Jay Mâ N° 142

Automne 2021

Cui-cui…on s'aime !

'Paroles et Souvenirs de Mâ'

Rencontre avec Mâ Anandamayî

(Les Sages de l'Inde)

De nouvelles paroles de Mâ et sur Mâ…écrites en 1959 par Swami Kriyananda

Mes premières rencontres avec Mâ Anandamayî (Suite…)

Février 1959 (Suite)

A l'origine, ce récit a été publié dans Ananda Varta*, en octobre 1983*

Les textes qui suivent ont été tirés d'une très longue lettre que j'ai écrite – mais que je n'ai jamais terminée – aux moines SRF de Los Angeles, d'après les notes que j'avais prises à la fin de chacun de mes entretiens avec Mâ, ainsi que d'après les récits qui ont été faits par Mohini Chakravarty, un disciple SRF-YSS.

Jeudi 12 février 1959

Daya Ma et les autres avaient projeté de rendre visite à Mère le vendredi suivant, mais ils changèrent leur programme lorsqu'ils apprirent que la *pûjâ* de Saraswati était un évènement tout à fait particulier à l'ashram d'Agarpara.

Nous arrivâmes sur les lieux aux environs de onze heures du matin. Daya Ma était aussi anxieuse que je l'avais été à la seule idée d'intérioriser cette expérience. Elle ne voulait pas que cela devint une sorte de rencontre cérémonielle entre les dirigeants de deux organisations religieuses. C'est ainsi que nous décidâmes, à sa demande, de ne pas dévoiler son identité, ni celle des autres sœurs. Toutes trois prirent un siège légèrement à l'écart de la foule et à une certaine distance de Mère. Quant à moi, je pris place à l'arrière de l'assistance.

A un certain moment je me levai pour situer l'endroit où étaient assises les sœurs. Mon regard croisa celui de Mâ. Je me rassis et instantanément j'entrai en méditation profonde.

Nous ne pûmes pas éviter, au-delà d'une certaine limite, la curiosité du public à notre égard. En effet, lorsque la *pûjâ* prit fin, plusieurs personnes s'approchèrent de Prabhas-da (un cousin du Maître) et de Mohini Chakravarty et leur demandèrent qui nous étions. C'est ainsi que la vérité se fit jour. Daya Ma et nous tous, fûmes immédiatement invités à monter sur l'estrade et à nous asseoir aux côtés de Mère qui offrit une guirlande à Mataji et des roses à chacun de nous.

De nombreuses personnes s'avancèrent pour recevoir sa bénédiction. Une femme étala de nombreux cadeaux devant elle, mais elle ne le fit pas dans un esprit de dévotion. Mère l'ignora et se tourna vers nous. Elle exhalait un tel magnétisme qu'en peu de temps nous entrâmes en état de méditation.

Peu après elle me demanda de chanter. Bien qu'intimidé, je m'exécutai et chantai, en bengali, un chant magnifique de Ram Proshad « *Will that day come to me, Mâ, when crying, Mother! My eyes will flow with tears*? ». Je m'abandonnai bien vite à la chaude inspiration de ces paroles.

« Un chant merveilleux ! s'exclama Mère dès que j'eus terminé. Puis elle se tourna vers l'assistance et dit à notre propos : « Comme ils sont gentils ! »

Elle se leva et nous dit : « Restez assis, je vous en prie. Je reviens, je n'en ai pas pour longtemps. »

Après qu'elle nous eut quittés, j'entonnai une mélodie du Maître, en anglais : « *In the Valley of Sorrow* ». Mâ revint alors que j'avais terminé et me dit : « Je vous ai écouté. Soyez gentil, chantez la de nouveau ».

C'est ce que je fis. Puis je chantai deux autres mélodies, en bengali : « *Blue Lotus Feet* » et « *Take Me on Thy Lap, O Mother* ! »

« Vous exprimez une grande douceur lorsque vous chantez ces mélodies ! » s'exclama-t-elle.

Je répondis : « Cela me procure une grande joie de pouvoir chanter pour vous ! » Ce à quoi elle répliqua :

« La joie ne se mesure pas en termes de 'grand' ou de 'petit'. Elle est absolue. »

Une disciple entonna alors un chant en hindi. Tandis que la femme chantait, Mère posa son regard sur Daya Ma. Un regard long et profond. Puis elle s'exclama, à l'adresse de l'assistance : « Regardez ! Vous avez là un exemple du peu d'importance que peut avoir la compréhension littérale des paroles. Ces Américains n'ont pas compris un seul mot de ces chants hindis. Et pourtant, regardez ! Ils ont été bouleversés à tel point par l'esprit de ces mélodies, que leurs joues sont mouillées de larmes ! » Elle passa une guirlande à Daya Mata, et en donna une à chacun de nous. Ensuite, indiquant Daya Mata, elle dit : « Elle a parcouru un long chemin pour établir ce contact. Son état de méditation est merveilleux. »

Mais l'heure était venue pour nous de repartir. Usant d'une expression bengali pour saluer, je dis « *Tabe asi* » (littéralement : « Et je reviendrai »).

« Si vous dites 'je reviendrai' » répondit-elle, « cela implique que nous allons être séparés pendant un certain temps. Or, il ne peut y avoir de séparation entre nous.

(Traduit de l'anglais par Jean. E. LOUIS)

Photo de Mâ Anandamayî (Envoyée par Caroline Abitbol)

« Lâcher toute dépendance (Voyage en l'infini de l'instant) »
Sortie du dernier livre de Michèle Cocchi et Jacques Vigne

*(Nous avions déjà présenté ce bel ouvrage, alors en cours d'écriture, dans le N°137, et ensuite dans la rubrique '**Nouvelles**' de notre récent JAY MA N°141. Pour sa sortie, Michèle Cocchi nous a envoyé spécialement cet article) :*

Nous avons écrit Jacques et moi-même, Michèle Cocchi, quatre ouvrages à quatre mains, en belle harmonie, ce qui signe la résonance dans l'essence.
« *L'envol vers la liberté d'être* » Éditions Accarias L'Originel - Paris 2011
« *Dalla Depressione alla Rinascita. Luci del Vuoto* » MC Editrice - Milano 2013
« *Guérir l'anxiété* » Les éditions du Relié - Paris 2014
« *Lâcher toute dépendance (Voyage en l'infini de l'instant)* » Éditions Accarias L'Originel - Paris mars 2021

Cette insertion dans le « Jay Ma » prend en moi toute une signification déterminante. Le point de départ a justement été, il y a près d'un quart de siècle, au samadhi de Mâ Anandamayî à Kankhal près de Hardwar, temple où la Sainte a été inhumée après avoir quitté son enveloppe corporelle, selon les coutumes spirituelles hindoues.
La vie m'offrait alors ce merveilleux cadeau qui va donner sens à toute ma vie.
Cette rencontre a été un moment de grande intériorisation en un état de profonde sérénité lors du Darshan. J'étais en présence de Swami Vijayânanda fidèle disciple au plus proche de Sri Mâ Anandamayî, l'accompagnant dans tous ses déplacements durant de nombreuses années. Swami Vijayânanda, médecin, avait quitté son cabinet en France lors de sa rencontre avec la grande sage Mâ Anandamayî pour toujours rester à ses côtés. Il quitta son corps en 2010.

Jacques Vigne psychiatre français de formation et déjà écrivain reconnu était aussi présent auprès de Vijayânanda lors de ce Darshan : notre rencontre ne pouvait qu'être et ce fut au samadhi de Mâ !

Ce fut le point de départ de toutes nos pérégrinations : cheminements spirituels, ainsi Dehradun, lieu où Mâ a quitté son corps, mais aussi de nombreux séjours dans les ashrams où Ma avait elle- même vécu certaines périodes dans l'Himalaya, ainsi à l'ashram d'Almora, ou à Dhaulchina face au panorama du grand Himalaya qui s'étend avec les plus hauts sommets sur plus de 300 km. J'ai très souvent séjourné pendant des années dans l'ermitage de Dhaulchina dans une modeste chambrette avec juste un sommier, des seaux d'eau le strict minimum suffisant mais il y avait une toute petite fenêtre fermée par un mica face à ce fabuleux panorama himalayen. C'est là où Jacques Vigne vivait des périodes d'ermite dans une maisonnette au-dessus sur la montagne, avec une fosse intégrée, lieu de méditation du yogi. Il y avait aussi une autre maisonnette un peu plus haut sur la montagne où séjournait en permanence, aussi en solitude, Swami Nirgunananda ancien chercheur en biochimie médicale à Calcutta. Swami Nirgunananda, grand fidèle disciple de la grande sage Mâ Anandamayî avait été son dernier secrétaire privé.
Dans l'omniprésence de l'unité de ce qui est, la grande sage Mâ Anandamayî s'incarne en l'absolu.
Grâce à une maturation spirituelle et par mon parcours de près d'un demi-siècle d'exercice professionnel, en tant que psychologue psychothérapeute de formation psychanalytique spécialisée en psycho-pathologie, j'ai progressivement intégré le paradigme non-dualiste.

Mâ Anandamayî s'exprimait ainsi au sujet des personnes qui l'approchaient:
« Je sens que toutes ces personnes sont des parties intégrantes de 'ce corps', ici.
Elles en sont comme des membres. Elles ne me pèsent donc pas, pas plus que leurs soucis, leurs joies et leurs peines, leurs problèmes et leurs solutions.
Tout cela représente une part vitale de moi-même.
En moi, chacun de vous a, dans une égale mesure, la hauteur et la profondeur de l'Éternité. »
Le fil conducteur de l'ouvrage nous amène imperceptiblement à dépasser les dépendances pour tendre vers la plénitude non duelle: l'absolu.

Lâcher toute dépendance
La première partie de l'ouvrage, grâce à l'apport d'un grand nombre de synthèses significatives de cas cliniques, nous fait découvrir des vécus de mises sous dépendance qui parasitent et même perturbent la vie de chaque jour de ces personnes souvent en souffrance.
Nous verrons d'ailleurs que la plupart du temps ces phénomènes de mise sous dépendance se réactivent à notre insu par des processus psychologiques, voire psychopathologiques téléguidés par l'inconscient.
La thérapie analytique cherche à désamorcer les conflits inconscients même les plus archaïques à travers tout le vécu de la personne, aussi bien transgénérationnel, que les toutes premières expériences fusionnelles de symbioses fœtales, primitives...
Enfin tout ce qui a pu faire émerger le phénomène d'addiction.
Nous assistons au cours du suivi des séances de thérapies à l'évolution positive de ces personnes qui gèrent de mieux en mieux leur quotidien avec spontanéité.
« La qualité de la thérapie analytique libère ainsi la personne de l'emprise envahissante de ses fixations négatives, anxiogènes et culpabilisantes. Par la prise de recul, elle se désidentifie progressivement de tout ce qui a un impact négatif pour faciliter le contact avec son être naturel. » (...)

Le programme est donc simple à énoncer mais difficile à réaliser : se débarrasser du superflu, lâcher les dépendances quelles qu'elles soient, aussi bien affectives que matérielles, ou encore toute dépendance qui encombre, fait souffrir, et gêne le processus de transformation intérieure – pour être en « l'essentiel » tout en abandonnant la peur de l'inconnu pour accepter ce qui est. »
« Souvenez-vous que les joies et les peines de ce monde sont les ombres mobiles que vous-mêmes projetez »
Anandamayî Mâ

« Qui aime et qui souffre ?
Lui seul met en scène un jeu avec lui -même; qui existe pour le sauver ?
L'individu souffre car il perçoit la dualité.
C'est la dualité qui cause toute tristesse et tout chagrin.
Trouver l'Un sans second partout et en tout et il y aura une fin à la douleur et à la souffrance.»
Anandamayî Mâ.

« Une conscience éveillée ne s'épanouit que dans un corps libre, un esprit libre. »
Anandamayî Mâ

« En vérité, en CELA il n'y a pas de place pour les mots, le langage, la discrimination; et que l'on dise : « il y a » ou « il n'y a pas », n'est qu'écume de mots…
C'est la vérité. Vous comprenez ?... »
Anandamayî Mâ

« Quand vous êtes détachés du détachement, il n'y a plus ni détachement ni non détachement.
Là est ce qui est.
Anandamayî Mâ

La belle ouverture de cet ouvrage en dernière partie écrite par Michèle Cocchi à travers sa réflexion approfondie, enrichie de citations sélectives de maîtres non dualistes: sur identification et désidentification, de la conscience vers la pure Conscience, mort et renouveau, vide et plénitude, clin d'œil à l'infini, la compréhension intrinsèque ultime… l'auteure va nous amener de façon imperceptible à nous abandonner, à tout lâcher pour vivre l'instant présent au-delà de tout concept en tant que : Esprit Être infini intemporel, Conscience Universelle Cosmique Absolue, source originelle de tout ce qui est sans commencement ni fin, ce qui existe indépendamment de toute condition, ou de tout rapport avec autre chose. Tout est spirituel, bien que prenant différentes formes, qui n'ont d'existence qu'au niveau de notre mental.

Reprenons l'image bien connue de l'eau qui ne sait pas ce qu'elle est
— eau de mer ou de ruisseau : en l'absence du penser-nommer, elle 'est' tout simplement.
Il en est de même pour la « substance » de base.
Comme le disait Mâ Anandamayî : « Il joue son Jeu divin, en une infinité de manières, à travers des formes infinies et dans une variété infinie de réglages…
Le silence réel signifie que pour le mental, en fait, il n'y a nulle part ailleurs où aller. »
Dans l'ultime demeure sans lieu, rien n'est à atteindre ni rien n'apparaît, ni ne disparaît, puisqu'il n'y a rien et qu'il n'y a jamais rien eu.
C'est la connaissance de l'inconnu qui est vide. Le vide est plein de l'essentiel. Rien à faire pour réaliser cela.

En effet, tout est déjà là, a toujours été et sera de toute éternité là, en l'Être cosmique, cet infini omniprésent que je suis.
Tout lâcher ! C'est le détachement ultime. Seul le nirvâna est : Absolu.
Dissolution finale de la personne humaine consciente, en Conscience Universelle.

« Trouver tout en perdant tout, voilà ce qui est désirable. »
Anandamayî Mâ

« Vous serez comblé à la mesure de votre effacement. »
Anandamayî Mâ - *(A suivre…)*

(Ce livre vient de sortir aux Editions Accarias l'Originel. Nous en reparlerons…)

Marie Fruhinsholz a eu la grâce d'envoyer cette esquisse de poème…
Je l'en remercie en l'insérant dans ces pages qui se veulent lumineuses :
(Vendredi 28 mai 2021)

Objet : Fil lumineux ...

Chère Mahajyoti,

Tu as le chic
De nous relier
Toujours
Par un fil de lumière
Aussi tenu
Qu'un cheveu
Aussi solide
Qu'un fil du 'Soi'

Reçois toute ma gratitude
A faire partie de celles et ceux
Qui sont reliés à toi
Comme les perles
D'un long collier ....

Merci 🙏

À bientôt 👋
Marie

Bonheur où loges-tu ?

SŒUR EMMANUELLE

Je l'avais rencontrée avec mes enfants à Cassis où elle avait été invitée à l'inauguration de la halte-garderie sur la place de l'ancien lavoir derrière le port.
J'ai encore en mémoire ma dernière bichette, ma petite Miléna, âgée de quelques petites années qui lui avait tendu son bouquet de fleurs et qu'elle avait prise sur ses genoux.

Je me souviens avoir pensé que c'était une grande bénédiction pour elle et pour nous.

Voici mon expérience extraordinaire, disait Sœur Emmanuelle :

Après 22 ans passés dans les bidonvilles du Caire où la joie de vivre court de cabane en cabane, je rentre en France.

Et là, choc terrible : la morosité court de demeure en demeure, on ne se regarde pas, on ne se parle pas, on ne se connaît pas.

Pendant ce temps, la joie chante là où l'on vit sans eau, sans électricité, sans loisirs, mais dans la fraternité quotidienne.

Bonheur, où loges-tu ?

Dans l'abondance des biens ou dans la relation du cœur-à-cœur ?

Envoyé par **Isabelle Duffaud** fondatrice de

L'Association Les Nouveaux Mondes
TEL. : 06 64 41 57 79
E-MAIL : isabelleduffaud@yahoo.fr **et** lesnouveauxmondes@gmail.com

Mon aventure, ma découverte :

Troubles neurocognitifs alias „démence“

Par Pascale Lorenc

Lat. demens, de la préposition de, hors, et mens, esprit : hors de son esprit, qui a perdu l'esprit. Le terme de démence apparaît au début du XIX° siècle dans le domaine médical, mais le mot existerait depuis le XIV° siècle et serait d'origine latine avec la signification de perte de l'esprit. (1ère partie) :

Fin juin 2004, de retour de mon premier séjour en Inde (un séjour de 6 mois passé en grande partie dans l'ashram de Chandra Swami aux contreforts de l'Himalaya), j'avais alors 54 ans, je ne savais pas qu'une voix/voie allait me conduire à la découverte d'autres formes d'existence et d'être, jusqu'alors ignorées.

La voix est intérieure, la voie est extérieure…

En Inde, ce continent imprégné de sacré, où se côtoient le meilleur comme le pire, j'avais rencontré – sur un plan subtil – Mâ Anandamayî qui, pour moi comme pour tant d'autres, est une incarnation de la Mère Divine. C'est Elle qui m'a attirée, non moi qui L'ai cherchée. Point besoin d'entrer dans les détails, ceux ou celles qui ont été en contact avec Son Energie savent. Les mots ne peuvent pas rendre le Divin… à moins d'être poète inspiré, peut-être. Un petit clin d'œil en passant, sur l'air de « Quand un air vous possède, vous ne pouvez l'arrêter… » En moi cela donne « Lorsque Mâ vous possède, vous ne pouvez résister… »

A mon retour d'Inde donc, je cherchais ma voie et ne savais pas du tout ce que j'allais faire pour « gagner ma vie » dans ce monde. J'étais encore assez loin de l'âge de la retraite et devais assurer ma « subsistance ». Ma fille de 19 ans venait de « prendre son envol » et je ne devais plus subvenir à ses besoins. En 2003 j'avais perdu mon travail (pour raisons « économiques ») et il était clair pour moi que je ne voulais plus retourner travailler en entreprise. D'autre part, à mon âge j'avais peu de chance de retrouver un emploi.

Avant de partir en Inde, j'avais suivi une formation de thérapeute ayurvédique qui avait d'ailleurs provoqué ma décision de me rendre en Inde (mon but alors : rencontrer un ou des médecins ayurvédiques pour approfondir mes connaissances et acquérir une certaine pratique), cependant je ne me sentais pas en mesure d'offrir mes services dans ce domaine (c'est une médecine complexe et la formation n'avait été qu'une entrée en matière).

Je songeais donc à m'installer à mon compte dans le domaine dans lequel j'avais toujours travaillé : « office management » ou l'export pour de petites structures (en tant que trilingue). Cependant, assez vite, j'ai senti que ce n'était plus ma destinée, cela ne me correspondait plus du tout.

Une voix intérieure m'insufflait sans cesse : « les personnes âgées sont les laissés pour compte de notre société » et je ne savais pas quoi en faire. Je n'avais aucune expérience de la gériatrie… J'étais remplie de doutes et ne savais pas du tout comment m'orienter, ni vers où me diriger.

La vie aide souvent ceux qui sont sincères et cherchent sérieusement à manifester ce qui les habite. En tout cas, c'est ce qu'il s'est passé pour moi, par la voix de ma petite sœur qui m'a encouragée lors d'un échange téléphonique (elle est malheureusement décédée depuis). Peu à peu, une direction s'est dessinée et j'ai tout mis en œuvre pour m'installer « à mon compte » en tant que « Dame de compagnie pour personnes âgées ».

Je vis à Munich, capitale de la Bavière très catholique. C'est important à noter, car dans l'esprit des catholiques (pas seulement d'ailleurs) ce type d'activité se doit d'être « bénévole » et non une source de revenus pour particuliers. Ce qui signifie que toutes les structures officielles (que ce soit Caritas, Diakonie, les centres pour personnes âgées ou autres) qui seraient en position de nous introduire dans les familles, nous ferment les portes. Ou l'on fait partie du « système » ou l'on fait du bénévolat (c'est aussi une partie du « système »).

Lors d'un séminaire organisé par la Chambre de Commerce et d'Industrie de Munich auquel je m'étais inscrite : « Les femmes s'installent à leur compte », j'ai rencontré une jeune femme qui était une professionnelle dans le domaine des soins aux personnes âgées et qui, contre toute attente, m'a vivement encouragée à réaliser ce qui allait se révéler être ma « vocation ». Elle m'a donné quelques recommandations et parlé d'une formation qu'offrait la ville de Munich en collaboration avec le centre de formation protestant : « Seniorenbegleitung » (accompagnement des personnes âgées). Cette formation s'adresse aux personnes qui souhaitent s'engager bénévolement dans ce domaine. Je m'étais dit qu'elle me permettrait d'acquérir des connaissances théoriques de ce vers quoi je souhaitais me diriger et de me positionner plus « professionnellement ».

Je m'y suis donc inscrite. J'ai eu la chance d'être prise (il y avait plusieurs dizaines de candidats, 20 seulement étaient sélectionnés). C'était une excellente formation qui durait plusieurs mois – avec une courte partie « pratique » - durant laquelle j'ai beaucoup appris.

A partir de septembre 2005 j'entrais officiellement en activité. J'avoue que j'avais quelque peu « idéalisé » ce métier et n'avais pas imaginé une seconde que, peu de temps après, ayant obtenu les premiers contrats, j'allais être confrontée de « plein fouet » à ce que dans le langage courant on appelle – hélas, encore - « la démence ».

Quelle découverte ! Accompagner une personne atteinte de « troubles neurocognitifs » (nouveau terme scientifique, moins stigmatisant que « maladie d'Alzheimer » ou « démence »), rien de tel pour détruire le mental. Je suis donc entrée en « sacerdoce » sans aucune connaissance préalable, sans y être du tout préparée. Je peux dire que ce qui m'a

alors vraiment aidée est l'enseignement de mon maître Arnaud Desjardins… c'est en écrivant ceci que je m'en aperçois concrètement. J'avais reçu de bonnes bases en côtoyant régulièrement son ashram, en lisant ses livres et ceux de Daniel Roumanoff sur Swami Prajnanpad.

Me voici donc face à un phénomène qui, jusque-là, m'était totalement étranger (aujourd'hui je réalise que ma grand-mère maternelle était aussi concernée en fin de vie, je n'avais pas 20 ans alors et ne savais rien du tout).

Mon premier cas « intensif » m'a été proposé en mars 2006. Ce fut chez un monsieur de 79 ans, ancien membre du comité directeur d'une grande banque allemande, que j'ai accompagné 24h sur 24 (je vivais donc chez lui). Il vivait seul, divorcé de son épouse, et son fils qui n'habitait pas Munich, avait la charge de tuteur.

Il avait été très cultivé (entre autres un grand admirateur de Napoléon… et de Wagner – cela donne une idée de la psychologie de l'homme – clin d'œil), il parlait un très bel allemand, ce qui est rare de nos jours et ce à quoi je ne suis pas insensible, dénotant une certaine finesse d'esprit. La forme principale de son trouble neurocognitif était une grande agitation, il déambulait sans cesse à petits pas dans l'appartement, ne pouvant pas rester assis plus de quelques minutes à un endroit. Il n'était plus en mesure de tenir une conversation ou un raisonnement… même s'il percevait encore beaucoup de choses. Un jour j'avais amené un CD avec le Requiem de Mozart (auparavant il écoutait essentiellement Wagner, chaque année il avait assisté au festival de Bayreuth), je voulais tester sa réaction lorsqu'il l'entendrait. Alors que le Requiem résonne dans le salon, il passe à petits pas rapides devant moi qui me tenais à côté du lecteur de CD et je dis : « Monsieur B…, c'est le Requiem de Mozart », il s'arrête, son attention se fixe brièvement sur la musique et du tac au tac, avec son langage et son ton très soignés, répond : « Oui, une musique féminine ». J'ai souri, pleine d'empathie pour cet homme, c'est ainsi qu'il percevait la musique de Mozart… celle de Wagner, pour lui, était masculine et virile.

Bien sûr, cela n'a pas été facile au départ, il m'a fallu intégrer la situation et j'ai dû prendre sur moi pour ne pas détaler au bout de quelques jours. Mais dès le début, spontanément, je me comportais avec lui comme avec une personne dite « normale », bien sûr en tenant compte de son état.

C'est, je dirai, la « condition sine qua non » pour bien accompagner une personne souffrant de troubles neurocognitifs car, même si elle n'est plus capable de gérer son quotidien ni de tenir une conversation, elle perçoit tout avec une grande acuité.

J'aurais beaucoup à dire sur mon expérience avec le Dr. B… mais je ne veux pas entrer dans trop de détails sur mes expériences. Lorsque l'on pénètre dans l'intimité d'un être, il s'y passe forcément des choses « fortes ».

Ici je souhaite citer Colette Roumanoff (son mari, Daniel - auteur des œuvres sur Swami Prajnanpad et, comme Arnaud Desjardins, « apprenti-disciple » – a été atteint de troubles neurocognitifs lui-même). Dans son avant-propos, du livre qu'elle a intitulé : « Le bonheur plus fort que l'oubli » elle écrit : « … *Si le patient est heureux et en confiance, son aidant aura une vie facile et agréable.*

Le malade d'Alzheimer ne perd pas toute conscience de ce qui l'entoure : il ne reconnaît peut-être pas sa maison, mais il sent par moments qu'il est chez lui. Et il n'est dupe de rien. L'impatience ou le désespoir de la personne qui l'accompagne, il les ressent comme des attaques qui peuvent le rendre agressif. »

Je ne peux que corroborer ce que Colette Roumanoff affirme car, tout comme moi, elle parle par expérience personnelle. Lorsqu'une grande partie du système cognitif est mise en veilleuse que reste-t-il de l'être ? Le ressenti, autrement dit tout son monde émotionnel se révèle, il n'y a plus de barrières, ni de possibilité de contourner le ressenti, ça sort « direct » … et prend des formes différentes, en fonction de la personnalité de la personne « atteinte ». Il n'y a pas UNE forme particulière et générale, il y a autant de formes que de personnes atteintes de troubles neurocognitifs puisque chacune est différente.

Et ce que j'ai pu constater au fur et à mesure de ma progression dans l'accompagnement de personnes atteintes, ce qui fait la « personnalité » ne disparaît JAMAIS, au contraire, elle se révèle dans toute « sa splendeur », sans filtre, si je peux le formuler ainsi.

Il est dit qu'au début du processus, les personnes s'en rendent compte, ce qui leur fait très peur. Certaines tournent même cela en dérision, ainsi que me le racontait un monsieur que j'avais rencontré dans une structure pour personnes âgées et qui venait plusieurs fois par semaine « alimenter » son épouse qui ne pouvait plus le faire elle-même. Au début, elle ne savait plus lire l'heure sur l'horloge et me demandait en riant : « Quelle heure est-il ? Je ne sais plus lire l'heure. Ça y est, j'ai la maladie d'Alzheimer… Elle le claironnait partout, à tous ceux et celles qui voulaient bien l'entendre… Bien sûr, cela a un aspect tragique, mais c'est ainsi. J'ai aussi entendu et lu, qu'au début, plus une personne est intellectuelle, cultivée, mieux elle parvient à masquer les premiers symptômes. Souvent, l'entourage ne s'en aperçoit pas ou pas vraiment, et surtout, il ne prend pas les signes au sérieux. (*A suivre…)*

(Cette très émouvante photo de Pascale LORENC tenant son petit-fils Noé dans ses bras, n'a rien à voir avec son texte ci-dessus, mais on y sent la chaleur humaine qu'elle sait offrir en son cœur…)

Suite au contenu du texte de Pascale Lorenc

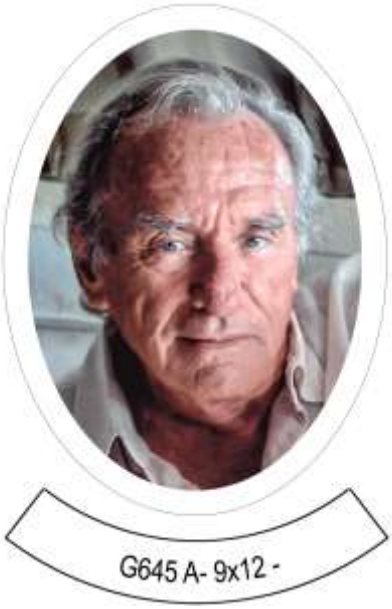
Extraits du récit

'Jean et Geneviève…une autre vie !'

Par Geneviève (Mahâjyoti)

J'ai effectivement écrit un émouvant récit pour que la famille de mon compagnon, JEAN (dont nous avons déjà annoncé le décès dans de précédents JAY MA) sache ce qu'il a enduré…

Faisant suite à ce beau témoignage de Pascale Lorenc, Jacques Vigne m'a conseillé de vous exposer une partie (une infime partie…) de ce que j'ai écrit durant les souffrances du même ordre que Jean a endurées avant son 'envol' libérateur…de cette autre pathologie qu'est 'La Maladie à Corps de Lewy', témoignage qui pourra peut-être aider à la mieux comprendre. En voici quelques très courts extraits :



Maquette du Médaillon choisi pour le souvenir de Jean E. LOUIS

Le calvaire commence…

Jean était une belle âme égarée… tous les morceaux du 'puzzle' étaient là, mais soudain, ceux-ci ne semblaient plus être mis dans le bon sens…
Après une vie vécue de façon extrêmement brillante et raffinée d'acteur/auteur, grand sportif, des troubles se manifestèrent peu à peu et furent le début d'une longue succession de maux à surmonter !
L'ancien médecin traitant de Jean, puis son successeur, restaient apparemment assez peu inquiets des aspects mentaux qui commençaient à se manifester en lui par des trous de mémoire, des angoisses noires qui montaient, des manques d'équilibre…J'essayais de leur expliquer, sans que Jean ne s'en aperçoive afin de le préserver dans sa dignité!

On alla faire des 'bilans de mémoire' dans des centres spécialisés, puis voir un des 'grands' parmi les grands neurologues…

Comment allais-je pouvoir attirer son attention sur les 'manques' que je voyais pointer et que j'observais quotidiennement, sans que personne ne m'écoute jamais ni ne s'en aperçoive, tellement Jean savait donner le change et cacher certains 'disfonctionnements' par des façons de s'imposer, de plaisanter, de 'chiper' quelque chose au passage et de cacher par son intelligence encore vive, ses malaises naissants… Moi je 'voyais'…et les choses que m'avaient dites au pendule mon vieux Maître, quelques trente ans auparavant me revenaient soudain…Ses mots d'alors prenaient tout à coup un sens redoutable…'Et s'il avait eu raison de me prévenir ?!' Ce vieux Maître était mort en me disant : « Si vous ne me croyez pas, alors j'aurai failli à ma mission… »

Et qu'est-ce que c'était que ces 'visions' qu'avait eu Jean ?

Si j'essayais de le raisonner en lui disant qu'elles n'existaient pas, il se fâchait et devenait même agressif parfois…Il valait mieux aller dans son sens…

Il avait eu une charmante orthophoniste à domicile. 'Exercices idiots' disait-il, qu'il réussissait assez bien, ou alors pas du tout, cela dépendait de son humeur.

50 séances chez une autre orthophoniste, une belle femme qui voulait lui en imposer…furent une catastrophe, c'est tout juste si ce n'est pas 'lui' qui voulait lui faire la leçon…ça tournait au vinaigre.

Entre temps les examens allaient bon train pour les 'suivis' respectifs…et respectés…

Et cependant, que de talents créateurs !!! Des dessins à l'ordinateur, des tableaux, des traductions difficiles de l'hindouisme et du bouddhisme, que de beaux textes de son cru… qui laissaient libre cours à son imagination débordante d'esprit, de bons mots, même 'inventés' parfois…qui reflétaient bien son âme tourmentée et sa recherche intérieure… Que d'esprit d'inventive frisant parfois un certain délire !... Ses questionnements d'ordre métaphysique, existentiel, le faisaient souffrir car il n'y trouvait pas de réponses satisfaisantes à ses yeux…sans parler des problèmes des différents aspects de chaque religion…'faites par l'homme' disait-il toujours…donc faussées par les rapports avec l'argent, le pouvoir, la domination, pour ne pas dire l'extermination et la misère des peuples !

Que de belles discussions tous les deux aussi, en train de déguster de bons petits plats de son invention ! Car c'était un fin cuisinier !

Il aimait aussi, non pas que je lui tienne tête, mais que nous puissions échanger librement…

Pourquoi tout cela a-t-il donc basculé ?

Je l'accompagnais toujours partout, chez tous les médecins, à tous les examens, dans tous les labos, les hôpitaux, jours et nuits…Jean me voulait à ses côtés, pour le cajoler, le rassurer et lui prendre tous les RDV, pour lui faire tous les papiers, tous les comptes rendus aux médecins…sinon, il était PERDU !

Il savait encore bien se diriger vers son petit bar où il retrouvait ses vieux copains, qu'il faisait 'enrager' et qui déjà, vaguement, se doutaient de quelque chose, car Jean oubliait souvent des papiers importants, ou voulait payer son café deux ou trois fois…

Commencèrent alors les pertes, les vols et les oublis…Perte de sa carte vitale, de son permis de conduire, vol de son portable, de sa carte bancaire…Tout cela à faire refaire en courant partout et en faisant la queue !

Notre belle entente tranquille, nos joyeux moments de partage, commençaient à être attristés par ses troubles de plus en plus fréquents…par ses visions de gens qui n'existaient pas…par ses sautes d'humeur impressionnantes ! C'est alors que j'ai commencé à 'écrire' mes impressions à son nouveau neurologue, très bienveillant et doux, émule du premier et qui avait pris, je l'avais remarqué, mon 'Grand Loup' en sympathie

Mes lettres à ce médecin ont aidé la situation à se débloquer, et j'avais entendu une longue émission médicale à la radio sur 'La maladie à Corps de Lewy', intermédiaire en quelque sorte entre l'Alzheimer et le Parkinson. Avec la particularité de ces visions ou hallucinations et du fait d'être enclin à tomber…Etait-ce cela ?

Une merveilleuse souffrance…

Hélas, les évènements se succédèrent, ce qui l'obligea à être hospitalisé. Les plus durs moments à vivre furent ceux qui suivirent et surtout les 'au revoir' où il est cruel de devoir 'filer en douce', seule solution pour éviter la douleur des appels, l'incompréhension qu'on s'en aille…avec l'arrivée du 'covid' et du confinement par là-dessus !
Une psychologue m'avait expliqué gentiment qu'il fallait tenir compte du fait qu'il n'avait plus le 'filtre de la société', qu'il me fallait dissocier les faits, savoir partir sournoisement pour ne pas créer chez lui de l'agressivité, de l'anxiété ou du désespoir, et accepter de faire 'au coup par coup', mais toujours lui répondre quelque chose de plausible, avec tendresse et ne jamais laisser ses questions en suspens…
C'est terrible à dire mais c'est presque mieux quand ils ne s'en rendent plus compte, c'est une autre douleur mais au moins, eux, sont préservés…Ce genre de maladies est parmi les plus terribles et éprouvantes pour 'l'entourage' des patients… Des patients qui ne sont plus tout à fait les êtres chers qu'on a aimés…Et on rentre absolument désarmé, vidé !

Quelle est la juste attitude à avoir ? La tolérance, la bienveillance, la compréhension et la patience…en deux mots : l'Amour !

When a Goddess dies

(Quand une déesse meurt…)

Le culte de Mâ Anandamayî après sa mort

(Faisant suite à notre annonce dans la rubrique 'Nouvelles' du dernier N° 141 du JAY MA, nous commençons ici à parler du très beau livre d'Orianne AYMARD, publié aux Etats Unis par 'Oxford University Press' en 2014) :

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL - LE CULTE POSTMORTEM DES SAINTS DANS LA TRADITION HINDOUE: EXPÉRIENCES RELIGIEUSES ET INSTITUTIONNALISATION DU CULTE DE MA ANANDAMAYI (1896-1982)

THÈSE PRÉSENTÉE COMME EXIGENCE PARTIELLE DU DOCTORAT EN SCIENCES DES RELIGIONS PAR ORIANNE AYMARD - OCTOBRE 2008.

*Extrait de son livre '**WHEN A GODDESS DIES'** (Quand une déesse meurt) une **thèse** d'Orianne AYMARD sur également : 'Les reliques et le féminin'… 'Les femmes gourous' et le rapport avec leurs correspondants masculins en Inde à l'époque de Mâ Anandamayî.*
*L'auteure Orianne AYMARD a été interviewée à Genève, le lundi 1er Mars 2021 pour l'émission sur '**Les Femmes multi-potentielles'** par Sandrine LARIVE qui en est l'initiatrice. Une thèse particulièrement riche et fournie dont nous donnons un extrait dans ce numéro.*

Le saint « mis à l'honneur» dans cette étude étant une femme, Mâ Anandamayî, il paraît nécessaire de s'attarder sur la relation existant entre les reliques et le féminin. Nous verrons donc dans un premier temps la raison pour laquelle le culte des reliques, déjà rare dans l'hindouisme, est encore plus absent pour les femmes saintes. Pour tenter de comprendre ce phénomène, nous nous baserons notamment sur les écrits d'Anderson sur la femme hindoue, mais aussi sur ceux de Clémentin-Ojha et de Pechilis. Le deuxième volet de cette étude, nommé «Configuration féminine des reliques» se focalisera sur la disposition des reliques des saintes par rapport à celles des hommes. En se rapportant à nos observations aux différents lieux de culte en Inde, dont la tombe de Mâ, et en nous appuyant sur les études de Coburn, Gupta, Hawley et Kinsley, nous tenterons d'établir la signification de la disposition des reliques chez les femmes saintes.

2.1.3.1 **Reliques et femmes saintes**

Si Mâ Anandamayî possède une tombe, elle constitue, cependant, une exception dans l'univers hindou de la sainteté. Il est, en effet, extrêmement frappant d'observer aujourd'hui la rareté des tombes de femmes saintes en Inde, comparativement aux tombes d'hommes saints. Cette inégalité est d'autant plus surprenante que la participation des femmes au culte est souvent bien plus importante que celle des hommes. Il est donc intéressant de s'interroger ici sur l'origine de cette disproportion.

Il est, tout d'abord, difficile pour la femme hindoue de suivre une voie spirituelle, et donc d'être reconnue en tant que sainte, la femme devant être traditionnellement mariée et dépendre de son mari d'après les lois de *Manu* et l'idéal du *Pativrata*, c'est à-dire l'idéal de la femme parfaite. La tradition hindoue considère, en effet, que le renoncement au monde n'est pas destiné aux femmes. La démarche ascétique, symbolisée traditionnellement par la nudité du corps, chose prohibée pour les femmes par les normes sociétales, constitue ainsi une démarche masculine dans l'hindouisme et les femmes qui renoncent au monde sont considérées, jusqu'à un certain point, comme des femmes dangereuses car non liées à un homme. Les *sannyasins* ne disent-ils pas, à ce propos, que la femme est la porte de l'enfer (*narak ka dvara*) ? Ainsi, donc, cette absence de tombes de femmes saintes en Inde s'expliquerait, en premier lieu, par la difficulté de la femme à suivre le chemin du renoncement, le chemin de la sainteté.

Cette inégalité présente au niveau des sépultures entre femmes saintes et hommes saints proviendrait également de la non-reconnaissance par la société du rôle de gourou chez la femme renonçante, qui est perçue avant tout comme un *sudra*, la dernière des castes hindoues, et qui se voit donc interdire l'accès aux écritures sacrées. Si certaines femmes, dans le passé, furent perçues comme de véritables saintes, leur rôle de maître spirituel, d'agent sotériologique, ne fut, en effet, jamais réellement reconnu. C'est le cas de la sainte Mirabai, ou la sainte Andal qui continuent, malgré l'absence d'une tombe, à être vénérées respectivement au Rajasthan et dans le sud de l'Inde (Villiputtur). Car, si ces femmes représentèrent bien des modèles de dévotion, leur capacité à enseigner et à transmettre ne fut, cependant, jamais réellement reconnue. Il était ainsi peu fréquent pour la femme hindoue de jouer le rôle de gourou, et donc d'être vénérée en tant que tel, que ce soit de son vivant ou après sa mort, car d'après les *Dharmasastra*, le rôle du gourou est principalement destiné aux hommes. La situation de la femme gourou relevait donc de la marginalité et était loin d'être reconnue par l'hindouisme traditionnel. L'absence d'une forme féminine au mot gourou révèle d'ailleurs cet état de fait. Dans les milieux orthodoxes, on allait même jusqu'à penser, il y a encore peu de temps, qu'une femme ne peut se réaliser et ne peut donc guider un individu sur le chemin de la libération. Dans le livre de Bhaiji, le très proche disciple de Mâ, il est par exemple fait mention d'un épisode, où le beau-frère de Bhaiji affirme à ce dernier qu'une femme, comme

Mâ Anandamayî, ne peut conduire un être à la réalisation spirituelle. Swami Vijayananda, dans une de nos conversations informelles, a également évoqué le discours d'un brahmine à Bénarès qui lui avait suggéré de s'adresser à un gourou mâle plutôt qu'à Mâ Anandamayî, sous prétexte qu'une femme ne peut jouer le rôle de gourou. Ainsi, cette non-reconnaissance du statut de gourou chez les renonçantes, reflétée d'ailleurs par la quasi-absence de sectes fondées par ces dernières, est étroitement liée à la rareté de sépultures chez ces femmes aujourd'hui. Mâ Anandamayî constitue, dans ce contexte, une des rares exceptions. Bien que ne s'étant jamais affirmée comme gourou, cette dernière n'en joua pas moins le rôle auprès de ses disciples qui virent en elle un être capable de les guider sur le chemin de la réalisation et pourvu d'une grande capacité d'enseignement, chose, par ailleurs, surprenante si l'on considère sa faible éducation et son quasi-illettrisme. Le fait, d'autre part, que Mâ Anandamayî soit à l'origine de la fondation d'un mouvement religieux et de l'établissement de près d'une trentaine d'ashrams à travers l'Inde, chose jamais réalisée jusqu'alors par une femme en Inde, n'est sans doute pas pour rien dans la construction d'un *samadhi* en son honneur.
Bien qu'il soit extrêmement rare, de nos jours, de rencontrer des saintes vénérées sur le site de leurs propres tombes, il semble, cependant, probable, avec l'acceptation grandissante du rôle de gourou chez la femme hindoue, d'observer, dans un avenir proche, un culte du tombeau largement plus signifiant chez les femmes saintes en Inde. Mâ aurait donc, d'une certaine manière, ouvert la porte à l'affirmation d'un leadership religieux féminin au sein d'une société marquée essentiellement par des valeurs patriarcales. *(A suivre…)*

*(**Carole Dalmas**, qui reçoit très souvent Jacques Vigne à travers son **Association 'Terre du Yoga'** en Suisse, à Vevey, pour des stages et retraites, nous offre cette agréable interprétation du 'Pranayama et de l'odorat') :*

Pranayama & odorat

La **respiration** est un des points importants de la pratique du yoga. Il n'est cependant pas souvent fait de rapprochement entre respiration et

Ce qui permet de récupérer certaines **anosmies** *(dysfonctionnement de l'odorat)*. L'odorat reste un sujet de recherche difficile. Toute odeur est

odorat, pourtant inséparables. Le nez est réputé pour capter, transformer, polariser *prâna*, l'énergie, tout autant que les odeurs. Bien que moins développé que chez les animaux, le nez humain est apte à déterminer bon nombre d'odeurs. La zone nasale de détermination des odeurs est l'**épithélium** de la région olfactive. Cetépithélium n'a pas une place particulièrement avantageuse. C'est la raison pour laquelle, le reniflement est nécessaire pour amener plus d'air vers cette zone. Cet épithélium contient des millions de cellules, appelées aussi cils olfactifs, qui augmentent la surface de réception.

Les cellules olfactives ont la particularité d'être les seules cellules nerveuses **à se renouveler tout au long de l'âge adulte.**

composée de centaines de substances chimiques.

Pour le yogi, nez et **odorat** sont en correspondance

avec ***mûlâdhâra chakra***. L'entrée du nez en forme triangulaire est en rapport avec les cinq éléments. Plusieurs ***kriyas*** sont proposés pour une pratique plus affinée des prânâyâmas. Lavage, raclage avec une sonde, qui demandent une initiation.

Quelques exercices de **prânâyâma** proposent des prises de conscience de la zone olfactive, la respiration devient alors très subtile. Cette zone est réputée pour « capter » et ***polariser prâna***.

Carole Dalmas - terreduyoga@gmail.com – 6 Av. de Corsier – 1800 Vevey Tel: 0041 21 566 16 55 ou 0041 76 25 23 480 – Site: www.terreduyoga.com

Kinésiologie

(Un concept intéressant qui a été développé par l'Association CEPPI de Nice le 01-06-21) :

En effet, depuis leur développement in utero, les cellules des êtres humains gardent précieusement en mémoire toutes les informations reçues, événements vécus ou émotions ressenties, telle une merveilleuse « bibliothèque d'informations ». De manière consciente ou inconsciente, certains événements ou émotions ont été plus marquants que d'autres et ont des conséquences à un moment

donné de notre vie : certains ont été plus ou moins traumatisants et à l'origine de chocs émotionnels, tandis que d'autres ont été joyeux ou tout simplement oubliés.

Ainsi, le travail en kinésiologie se fait en globalité, afin d'optimiser l'intégration des nouvelles informations transmises à notre corps pour accéder à l'immensité des possibles qui est à notre disposition et pour être libre. Libre de ses propres choix, libre de s'exprimer et libre en totalité.

U R G E N C E
ALERTE PANDEMIE A BENARES, EN INDE

ILS N'ONT D'AUTRES RECOURS QUE VOUS ET NOUS !
FAITES LE SAVOIR A VOS PROCHES

TOUS LES MEMBRES ET AMIS DE
ACT & HEIP, DEVA EUROPE et HUMANITAIRE HIMALAYA
se regroupent…

Avec 20€, nous pouvons, ensemble, sauver de la famine
une famille de 5 personnes pendant un mois.
Les dons reçus par Act & Help
bénéficient d'une réduction fiscale de 75%
jusqu'à 1 000€ de dons, plafond 2021 :
les 3/4 vous sont rendus…
Donner 100€, un don qui peut ne vous coûter que 25 € !

Pour bénéficier de cet avantage fiscal et payer par carte de crédit
(Cliquer sur le lien vert)
ALERTE PANDEMIE A BENARES, INDE

Un reçu fiscal est émis simultanément.

Sont également possibles :
Les dons reçus par chèques libellés au nom d'Act & Help, adressés
à Act & Help, 30 rue Miollis 75015 Paris,
ou à Deva Europe, 101 av. de Versailles 75016 Paris

et les dons reçus par virements bancaires sur le CREDIT MUTUEL,
compte Act & Help,
FR76 1027 8060 1000 0202 9640 153. BIC : CMCIFR2A.

Dans ces deux derniers cas, un reçu fiscal 2021 vous est adressé
avant la fin de l'année.

Pour les envois de chèques et les virements bancaires, veuillez adresser à
actandhelp@gmail.com,
. un mail indiquant votre nom et votre adresse postale.

MERCI POUR VOTRE PRESENCE,

VOTRE GENEROSITE ET VOTRE CONFIANCE !

Avec vous, nous suivons la situation en Inde qui est de plus en plus alarmante. Les chiffres annoncés, nombre de malades, nombre de morts, au quotidien, ces chiffres officiels, nous dit le Directeur de nos projets à Bénarès, sont très en deçà de la réalité. A Bénarès, on manque de tout, de lits, d'oxygène, d'ambulances, de médecins… frappés eux aussi par le virus. Nous ne pouvons pas intervenir au plan médical, la note dépasse de beaucoup nos budgets, mais…

…nous pouvons permettre aux plus pauvres d'entre les pauvres de survivre en leur apportant de la nourriture - riz, lentilles, farine, pommes de terre, oignons, sel, de l'huile et des épices… - assez de quoi vivre de 15 jours en 15 jours. Un *kit* permettant à une famille de 5 personnes de survivre pendant 2 semaines coûte environ 10 €uros.

ACT & HELP, HUMANITAIRE HIMALAYA et DEVA EUROPE, ensemble,

ont décidé de protéger et de sauver de la famine 250 familles parmi les plus démunies, des oubliées de tous.

Notre objectif immédiat est de les nourrir, mais nous devons tenir 4 mois au moins, la vie en Inde n'ayant aucune chance de revenir à la normale avant octobre prochain. D'aucuns nous trouvent optimistes !

Une chose est certaine, aujourd'hui,

nous ne pouvons pas tenir un mois de plus sans vous…

Prendre en charge la nourriture d'une famille de 5 personnes sur 4 mois,

c'est un budget de moins de 100€, un don qui peut ne vous coûter que 25 € !

Sur cette base, dans la mesure de vos moyens, vous pouvez décider de multiplier

le nombre de familles que vous souhaitez aider

ACT & HELP, DEVA EUROPE ET HUMANITAIRE HIMALAYA

SE PARTAGENT VOS DONS

POUR PLUS D'EFFICACITE SUR LE TERRAIN

Nouvelles récentes de l'Inde meurtrie par la pandémie

Envoyées par Marie-France MARTIN

De qui nous avions publié plusieurs articles sur sa vie en Inde et sur l'Ashram de Ma Sharanam dans d'anciens N° du JAY MA

« Bonjour Mahâjyoti : En repensant à votre mail, et à votre suggestion de mettre certains de mes écrits dans le 'JAY MA', j'ai pensé à vous envoyer un texte que j'ai écrit récemment, après avoir appris le ***départ de Pushpa Khanna****, une disciple de Ma dont j'ai été très proche pendant quelques années. Je l'ai fait parvenir aux personnes qui l'ont rencontrée, car dans la vie de Pushpa, c'est encore Ma qui se révèle... »* (Nous publierons ce texte prochainement, ainsi que des '*Paroles de Mâ'* inédites que Marie-France traduit principalement du hindi, mais aussi du bengali et du sanskrit).

Quelques nouvelles de l'Inde:

Baba Ashok Kulkarni, un disciple proche de Mâ, que j'ai bien connu également, et qui prenait souvent les *satsangs* pour occidentaux pendant les *samiam septah* **à Bhimpura**, a lui aussi quitté son corps il y a quelques jours. Grand disciple de Mâ, et maître de la Sri Vidya, il vivait à Poona, mais était souvent à l'Ashram de Bhimpura.

A l'Ashram de **Ma Sharanam,** dont vous avez publié des nouvelles au début de son existence, l'école est fermée depuis mars 2020, à l'exception des classes 9 et 10 (35 enfants environ), qui ont rouvert quelques mois l'an dernier. Toutes les écoles du Madhya Pradesh, sauf celles pour enfants des classes supérieures qui sont équipées d'Internet et peuvent donc télé-travailler, sont fermées. A l'ashram, il n'y a actuellement qu'une dizaine de personnes, dont certains grands parmi les plus doués. Mais d'autres, devant la fermeture des écoles, ont pris un emploi salarié. Au plus fort de la 2e vague de l'épidémie, une trentaine de personnes d'Indore se sont réfugiées à l'ashram, la situation à Indore étant catastrophique.

Le nombre de morts du coronavirus en Inde serait entre 3 et 4.6 millions de personnes. Actuellement, il y a nettement moins de cas, mon" petit fils", médecin ayurvédique dans un hôpital au Bihar, dit n'en avoir aucun actuellement. La région d'Indore a été particulièrement touchée, on me dit qu'il y a un mort dans chaque famille. Le Bihar est moins touché. La mousson, qui a été en retard et assez faible, est bien là maintenant, et l'humidité va probablement amener une recrudescence des cas. *JAY MA de Marie-France*

SITA

SITA la petite 'compagne' de note amie Jocelyne HOCHET a été victime de vétérinaires peu scrupuleux qui l'ont massacrée. Elle comprenait les choses comme si elle avait été une vieille âme…Comme Jocelyne n'a pas pu récupérer son corps, elle a demandé à Mâ que sa photo puisse être honorée et glissée dans des eaux sacrées, avec une petite fleur et une bougie !

C'est ça aussi l'amour…

Grande Nuit de la Méditation dans le cadre de l'AHIMSA
Sur le thème du BONHEUR

Sur Facebook et YouTube, sous l'égide de l'ARRCC
(Association Réunionnaise des Relations et Créations Culturelles).

Samedi 2 Octobre 2021, à partir de 18h, heure de Paris, à l'occasion du jour Anniversaire de la Naissance du Mahatma GANDHI, à partir de 18h (heure de la Métropole) et toute la nuit jusqu'au matin, se déroulera, comme l'année dernière, la 'Grande Nuit de la Méditation'. En connexion avec Jacques Vigne et avec des participants de l'Inde, du Liban, de l'Afrique, de l'Ile Maurice, de La France métropolitaine, de l'Allemagne, de la Roumanie et de l'île de La Réunion.

Voici les invités d'honneur :

Pour l'Inde : 'Jetsunma' TENZIN PALMO Vénérable Nonne Bouddhiste.

ARSP: Antar Rashtriya Shayog Parisha Indian Council for International Cooperation.

Pour le Liban : Lwiis SALIBA

Pour l'Afrique : Swami Carudesna (Côte d'Ivoire)

Pour l'île Maurice : Art of Living

Raja Yoga

Pour La France métropolitaine : l'UNESCO
Dr Jacques VIGNE
Pour l'Allemagne : Lama Bouddhiste Jungne.
Pour l'île de La Réunion : Idriss BANIAN, Soufi, Président du groupe interreligieux.
Pour la Roumanie : Adriana ARDELEAN

Rappelons que pour la 'Grande Nuit de la Méditation' de l'année dernière 2020, la petite-fille même du Mahatma Gandhi avait fait partie des invités d'honneur, sur Zoom, depuis Delhi.

Voir le programme détaillé, **VERS MI-SEPTEMBRE 2021**, sur : www.jacquesvigne.com et sur son nouveau site: www.jacquesvigne.org (ajusté aux horaires de la Métropole et de La Réunion).

Pour assister à cet événement à la date prévue, le samedi 2 octobre à partir de 18h ; que vous ayez Facebook OU PAS, saisissez le lien : https://www.facebook.com/ahimsareunion/

Organisatrice : Régine ARMOUDOM – Prof de Yoga – Email : raj108@live.fr

Pour plus d'informations, merci de contacter :
-Régine ARMOUDOM au 0692 17 73 48, ou
-Sabine PAULIC au 0692 66 36 34 ; email : arrccreunion@gmail.com

Nouvelles

- Jacques VIGNE a repris son programme de '**Tournée et Voyages 2019-20-21'** en Europe et en '**présentiel'**. Entre temps, il a animé beaucoup de **visio-conférences Zoom, dont vous avez eu tous les détails sur ses deux sites** (le site 'historique' www.jacquesvigne.com et le nouveau site www.jacquesvigne.org). Ses méditations guidées sur ZOOM, la présentation de ses livres par son éditeur Libanais Lwiis SALIBA, ses contacts en direct de l'Inde avec Pushparaj PANDEY à Kankhal où se trouve le samadhi de Mâ Anandamayî et où vécut longtemps Swami Vijayânanda, les interviewes de Tenzin PALMO en direct de l'Himalaya, ont été suivis par des centaines de participants et continueront au fil du temps. Nous travaillons également au dit programme Zoom concernant la période actuelle et ses suites. Voici quelques indications pour s'y inscrire :

Visio-Conférences ZOOM de Jacques Vigne
Ou lien direct : https://us02web.zoom.us/j/3050782130
ID de réunion : 305 078 2130
-
La participation par visio-conférence ZOOM est ouverte à tous sans inscription préalable

La participation financière est de 10€ minimum ou plus par atelier.
Nous faisons confiance aux participants pour cotiser directement sur le lien du nouveau site de Jacques Vigne : https://www.jacquesvigne.org/donations (L'ancien site reste en fonction) avant ou après chaque session en indiquant leurs nom, prénom et la date de l'événement.

-Il est possible de regrouper en un seul don la participation à plusieurs ateliers.
-Merci d'inscrire vos nom et prénom et la (les dates) de votre/vos participation.s.
-Le nouveau lien engendré automatiquement par le système de paiement en ligne, Stripe, vaut pour une facture en bonne et due forme, il n'y a donc pas à en demander une en plus.

Jacques Vigne transfère une partie de ses revenus vers l'Inde et le Népal à travers l'Association Humanitaire Himalaya : www.humanitairehimalaya.com

Voir le programme détaillé sur ses deux sites

- **Si vous souhaitez être tenus au courant en en temps réel des nouveaux programmes du Dr Jacques Vigne et recevoir de temps en temps des textes ou articles qu'il vient d'écrire, n'hésitez pas à vous inscrire automatiquement en envoyant simplement un mail à :**

jvigne.liste@gmail.com

Dans le cadre des Leçons de "Yoga et Méditation" organisées par Drs Jacques Vigne et Lwiis Saliba nous avons le plaisir de recevoir dans une 2ème interview d'une heure la fondatrice du Couvent des Moniales Bouddhistes près de Dharamsala:

TENZIN PALMO

Mercredi 9 Juin 2021 à 17:30 (heure de Paris)

Sur le Lien de Zoom:

https://us02web.zoom.us/j/3050782130

(Nombre des places disponibles: 300)

- **Une 3ème interview le 11 Août à 17h30, a eu lieu également en direct de l'Himalaya avec Tenzin Palmo, avec un 'Replay' en français le mardi 17 Août. Les textes seront sur les sites.**

- **Jacques VIGNE a accepté de faire la préface d'un nouveau livre de Geneviève KOEVOETS (Mahâjyoti) (en coordination avec Gilles ERMIA).** Il s'agit d'un **'***Récit/témoignage'* chronologique et anecdotique à travers son vécu, concernant la *belle époque du cinéma italien et international*, au fil des souvenirs de ses nombreuses 'tranches de vies' dans ses nombreux métiers artistico-culturels, ses activités sportives et sa recherche de spiritualité…Ce livre est parti d'une '*Enquête de fond'* de Gilles Ermia, menée au départ sur l'histoire du 'doublage français' qui fut fait à Rome durant les plus belles années du cinéma italien. **Le livre,** véritable 'Revival', s'intitulera '***Du Cinéma à la Spiritualité' (Tous les chemins sont passés… et passeront par Rome)***'. On y retrouvera beaucoup de personnages connus, notamment **Jean E. LOUIS** notre regretté traducteur et compagnon de Geneviève, récemment disparu qui avait fait une jolie carrière d'acteur à Rome et **à qui 'le livre sera**

dédié'…Cet **ouvrage, illustré de photos,** sera publié par Luc Vidal pour les 'Editions du Petit Véhicule', tout comme le premier livre ('spirituel' également dans les 2 sens du terme) de Geneviève '***Voyage Intérieur'*** (editions.petit.vehicule@gmail.com) à Nantes. Tel : 02 40 52 14 94

- **Françoise BADIE nous informe** : TOUT ACHAT de son LIVRE "***Encyclopédie des champs magnétiques, Aura & Chakras Médecine quantique***", dont nous avons parlé dans de précédents JAY MA - tarif 23€ plus frais de port 5€, venant de la part du JAY MA :

  SERA REVERSE SYSTÉMATIQUEMENT AUX ŒUVRES DE Jacques VIGNE

  (Lors de la commande par mail ou courrier, merci de noter : "JAY MA")

  Pour les modalités –mail : associationsoleilsoleildaquitaine@orange.fr> ou avrilbf@wanadoo.fr ou consulter tous les jours francoise.badie@wanadoo.f

- **Plusieurs livres de Florence Pittolo (Sahaj Neel)** sont enfin publiés et disponibles. Pour les deux premiers : deux thèmes différents, deux matières à résonnances créatives : « *Le Manifeste pour la Nouvelle Humanité-Ecoute Petit Homme* ». **Et D'autre part : «** *Méditer Enfants-Parents. S'épanouir dans l'apaisement et la joie d'être ensemble ».* En Bonus, cinq contes à partager ensemble.
  Comment les obtenir ? Ils sont pour l'instant à commander sur le site :

  EDILIVRE.com : https://www.edilivre.com/cart/

  Bientôt sur Amazone et la FNAC !

Florence Pittolo, Dr. en psychologie, en psychologie sociale, chercheur universitaire, chargée de formation en santé publique pour les ministères, pratique en cabinet libéral.

mob-33-0. 6 68 54 73 87 et mail : florence_pi@yahoo.fr

Sahaj Neel (Florence Pittolo)

Bientôt publiée pour son 4ème ouvrage en Novembre 2021 chez

Editions Unicité, Paris – http://www.editions-unicite.fr/

"Le livre précieux de la méditation"

Préface de Jacques Vigne

- **Jacques Vigne** : annonce deux nouveaux livres, le premier vient de sortir chez Accarias (L'Originel) : '***Lâcher toute dépendance' (Voyage en l'infini de l'instant)*** écrit avec Michèle Cocchi (dont nous publions un premier extrait dans ce numéro) et un autre '***Méditation contre les douleurs'***. Cela pourrait aussi faire des sujets de conférences.

- Continuons avec les **'LIENS'**, rappelons celui qui ouvre sur les deux '**Livres AUDIO' de Swami Vijayânanda** notre vieux Maître : '***Un Français dans l'Himalaya'*** et '***Un Chemin de Joie'***, qui furent enregistrés fin 2018 avec les voix de **Jean E. LOUIS** (voir notre 'Editorial' des N°137 et N° 140) et la voix de **Geneviève (Mahâjyoti)**. Tous deux avaient travaillé ensemble à Rome dans la postsynchronisation il y a quelques années. Voici le lien :

  https://drive.google.com/open?id=1-8TkFAMzA7Mg_9GC2oD6zMT1oaN9POjl

- SORTIE DU LIVRE**: *'Lâcher toute dépendance' (Voyage en l'Infini de l'Instant)…*** Ecrit à 4 mains par **Michèle COCCHI** et **Jacques VIGNE. Editions Accarias L'Originel.** *(Voir l'article plus haut, pages 4 à 7).*
  Du dépassement de la dépendance psychologique à la plénitude non-duelle. La qualité de la thérapie analytique libère la personne de l'emprise envahissante de ses fixations négatives, anxiogènes et culpabilisantes.
  Une belle présentation bien aérée, agréable ...C'est leur 3ème livre ensemble !
  Une invitation à faire ce parcours de vie vers la belle ouverture ...Nous en donnons un premier extrait dans ce numéro.

Attention : pour les abonnements au JAY MA, notre ami José Sanchez Gonzalez, qui est chargé de la partie administrative, a changé d'adresse postale (Voir plus bas)

Nous sommes désormais dans la nouvelle période d'abonnements pour 3 ans…de Mars 2021 à Mars 2024

Les renouvellements sont toujours possibles (Marche à suivre en général)

Le **N°116 du printemps 2015, fut un 'Numéro Spécial' dédié aux 30 années d'existence de notre brochure 'JAY MA' et à Atmananda qui en fut l'inspiratrice.** Merci aux nouveaux inscrits, et aux fidèles de rester dans la Grande Famille de Mâ !

Les personnes désireuses de s'abonner au JAY MA peuvent prendre leur abonnement 'en vol' à n'importe quel moment…Les numéros arriérés leur seront envoyés.

Merci à tous ceux qui rejoindront 'en route' l'expérience du 'JAY MA' et qui s'inscriront pour ces **trois années** à venir, auprès de José Sanchez Gonzalez pour la partie administrative. **Attention nouvelle adresse postale** : 316 chemin du Puits 84110 Saint Marcellin-lès-Vaison – nagajo3@yahoo.fr – 0634988222 et **ensuite** auprès de Geneviève (Mahâjyoti) qui en gère bénévolement l'édition, pour qu'elle puisse procéder aux envois en vous remettant sur ses nouvelles listes : koevoetsg@orange.fr. **N'oubliez pas de l'aviser afin de recevoir les JAY MA…sinon, ils ne vous parviendraient pas ! Identifiez-vous** bien auprès de José également et **n'oubliez pas de lui communiquer votre EMAIL pour qu'il puisse en aviser Geneviève afin de lui communiquer les inscrits… (Ce qui est souvent oublié !**)

La brochure reste toujours au prix de **1 Euro symbolique** par exemplaire trimestriel envoyé par email, soit 4 numéros par an. Le renouvellement ou l'inscription se feront toujours automatiquement et cette fois-ci pour 3 ans (au lieu de deux). Il faudra donc **envoyer à José**, un **chèque de 12 Euros au nom de Jacques Vigne**, pour couvrir les trois années à venir. Les numéros arriérés seront toujours envoyés par Geneviève (Mahâjyoti) à tous ceux qui s'inscriront en cours de route, à n'importe quel moment.

Cette brochure fut créée il y a **30 ans**... Elle représente un lien d'amour avec l'Inde, avec Mâ, les Swamis, les lectures, les retraites, les voyages, les témoignages, à travers la composition bénévole qu'en fait Mahâjyoti, avec la supervision de Jacques Vigne. Mahâjyoti, a une « Lettre d'infos » à votre disposition sur demande, pour bien comprendre la marche à suivre et pour ceux des pays qui n'ont plus de chéquiers.

Table des matières

Paroles et Souvenirs de Mâ – *(Rencontre avec Mâ Anandamayî - Les Sages de l'Inde - Par Swami Kriyananda)*

Lâcher toute dépendance (Voyage en l'infini de l'instant) *(Livre de Michèle Cocchi et Jacques Vigne)*

Esquisse de poème *(Envoyé par Marie Fruhinsholz)*

Bonheur où loges-tu ? *(Sur Sœur Emanuelle)*

Troubles cognitifs, alias 'démence' *(Par Pascale Lorenc)*

Extrait de 'Jean et Geneviève…Une autre vie' *(de Geneviève-Mahâjyoti)*

When a Goddess dies…Le culte de Mâ Anandamayî après sa mort *(Par Orianne Aymard)*

Pranayama et odorat *(Par Carole Dalmas- Association Terre du Yoga)*

Kinésiologie

SOS : Urgence Alerte Pandémie Bénarès

Nouvelles récentes de l'Inde meurtrie par la pandémie *(Par Marie-France Martin)*

SITA…

Grande Nuit de la Méditation (Ahimsa) *sur le thème du Bonheur*

Nouvelles

Renouvellement en cours du JAY MA pour Trois ans
De Mars 2021 à Mars 2024…

Table des Matières