de l'art, de la poterie, de la peinture. L'art est un outil extraordinaire pour découvrir son être intérieur. Mais je ne savais pas comment faire. Alors la Vie s'en est occupée par un chemin dont je ne me doutais pas !

Une petite anecdote. Après la lecture de *L'Aventure de la conscience* je savais que j'irais à l'ashram en Inde. J'ai donc envoyé ma photo comme demandé. Ce que je ne savais pas, c'est qu'il fallait que la photo soit récente. Je l'ai envoyée à la Mère de l'ashram en Inde. J'avais donné ma démission à l'école. Je n'ai pas demandé de

Suite à la page 4



Entretien (suite)

congé sans solde j'avais cette perception que ma vie prenait un grand virage. J'étais responsable des membres de ma famille. Le plus jeune de mes frères et sœurs n'avait que dix ans. Je les ai informés que je partais en Inde. Ma sœur, la plus jeune, a répondu : « Si tu pars, je préfère mourir. »

Puis j'ai reçu une lettre de l'ashram qui m'informait que ce n'était pas le bon moment pour moi de venir là-bas. Or je ne savais pas qu'il fallait envoyer une photo récente. Un jour, alors que je voyageais en bus à Montréal pour mes cours de yoga, j'ai entendu une conversation entre un couple assis devant moi, dans laquelle ils parlaient de Sri Aurobindo et de la Mère. L'un d'eux a dit : « Si vous voulez aller à l'Ashram de Sri Aurobindo, vous devez envoyer une photo récente ». Ah ! J'ai eu ma réponse ! Il y a des synchronicités dans la vie qui nous dépassent ! C'est fou ! Je ne savais pas cela.

Le temps a passé, mais j'étais tellement convaincue que j'irais, et que c'était juste à cause de la photo. Alors je n'ai pas réécrit. Les mois ont passé. J'ai pratiqué le yoga, ai eu une initiation à la méditation transcendantale .et aussi Je travaillais dans un restaurant appelé *Aux Petits Oiseaux* qui était né de ce goût d'incarner le yoga intégral dans un mode de vie à Montréal, et le week-end, je rentrais à la maison pour cuisiner pour la famille. À un moment donné, j'ai senti qu'il était temps de partir. J'ai donc acheté mon billet d'avion. Trois semaines avant le départ, le 21 décembre 1970, ma petite sœur m'a dit : « Maintenant, tu peux partir. » Je ne lui avais même pas dit que j'avais acheté mon billet d'avion. C'était un miracle pour moi comme si la Vie répondait à mon aspiration. Je suis arrivée à Mumbai, où j'ai passé trois jours, à la Sri Aurobindo Society, puis j'ai pris le train pour Pondichéry, où je suis arrivée à 23 heures à l'Ashram. tout est fermé à cet heure !. Personne n'était là pour me recevoir évidemment je n'avais pas réservé. Mais une femme française qui balayait la rue, devant l'ashram, était là. Lorsque je lui ai dit que je comptais résider à l'ashram pendant quatre mois, et que je cherchais une place pour coucher elle m'a répondu avec colère : « Pour qui vous prenez-vous ? Vous n'êtes pas

à l'hôtel ! Vous avez vraiment de la chance de m'avoir rencontrée, suivez-moi je vais vous emmener dans un bon endroit. » Puis elle m'a emmenée dans la maison d'hôtes où résidait la mère de Satprem. C'était une maison d'hôtes entourées de végétation luxuriante dotée d'une cuisine française cinq étoiles ! Wow la vie d'ashramite comment bien. C'était magnifique. Et c'était loin de ce que j'avais imaginé comme vie de méditant moi qui n'avait voyagé que dans les auberges de jeunesse. Mais après une semaine là-bas, le propriétaire Reg m'a dit que c'était une maison d'hôtes trop onéreuse pour moi, mais qu'il m'emmènerait dans un autre bon endroit, que j'ai adoré. Plus tard, j'ai emménagé à *Golconde*, la résidence pour les ashramites qui avait été conçue par la Mère de l'ashram et le célèbre architecte, Frank Lloyd-Wright. Là, j'ai eu la vie d'une ashramite dans un contexte idéal de sadhana où tout est pris en charge Incluant la nourriture de l'ashram...sûrement très santé mais au bout de quelques mois j'avais une répulsion quasi physique de toutes ces odeurs qui pourtant au début me séduisaient tellement...tout un travail spirituel !

Cet environnement répondait vraiment à qui je suis réellement. Je n'avais aucun intérêt pour les gurus. Ce que j'ai apprécié chez Sri Aurobindo et la Mère, c'est leur esprit de chercheurs, profondément consacrés et en même temps ils voyaient comment les ashramites voulaient en faire des dieux la Mère a dit un jour : « Vous finirez par me tuer en faisant de moi un dieu. » Ca dit tout sur sa consécration de chercheur ! Je la voyais comme une personne qui avait fait un voyage profond, et qui avait décidé de nettoyer ses propres couches d'être sachant que c'était par cette porte du corps que la lumière devait entrer Elle était dans l'humanité et dans une grande ouverture. On a qu'à se rappeler les cours de boxe qu'elle faisait donner aux filles comme aux gars habillés en short...on était en 1950 ! J'avais un profond respect pour cette femme et Sri Aurobindo. De belles âmes qui ont joint *le geste à la parole*. Des modèles de consécration et

Suite à la page 5

Entretien (suite)

de chercheurs. Des êtres humains. Ils étaient des moines sans religion, sans l'univers des dieux de vrais chercheurs.



Satchidananda : Votre premier contact avec la Mère s'est-il fait par correspondance écrite ou en personne ?

Jocelyna Dubuc : Mon premier vrai contact s'est fait en personne. J'ai demandé à lui rendre visite car lorsque nous venions en séjour prolongés nous pouvions la rencontrer en privé

Lorsque je suis allée pour ma première visite avec la Mère dans ces appartements, j'étais fébrile, excitée en y allant. En arrivant, j'ai vu ses accompagnateurs qui nous guidaient vers sa chambre. Tout était dans une atmosphère très « feutrée, douce et lumineuse ». La guide m'a introduite à la Mère, disant d'où je venais et mon objectif en venant la voir puis Il y a eu une petite méditation où Mère m'a pris les mains et m'a regardé avec profondeur dans les yeux avec ce sourire (Ah...hmmm) Oui. Un moment magique. Elle était remplie d'Amour et d'une grande

humanité. »

Satchidananda : Je comprends que vous l'avez rencontrée neuf fois. Que s'est-il passé lors de ces rencontres ? Comme les récits de telles rencontres sont très rares, je pense que nos lecteurs seront intéressés.

Jocelyna Dubuc : Après ma première rencontre quelques temps plus tard j'ai demandé une autre rencontre...je me demandais est-ce que je devrais rester à l'ashram ou retourner au Québec car j'avais aussi ce feeling très diffus mais réel de vouloir partager ces connaissances qui m'habitaient (l'enseignante en moi n'était pas loin) Et Elle m'a dit que ma place était de retourner au Québec.

A une autre reprise je crois que c'était pour son anniversaire, je lui ai offert une boîte de sirop d'érable du Québec. C'était comme si je lui donnais ce qu'on fait de mieux au Québec. Et avec ces yeux rieurs elle a pris la boîte et tout à coup j'ai senti la fragilité de son corps. J'avais le goût de dire : cette boîte est trop lourde pour vous !

Satchidananda : J'ai fait la même chose quand j'ai rencontré Sai Baba la première fois !

Jocelyna Dubuc : C'était en février, son anniversaire, je crois. Quelques semaines plus tard, alors que j'entrais dans la cour de l'ashram, qui est le Samadhi (là où est le corps de Sri Aurobindo) j'ai vu un sannyasin sortir par l'une des portes, tenant la boîte de sirop d'érable que j'avais offerte à Mère, maintenant vide, et jouant avec. Je lui ai dit : « Ah, comment se fait-il que vous ayez cela ? » Il m'a regardé et en riant me l'a donnée. C'était comme si la Mère me la redonnait, Il y avait un symbole, une petite connexion dans cet acte que je trouvais intrigant. Un cadeau que j'acceptais.

Je l'ai également rencontrée en « darshan » le jour de mon anniversaire. Elle ne recevait pas

Suite à la page 6



Entretien (suite)

beaucoup de personnes à ce moment-là, car elle était fragile (93 ans) et il lui était trop difficile de voir beaucoup de personnes. Ma date de naissance est le 9 mai 1947. Le jour de notre anniversaire les disciples de l'Ashram pouvaient demander de la rencontrer...la Mère disait que le jour de l'anniversaire de notre naissance est le moment où l'on est le plus ouvert psychiquement. J'ai vécu cela comme un magnifique privilège et un vrai cadeau de pouvoir être avec elle le jour de mon anniversaire.

J'aurais pu rendre visite à d'autres maîtres pendant cette période, par exemple Krishnamurti était à Madras, mais je sentais que Krishnamurti était la meilleure personne pour Krishnamurti ! Et qu'il fallait que je trouve « mon » chemin. C'est le message que j'ai reçu des enseignements de Sri Aurobindo et de la Mère. Je ne pouvais qu'assumer la responsabilité de ce que j'étais, pas une copie de quelqu'un d'autre. Je pouvais m'ouvrir à leurs enseignements et leur permettre d'éveiller en moi des prises de conscience, en enlevant les couches de « pelure d'oignon », pour être qui je suis. C'est un chemin très ascétique. Très solitaire mais qui me convenait.

Satchidananda : Que se passait-il dans une journée typique à l'ashram lorsque vous y résidiez ?

Jocelyna Dubuc : Au fil du temps je me suis fait un programme pour optimiser ma sadhana. Sri Aurobindo disait que la première chose à faire est d'arriver au silence mental Et comme j'étais une néophyte et que je prenais les enseignements de Sri Aurobindo comme guide alors c'est la première chose que j'ai pris comme pratique. Mon programme était de huit heures de méditation par jour. Huit heures par périodes de deux heures, dans mon appartement à l'ashram. Quand je touchais à ces espaces de silence mental, c'était extraordinaire. Sans aucune trace de croyances. C'était une exploration du silence mental. Alors mon premier devoir était le silence mental. Comme on sait ce n'est pas facile à faire.

Je notais aussi mes rêves. Je gardais du papier

et un stylo près de moi et je les notais avec comme objectif d'être plus consciente aussi la nuit. Chaque jour, je faisais une sieste de 20 à 30 minutes, allongée sur le dos. Je développais des outils de conscience corporelle durant cette sieste. Tout devenait un objet d'étude pour amener plus de conscience en moi. La Mère insistait aussi sur l'importance de prendre soin de son corps par l'exercice et la bonne alimentation. Comme on sait ce yoga est « intégral » et l'on prend tout de l'humain

Et c'était entrecoupé de travail physique comme m'occuper des fleurs au Samadhi, un endroit de méditation près des appartements de Mère ou encore enseigner le français à des enfants tibétains car il y avait une petite lamaserie à l'Ashram où des enfants tibétains orphelins étaient pris en charge par des lamas/ moines.

On m'avait introduit à un médecin naturopathe, sachant mon intérêt pour l'alimentation saine et les cures. Et c'est ainsi que j'ai eu le privilège lors de mon premier séjour de rencontrer ce médecin qui m'initia à différentes pratiques neuropathiques. Il m'initia aux travaux de l'allemand Sébastien Kneipp en naturopathie par hydrothérapie, par le pouvoir du froid et du chaud en alternance, par la thérapie des douches froides et chaudes. En fait comment travailler avec les forces de la Nature. Au fil du temps, cette notion a beaucoup grandi en moi. Je découvrais toute la force des grandes médecines du monde incluant l'Ayurveda et la médecine chinoise. C'est tout un univers qui s'ouvrait à moi, qui m'émerveillait... des semences de « santé intégrale » se déposaient en moi qui donneront naissance ultérieurement au Spa Eastman

Comment travailler dans cette aventure de la conscience, en commençant par ce que l'on est, avec le corps physique que nous avons ? Alors, petit à petit, mon chemin s'est révélé en moi. oui je méditais, faisais de l'exercice, du bénévolat et j'utilisais l'écriture pour conscientiser ce que je vivais. Mon premier voyage a duré 4 mois Mais il était clair que je reviendrais après ces quatre premiers mois à l'ashram et à Auroville.

Suite à la page 7

Entretien (suite)

Satchidananda : **Qu'avez-vous particulièrement apprécié lorsque vous viviez là-bas ?**

Jocelyna Dubuc : L'atmosphère très libre pour concevoir son propre chemin à partir des prises de consciences et de ses aspirations. Avoir accès à des personnes qui ont des connaissances et de l'expérience dans ce type de démarche. Cette grande liberté de concevoir ma propre sadhana.

Sans jugement. La Mère a dit que « dans le futur, il y aura des outils qui nous permettront d'aller plus vite dans notre propre développement ». Actuellement, c'est en train de se réaliser. 50ans plus tard à travers toutes les approches corporelles, psychologiques, scientifiques qui foisonnent il y a un chemin de conscience qui se développe partout sur la planète. Et tout n'est pas encore connu !!! (Fin de la première partie. À suivre dans le prochain numéro du Journal.)

Le cours la Grâce de Babaji, mon offrande pour vous

par Durga Ahlund



Notre sangha du Kriya Yoga de Babaji est présente dans le monde entier. Nous sommes une communauté de personnes qui pratiquons l'art scientifique du Kriya Yoga, et cherchons, tout en vivant nos vies dans le monde, à découvrir le soi et l'évolution du mental, du cœur et de l'esprit. Le Kriya Yoga de Babaji est véritablement un yoga pour le maître de maison. Tandis que la pratique nous conduit à l'objectif de l'absorption cognitive du *samadhi*,

hi, les enseignements visent à la purification du corps, de l'esprit et des émotions. Le Kriya Yoga est un entraînement à agir en conscience. Agir dans le monde en conscience de manière constante est notre but ultime ; il n'a jamais été question de se glisser de façon permanente dans l'isolement, que ce soit seul ou avec d'autres. Les enseignements du Kriya Yoga de Babaji nous conduisent sur le chemin de la découverte de soi. Nous pratiquons un système intégral d'asanas, de pranayama, de méditation, de mantra et de bhakti, de façon à présenter le meilleur de nous-mêmes dans notre interaction avec le monde. Nous apprenons à nous présenter sous notre meilleur jour afin de relâcher notre emprise sur le « je » et le « moi ».

Bien que l'on nous enseigne des techniques qui nous conduisent à une clarté totale de l'esprit, le but est d'intégrer cette clarté, en l'amenant dans tout notre être, via le cœur. Une pratique sans le corps physique et sans le cœur peut être sèche et égoïste. Les asanas et la bhakti (dévotion) ne sont pas nécessaires pour éveiller l'esprit, mais sont indispensables si nous voulons nous défaire de l'emprise « du moi et du mon ». Les asanas dégagent les canaux d'énergie subtile et favorisent le flux de l'énergie à travers eux, tout en fortifiant le corps. La Bhakti, la culture de l'amour et de la dévotion, est nécessaire pour éliminer les malentendus et les désirs de l'esprit. La dévotion est un concept avec lequel les Occidentaux ne sont pas à l'aise. C'est une aspiration pour le vrai, le bon, le beau. Dans

Suite à la page 8



Le cours la Grâce de Babaji (suite)

le Kriya Yoga, on nous enseigne comment la développer. Cela inclut la reconnaissance et l'amour du Soi sacré à l'intérieur et à l'extérieur. Si les hauteurs de la méditation peuvent éveiller l'espace éthéré et la transcendance spirituelle, une pratique sans la dévotion dans le cœur, n'aura pas le pouvoir, le « jus », nécessaire pour illuminer l'être tout entier. La dévotion invite « celui que vous êtes vraiment » à être présent sans exigences. La dévotion au Soi, invite la *Présence* alors que nous commençons à accepter, apprécier et vivre la vie comme elle est. Progressivement, nous apprenons à être véritablement présents avec les autres et dans la vie.

Le cours de la Grâce de Babaji a été développé pour nous soutenir lorsque nous sommes mis au défi par notre pratique et les circonstances de la vie. C'est un cours d'auto-apprentissage. Il a été conçu pour être un ami qui nous sonde et nous encourage, lorsque nous sommes coincés dans des blocages du désir, du mécontentement et de l'orgueil qui semblent immuables. Il tente d'amener à notre conscience tant nos faiblesses que nos forces. Il a été développé pour nous soutenir lorsque nous découvrons ce que nous ne sommes pas et ce que nous sommes.

Les enseignements de ce cours vous aideront à comprendre l'appel de la grâce et son rôle dans votre vie. Ils vous aideront à comprendre comment vous y adapter, la recevoir et la canaliser. La grâce est une force de la nature, comme les éléments, la terre, l'eau, le feu, l'air et l'espace et, tout comme les éléments, elle est toujours présente, que nous le reconnaissons ou non. La grâce est accessible à tous ceux qui y aspirent. Il suffit de l'appeler.

Alors d'où viennent ces enseignements ?

L'un des premiers grands projets de l'Ordre des Acharyas du Kriya Yoga de Babaji a été le projet de recherche des Siddhas du Yoga du Tamil Nadu, en Inde, de 2000 à 2010. Son objectif était de trouver, préserver, transcrire et traduire tous les écrits sur le yoga des Siddhas du yoga tamouls. Il a été donné par Babaji à Yogi Ramaiah dans les années 1960, puis poursuivi par Satchidananda, qui a défini une série de recherches. Celles-ci ont été financées par l'Ordre des Acharyas. Les recherches ont été me-

nées par six chercheurs chevronnés et une équipe pluridisciplinaire dirigée par le Dr Ganapathy, Ph. D. Six publications majeures ont été produites. Vous pouvez en prendre connaissance sur notre site internet : [CENTRE DE RECHERCHE DES SIDDHAS DU YOGA \(babajiskriyayoga.net\)](http://CENTRE DE RECHERCHE DES SIDDHAS DU YOGA (babajiskriyayoga.net)).

Le projet a été extrêmement compliqué et a nécessité un travail intense. Les écrits des Siddhas du yoga tamouls ont été écrits sur des manuscrits en feuilles de palmier, il y a des centaines d'années, et se trouvaient dans plusieurs bibliothèques du gouvernement du Tamil Nadu ou d'universités. Notre équipe a d'abord dû commencer par numériser ces écrits. Des spécialistes les ont ensuite transcrits en tamoul moderne. Puis certains ont été sélectionnés pour être traduits. Ensuite, une autre équipe d'universitaires a traduit ces écrits en anglais et rédigé des commentaires expliquant et même interprétant leur signification souvent cachée en collaboration avec des pratiquants avancés du yoga. Notre travail consistait à rendre disponibles et accessibles ces enseignements précieux aux pratiquants d'aujourd'hui. Cette recherche a donné lieu à six publications poétiques magnifiques sur la philosophie du Yoga Siddhantha, le Yoga, le Tantra et la poésie.

Ce sont des enseignements hautement mystiques issus de l'expérience directe du Siddha, qui n'avait pas pour vocation à être diffusés largement. Les enseignements ont été écrits d'une manière ésotérique et symbolique, afin que seuls ceux qui pouvaient découvrir le véritable sens des mots puissent y avoir accès. Les Siddhas ont souvent écrit en « langage crépusculaire », un langage paradoxal qui nécessitait la méditation et la contemplation pour absorber et comprendre ce qui est partagé.

Les enseignements dans les leçons du cours de la Grâce ont été développés à partir des réflexions sur les écrits des Siddhas et d'autres traductions qui sous-tendent les enseignements du Kriya Yoga. Les leçons du cours s'inspirent particulièrement des enseignements des Saints du Saiva Siddhanta, du Shivaïsme du Cachemire et des traditions du Védanta. Ils reflètent les réalisations des Siddhas de l'Inde du Sud, de Sri Aurobindo et de la Mère, les traditions de l'Advaita de Sri Ramana Mahars-

Suite à la page 9

Le cours la Grâce de Babaji (suite)

hi, du Siddha tamoul du 19e siècle Swami Ramalinga, mais aussi de Jésus et de Bouddha. Ce que j'ai trouvé intéressant, c'est à quel point tous les enseignements mystiques sont similaires. Toutes ces traditions reflètent les mêmes vérités, juste parfois dans des termes différents. Ils exigent tous que nous nous éveillions et soyons fidèles à ce qui est vrai et que nous rejetions ce qui est faux. Tous les enseignements de ces Siddhas, Saints et Sages, nous offrent une formule pour obtenir une plus grande confiance en soi, une meilleure acceptation et un équilibre dans la vie.

Comprendre et aborder le Karma

Ce sont des enseignements spirituels profonds qui nécessitent une étude intense. Les leçons inspirées d'enseignements anciens et de pratiques des mystiques sur la manière de traverser notre karma et enrichir notre vie sur terre, au fur et à mesure que nous découvrons qui nous sommes véritablement. Ce n'est pas uniquement un cours sur l'étude du yoga, mais plutôt une immersion dans son essence. C'est un cours d'auto-apprentissage avec des exercices pratiques à appliquer dans la vie quotidienne. Cela nécessite une participation active et pas seulement une curiosité intellectuelle.

Les mystiques indiens nous sensibilisent à l'importance du karma : ils nous invitent à accepter le karma propulsif (*prarabhda karma*), soit le résidu des actes accomplis dans des vies antérieures qui se manifeste dans la vie présente ; ils nous enseignent comment aborder et répondre au *karma kriyamana* ou *agamy*, qui provient du résultat des actions accomplies dans cette vie et qui mûrira dans le cours normal des événements ; et ils expriment la possibilité d'achever ou de brûler le *karma sanchita* (la somme totale de tous les karmas positifs ou négatifs dans notre sac karmique) par des pratiques spirituelles. Ils nous parlent de l'importance de la pratique spirituelle. Ils nous disent comment parvenir à une perception directe de l'esprit pour puiser dans la véritable intelligence et acquérir une conscience, pas uniquement en méditation, mais dans la vie ordinaire. Ils nous avertissent de ne pas nous fier à nos pensées vagabondes et nos émotions erratiques et nous instruisent sur le

pouvoir potentiel du regret, de la sincérité et de la confusion, lorsque la prise de conscience commence à nous aider à contrôler l'esprit des pensées vagabondes, du bavardage, des opinions et des émotions affligées.

Lorsque l'éveil se produit, le cœur doit s'ouvrir

Les Siddhas, les sages et les saints soulignent que la conscience ne peut être une pratique sporadique. Elle doit être continue, vaste et englobante. Les enseignements nous apprennent comment atteindre et maintenir la conscience. Ils invoquent et nous apprennent ce qui est nécessaire pour progresser spirituellement et nous invitent à utiliser nos fruits spirituels, non pas pour notre bénéfice personnel, mais pour soutenir notre famille, nos amis, ceux qui croisent simplement notre chemin, et même le monde en général.

Leurs instructions nous aident à développer le calme et la stabilité de l'esprit et du cœur, et prendre conscience de l'importance de la bonté détachée, de la bonne volonté et de la gentillesse envers les autres. On nous apprend ce qu'est la vraie dévotion : *l'amour du Soi sacré en soi et à l'extérieur*. La dévotion nous aide à voir que ce monde des apparences est tellement plus. Elle nous initie au monde du Soi. C'est un chemin de vérité et de simplicité. Un esprit dévotionnel, un cœur dévotionnel est un cadeau magnifique pour chacun et pour tous. Même si elle ne convient pas à tout le monde, la dévotion peut être bénéfique à tout le monde, quelle que soit la tradition choisie, ou non choisie.

La plupart des chercheurs sincères ont besoin d'encouragements s'ils veulent s'investir dans leur pratique et développer l'objectivité d'une véritable étude personnelle. Le yoga, la méditation sur le grand *mahavakyas* (contemplations sur la nature de la Réalité) vous conduiront à l'étude de la nature de l'esprit. Mais l'étude de l'esprit est une voie de purification et de perfection de l'esprit et des émotions, et est intrinsèquement pleine d'obstacles. La découverte de soi est difficile. Elle nécessite une observation objective et la capacité à résister à l'instinct naturel de défendre ses faiblesses

Suite à la page 10



Le cours la Grâce de Babaji (suite)

et ses souffrances. L'auto-apprentissage vous demande non seulement de voir, mais aussi d'éliminer ce que vous n'êtes pas. Il n'est pas facile de se confronter à ce que l'on pense être, de voir ses défaillances et de vouloir changer. Structure et discipline, détachement, discernement et dévotion sont nécessaires. Nous devons élargir notre perspective et intégrer la vérité de nous-mêmes dans notre vie. Vous serez aidé par la grâce certainement, mais aussi par l'association avec ceux qui vous précèdent sur le chemin. L'expérience directe permet de comprendre que ce n'est qu'en éliminant ce que vous n'êtes pas, que vous connaîtrez la joie pure. L'éveil se produit lorsque vous descendez du niveau du cou (autoprotection) pour vous aventurer dans le cœur.

Détruire vos conditionnements

Les Siddhas nous disent que le but de la naissance est de trouver la plénitude dans la vie. Ils nous enseignent à non seulement chercher l'élévation des pratiques spirituelles, mais aussi à les utiliser pour déloger ce qui résiste au plus profond de nous. En atteignant des états de conscience plus élevés, nous devons inviter et permettre à ce qui résiste à la transformation de s'élever dans notre conscience. La liberté ultime ne vient pas des états de conscience supérieurs du samadhi, mais avec la prise de conscience et l'élimination qui en découlent des limitations de l'identification de l'ego avec l'égoïsme, l'aversion, les inhibitions, la dépression, l'attachement et la peur. Les chercheurs se satisfont souvent de leurs expériences du samadhi, et de ce fait restent bloqués là. Plutôt que d'essayer de transformer la nature négative en eux, ils préfèrent expliquer et excuser ou blâmer les autres. Ainsi, les éléments sombres, tout comme la lumière, continuent à chercher à se manifester et à surgir encore et encore dans leur vie. La grâce et la bonne camaraderie peuvent mettre en lumière ce qui doit l'être et même nous aider, alors laissez faire.

L'attraction de l'inertie et la distraction

Le progrès sera toujours entravé par les habitudes d'inertie et de distraction. L'effort constant est

nécessaire pour discipliner le corps et bien plus encore l'esprit et les émotions. L'esprit humain est généralement très instable et souvent fatigué. Abandonné à lui-même, il perdra tout intérêt pour la discipline et la rigueur nécessaires à la pratique du yoga. L'enthousiasme pour la transformation s'évanouira dès que quelque chose venant du monde extérieur captivera davantage l'esprit. En général, l'esprit blâmera les techniques ou l'enseignant, plutôt que de se regarder en face ou de rester stable et de continuer la pratique.

La constance dans les pratiques

Le cours de la Grâce est simplement un moyen de soutenir les étudiants de notre communauté du Kriya Yoga afin qu'ils soient constants dans leur pratique et qu'ils se consacrent à la découverte du Soi. Bien que nous ayons une merveilleuse pratique du Kriya Yoga en cinq volets à notre disposition, avec grâce et sincérité, ces leçons mensuelles peuvent devenir un guide d'étude de soi efficace. Vous pourrez noter vos progrès. Le progrès se manifeste par un sentiment croissant de calme vis-à-vis de la déception et du succès ; lorsque le jugement est remplacé par une acceptation grandissante, une paix intérieure et une forme de tranquillité avec ce qui est ; et lorsque vous constatez que vous êtes en harmonie et aligné avec le corps, l'esprit et la vie. Le progrès est tangible lorsque vous vous occupez naturellement avec amour de votre soi le plus élevé et de celui des autres.

C'est un petit aperçu des leçons du cours de la Grâce. Les leçons sont faites pour vous accompagner sur votre chemin pendant un certain temps. Elles sont destinées à provoquer et à encourager, à vous aider à distinguer la fausseté et intégrer la vérité dans votre personnalité. Car vous vous rendrez compte que lorsque vous sondez vos habitudes et vos instincts, vos faiblesses sont souvent amplifiées. Un moment de confusion conduit à un autre, puis une autre pensée confuse continuera la tendance. Ce n'est que par une prise de conscience et une volonté persistante de faire un effort que vous dissoudrez et transformerez lentement le conditionnement négatif.

Suite à la page 11

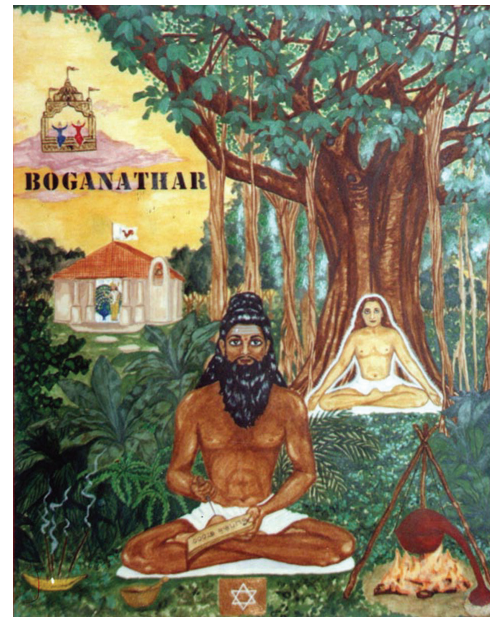
Le cours la Grâce de Babaji (suite)

J'aimerais vous offrir la première leçon en cadeau. Envoyez-moi un mail pour me faire part de votre demande. Puis prenez au moins un mois pour l'étudier et pratiquez ce qui vous est offert. Si vous souhaitez continuer, faites-moi part de vos questions, vos doutes et vos observations. J'y répondrai et vous enverrai la leçon du mois suivant. Si ces deux leçons vous aident, peut-être que vous souhaitez vous inscrire à ce cours. durga@babajiskriyayoga.net

Première année - 12 leçons : La grâce ; Les relations ; Le pouvoir de la pensée ; Les émotions ; Les subtilités du prana ; Un cours sur la méditation ; La conscience : c'est tout ce que l'on possède ; Méthodes concrètes – résultats tangibles ; Yama – les lois morales du yoga ; Transcender le conditionnement au moyen de la discrimination ; Tapas : intensifier sa pratique ; Kriya yoga : une lignée de guru de yoga

Deuxième année - 12 leçons : La communauté universelle et la place qu'on y occupe ; S'abandonner complètement ; Kriya Yoga – La sadhana de la conscience dans l'action ; Se connecter à son âme ;

Les difficultés sur le chemin ; Karma : Partie 1 « La cause » ; Karma : Partie 2 « La cause » ; La sadhana de la concentration ; La découverte de soi : un jeu de « cache-cache » ; Vaincre la peur pour être libre ; La mort, la peur et le moment présent ; AUM – Personnel ou impersonnel ?



Rien de spécial

par M. G. Satchidananda

Le chemin spirituel commence lorsque vous êtes prêt à ne rien être de spécial et ne rien vivre de spécial.

En étant spéciaux, nous oublions notre unicité. Toute expérience, aussi spéciale soit-elle, se termine et nous détourne de la joie du Soi.

Voici quelques versets issus des écrits de trois des Siddhas qui vous aideront à purifier le besoin de particularité de l'ego, et le besoin de distraction du corps vital.

Il est le saint qui demeure dans tous les cœurs purs ;
Le Seigneur, dont la bonté envahit l'univers ;
Celui qui a chassé Yama, le roi des quartiers sud ;
C'est de Lui dont je vais maintenant parler.
– Tirumandiram 2

Commentaires : Yama, le Roi de la mort, est le roi de la direction sud indiquant les plans inférieurs où la plupart des âmes vont en mourant. Dieu réside dans tous les cœurs. Seules les âmes pures sont conscientes de cela. Les autres restent dans un état d'ignorance en raison des trois tâches (malas) de l'égoïsme, l'action en conscience et l'illusion (*anava*, *karma* et *maya*).

Lui, la genèse du champ de maya, est expérimenté dans la perception intérieure.

Il connaît nos pensées ; l'ignorant ne sait pas cela.
« Il ne m'aime pas », disent-ils ;
Il est proche et aimant avec ceux qui s'abandonnent.

– Tirumandiram 22

Suite à la page 12



Rien de spécial (suite)

Commentaires : « Lui » se réfère à l'Être Absolu, la Conscience et la Félicité (Sat Chit Ananda). Ce Seigneur transcendantal est suprêmement accessible. Cette expérience se produit à l'intérieur de son propre soi. Lorsque l'âme renonce à l'attachement au corps et à la poursuite de biens matériels et se tourne vers l'intérieur, cherchant à se connaître, le processus de l'éveil a commencé. La première réalisation concerne le jeu cosmique du Seigneur vu dans la quintuple activité ou pouvoirs de création, de subsistance, de dissolution, de dissimulation et de grâce. Le monde, le corps et son instrument sont « le champ de maya », ou l'illusion de la séparation avec le Seigneur. Par la grâce, l'âme cherche et acquiert la sagesse en expérimentant le plaisir et la souffrance des conséquences karmiques. Avec l'expérience, elle mûrit et la grâce coule avec une intensité croissante alors qu'elle redouble d'effort pour s'unir à l'Unique.

Cherchez un refuge dans la détresse, dans la résurgence de sa sainteté le Seigneur ;
Plus rayonnant que l'éclat de l'or pur ;
Louez-Le sans prétention ni obstination.
Il ne vous ignorera pas, mais se laissera vivre en vous.
– Tirumandiram 40

Commentaires : dans la détresse ou la souffrance, l'esprit oublie souvent Dieu, blâmant les autres et s'engageant dans des actes qui ne feront qu'apporter davantage de réactions karmiques. Cela est causé par l'ego, la fausse identification, l'ignorance de sa véritable identité. Les mots prétention et obstination sont importants, ils représentent les manifestations de l'égoïsme. Tirumular nous conseille de trouver refuge dans le Seigneur. Cela signifie se tourner en soi, se concentrer sur la lumière intérieure de la conscience et le son Aum, le pranava.

Dans l'espace pur se trouvent les sereins.
Dans l'espace pur, habite le serein.
Au-delà des Vedas s'étend la conscience du serein.
Le serein fait l'expérience du suprême, indifférent aux Vedas.
– Tirumandiram 128

Commentaires : l'espace pur est l'espace où l'Être Suprême, Siva, demeure. C'est l'espace de la pureté, le plus subtil, l'essence de Siva. Il ne doit pas être confondu avec l'akasha, le ciel, un des cinq éléments. Les Vedas, le mot de Dieu, définissent et décrivent l'Être Suprême et encourage l'aspirant à le comprendre. Mais la réalisation de Dieu est le niveau de l'intuition directe et de la transformation intérieure. La conscience de « l'être serein » à ce niveau est au-delà des Vedas. Tout en connaissant les Vedas, ils les respectent mais les ayant dépassés, ils n'en ont plus besoin.

Demandez et soyez clair, lorsque vous êtes clairs, restez fermes.
Ne remuez pas les eaux troubles de la crue.
Abandonnez la frénésie de la possession et écartez-vous.
Lorsque le temps sera venu, vous serez heureux.
– Tirumandiram 172

Commentaires : c'est une forte exhortation pour nous tous de Tirumular. L'homme a besoin de possessions pour satisfaire aux besoins de la vie, mais une soif sans limites pour la richesse matérielle dégrade la spiritualité de l'homme, créant la confusion. Ceux qui savent discerner le réel de l'irréel affronteront la mort dans la peur.

L'enfance, la jeunesse et le vieil âge,
Tout le monde se soucie de cet inévitable passage.
Mais avec une grande ardeur, je cherche et je demeure
Dans Sa sainteté qui pénètre et transcende les nombreux mondes.
– Tirumandiram 181

Commentaires : chacun connaît les changements physiques qui se produisent avec l'âge, mais quand Tirumular a observé leur signification, il s'est tourné vers le Seigneur (être, conscience, félicité) et a cherché à demeurer dans cette conscience.

Pour quelle raison l'homme et la femme s'unis-

Suite à la page 13

Rien de spécial (suite)

sont ?

Les êtres éveillés l'ont écrit ;

Pour que vous sachiez que le jus de canne dans
votre main

Est, en vérité, le neem avec son âpreté.

– Tirumandiram 207

Commentaires : ici, le saint fait référence au but de l'illusion de bonheur qui provient du plaisir sexuel. Il permet à l'homme et la femme de s'unir et de mener une vie vertueuse, de s'acquitter de leurs obligations karmiques, d'améliorer leur vie et d'accroître la conscience de soi. Une famille aimante sert de véhicule sain pour parcourir le voyage de la vie dans le monde, en augmentant la sagesse.

Voyez comment les hommes chassent l'or pour
remplir le puits de pierre !

Mais ils ne savent pas que cela est impossible à
faire.

Lorsque la sagesse qui remplit ce puits se fait jour
Le puits se remplit même si les impuretés s'en
vont.

– Tirumandiram 211

Commentaires : Tirumular parle de manière satirique des personnes qui cherchent l'or pour remplir le puits de leurs désirs, dans l'espoir vain de satisfaire la faim du corps physique. Les riches cherchent la diversion dans les plaisirs sensoriels, alors que d'autres désirs attirent leur attention. La poursuite de plaisirs transitoires s'arrête uniquement lorsque l'ignorance cesse et que la sagesse et la conscience intérieure de son propre soi se développent. La purification nécessite le détachement des manifestations de l'ego, qui comprend l'avidité, la luxure, la colère et la peur.

Ce qui est plus mauvais que le karma est notre
attachement permanent

À la famille et aux proches ; avant que la vie s'en
aille,

Changez et allumez la flamme de la Sagesse !

Le puits qui revient, vous apprendrez à le rem-
plir !

– Tirumandiram 212

Commentaires : Tirumular suggère que l'attachement émotionnel aux êtres aimés est plus dangereux et préjudiciable que les autres karmas. *Prarabda-karma* est ce dont nous faisons l'expérience dans notre vie présente comme conséquences des actions de vies passées. Même si nous en faisons l'expérience, nous réalisons des actions en attendant un certain résultat et les conséquences de ces actions s'accumulent en tant qu'*agamyakarma*, qui sont les résultats des actions effectuées dans cette vie et qui arriveront à maturité dans le cours normal des événements, et *sanchita karma* (la somme totale des karmas positifs et négatifs dans notre sac karmique transportés perpétuellement). L'entrée répétée de l'âme dans le corps lui permet de remplir ses obligations karmiques et d'apprendre sur la Réalité. Ce faisant, des relations se forment et lorsqu'elles impliquent des attachements, la souffrance survient. Mais à la lumière de la sagesse, l'attachement est remplacé par l'amour inconditionnel.

Lorsque vous recueillez le silence, allez plus profondément en lui.

Le silence devient l'immense totalité.

En allant plus profondément dans le silence, creusez en lui,

Le silence sans faille apparaît de lui-même.

Allez plus loin dans le silence méditatif

Le chemin de la connaissance-réalisation est vu.

Les étapes qui forment l'entrée dans le silence

Commencent avec le silence lorsque les lèvres
sont fermées.

– Kongavar. *Cutta Jnana* 16, verset 10.

Commentaires : ce Trantra, qui est essentiellement basé sur la méditation et la récitation d'un mantra semence, appelle au silence du mental afin d'aider la kundalini à s'élever à l'état de samadhi.

Écoutez ! N'erre pas sans but, préoccupé :
« Quand vais-je rejoindre l'Unique ? Pour combien
de temps ? »

Prenez de la nourriture et de l'eau sans faute une

Suite à la page 14



Rien de spécial (suite)

fois par jour, régulièrement.

Soufflez sur le souffle en perçant le cloisonnement !

Regardez attentivement, concentrez, méditez.

Vous ne cherchez rien d'autre que mula-siddhi

Où Shiva et Sakti fusionnent en un seul.

– Cattamuni: Paripruanam 12, verset 6

Commentaires : l'impatience est le plus grand ennemi pour le pratiquant du Siddha-Yoga. Le yoga n'est possible qu'à la condition d'entretenir le corps par une alimentation appropriée. Évitez de vagabonder intérieurement et extérieurement. *Mula siddhi* est la vision de Siva et Sakti, (conscience et nature dans toutes ses formes) comme étant l'Unique. C'est le résultat de la sublimation de la *kundalini*, le pouvoir de la conscience, s'élevant du centre racine jusqu'à la couronne de la tête. En di-

rigeant le souffle consciemment, avec concentration et attention, à travers les *nadis ida* et *pingala*, régulièrement, les deux énergies opposées s'équilibrent ou se magnétisent et se rencontrent au niveau des chakras. L'attraction crée une spirale, un croisement d'énergie. Les deux canaux se neutralisent en un seul canal, *sushumna nadi*, tirant magnétiquement la kundalini vers le haut, perçant chaque chakra.

Références :

The Tirumandiram, volume 1, Babaji's Kriya Yoga and Publications

The Yoga of the 18 Siddhas: An Anthology, Babaji's Kriya Yoga and Publications

<https://www.babajiskriyayoga.net/english/books-tore.htm>

Ordre des Acharyas : rapport annuel et projets 2023

AIDEZ-NOUS À AMENER LE KRIYA YOGA DE
BABAJI À DES PERSONNES COMME VOUS
DANS LE MONDE ENTIER

C'est un bon moment pour faire un don à « **l'Ordre des Acharyas du Kriya Yoga de Babaji** », afin de nous donner la possibilité d'amener le Kriya Yoga de Babaji à des personnes qui, autrement, ne pourraient pas le recevoir.

Depuis septembre 2021, l'Ordre des Acharyas a permis :

- D'organiser plus de 90 séminaires d'initiation pour plus de 700 participants vivant dans 13 pays, dont le Brésil, l'Inde, le Japon, l'Estonie, l'Espagne, l'Allemagne, la France, l'Italie, l'Australie, la Suisse, la Belgique, les États-Unis et le Canada.
- De parrainer et aider à organiser des satsangs hebdomadaires en ligne via Zoom en Inde, en Amérique du Nord, au Brésil, en Allemagne, au Sri Lanka, en Italie et en France, ainsi que des réunions quotidiennes de sadhana via Zoom en Inde.
- De maintenir un ashram et un bureau d'édition

à Bangalore, en Inde. Ce bureau a publié et distribué la plupart de nos livres et cassettes dans toute l'Inde.

- De maintenir un ashram à Badrinath en Inde. Financer la construction d'un nouvel ashram à Colombo au Sri Lanka.
- De garder le personnel de nos deux ashrams en Inde ainsi que notre webmestre, avec leurs salaires complets, pendant la pandémie.
- De publier les livres *Babaji et la tradition du Kriya Yoga et des 18 Siddhas* et *La Voix de Babaji* en Kannada ; le livre *Sur les pas de Saint Ramalingam* en français.
- La publication de la vidéo en chinois *Le Kriya Hatha Yoga de Babaji*, et d'une édition numérique du livre *Kriya Hatha Yoga*.
- De parrainer des cours publics gratuits de Kriya Hatha Yoga de Babaji, ainsi que des kirtans à l'ashram du Québec.
- De terminer la formation de 5 nouveaux acharyas : Niranjana en France, Nandi au Canada, Narada au Brésil, Chandra Devi en Italie et Mi-

Suite à la page 15

Ordre des Acharyas (suite)

tra en Australie.

En 2022-2023, l'Ordre prévoit de réaliser les projets suivants :

- Organiser des séminaires d'initiation dans la plupart des pays mentionnés ci-dessus.
- Organiser des cours publics gratuits d'asanas et de méditation deux fois par semaine dans nos ashrams au Québec, à Bangalore et au Sri Lanka.
- Financer la construction d'un nouvel ashram dans la ville de Colombo, au Sri Lanka, qui sera terminé en novembre 2022.
- Publier le livre *Babaji et les 18 Siddhas* en Malayalam et le volume 3 de la *Voix de Babaji* en Hindi.

- Compléter la formation d'un nouvel acharya en Allemagne.

L'Ordre des Acharyas, qui comprend 35 acharyas bénévoles et de nombreuses autres personnes qui nous aident gracieusement, a besoin de votre soutien pour mener à bien ces projets au cours de l'année 2022-2023. **Votre contribution est déductible d'impôts aux États-Unis et au Canada.** Adressez-nous votre don avant le 31 décembre 2022, si possible, et nous vous ferons parvenir un reçu pour votre déclaration fiscale 2022. Utilisez votre carte de crédit !

Nouvelles et notes



Séminaires d'initiation à l'ashram du Québec avec M. G. Satchidananda. Première initiation : 14-16 mai, 26-28 mai 2023. Deuxième initiation : 16-18 juin 2023. Troisième initiation : 30 juin - 9 juillet 2023 (en français).

Formation de professeur de Kriya Hatha Yoga : du 3-18 août 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>

avec Shivadas, Côte D'Or : du 17 mai au 31 mai 2023

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

Formation de professeurs de Kriya Hatha Yoga

Suite à la page 16



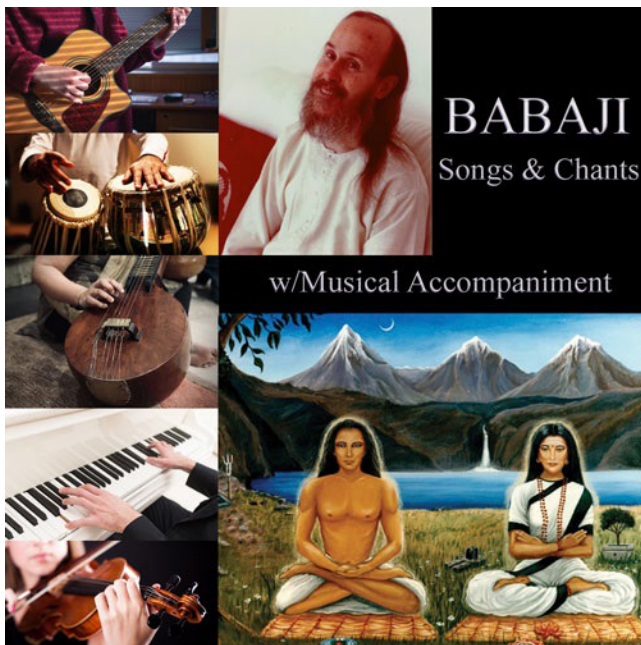
Nouvelles et notes (suite)

en Inde peuvent commander sur ce site : <https://babajiskriyayogastore.in/>

Nouvelles publications en langue chinoise :

Nous sommes heureux d'annoncer la publication des éditions en langue chinoise des livres *Kriya Yoga : réflexions sur le chemin spirituel* et *Le Kriya Hatha Yoga de Babaji : 18 postures*, ainsi que de la vidéo en streaming de 2 heures *Le Kriya Hatha Yoga de Babaji : une voie vers la réalisation de soi par la vigilance dans l'action*. Pour commander, contactez Anjani à togaoyan@hotmail.com

Nouveau ! Enregistrement MP3 « Chansons et chants de dévotion de la tradition du Kriya Yoga » avec accompagnement musical.



Ce projet musical est né du désir de quelques initiés proches de Satchidananda de mettre en musique des enregistrements a cappella de chants de Babaji qui avaient été initialement enregistrés par Satchidananda en 1993. C'est chose faite, et bien faite, avec une réédition de la voix, une harmonisation inspirée et une instrumentation raffinée de qualité exécutée avec le plus grand soin.

Pour écouter des extraits de chaque chanson ou pour télécharger en échange d'un don de n'importe

quel montant, cliquez ici : https://www.babajiskriyayoga.net/french/bookstore2.htm#devotchants_w_accompagnement_audio

Recevez nos nouvelles cartes de messages de Babaji ! Elles vous inspirent et vous rappellent Kriya Babaji et 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/pdfs/FR-Babaji-Cards-Invitation.pdf>) 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. Visionnez les enregistrements de 2020 à 2021 sur patreon.com/babajiskriyayoga.

En Europe pour les initiés : Satsang tous les premiers dimanches du mois. 13h30 GMT+1 (15h - heure d'Europe centrale ; 9h30 - heure de Montréal) : 60 à 120 minutes. Sadhana guidée en groupe tous les autres dimanches **Satsang quotidien - Kriya Yoga de Babaji Sri Lanka** : Tous les jours (du lundi au samedi) 11h30 GMT (17 h - heure normale de l'Inde). Pour plus d'informa-

Suite à la page 17

Nouvelles et notes (suite)

tions : https://kriyababaji.it/babajiskriyayoga_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=UnFVWmdSZC9PK0JoN0xPTGMxd3pSQT09>
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, satsang le dimanche : 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 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 : <https://www.babajiskriyayoga.net/french/bookstore.htm>

Consultez le blogue de Durga : www.seekingthself.com

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 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. 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 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 mars 2023, il se peut que vous ne receviez pas le prochain numéro.

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.