

# *Jay Mâ N° 124 – Printemps 2017*



*Nouvelle session du JAY MA de Mars 2017 à Mars 2019  
Spécial Renouvellements*

# *Paroles et Souvenirs de Mâ*

*Tirés de Mâ Anandamayî*

*Incarnation de l'Héritage culturel et spirituel de l'Inde*

*Réflexions à propos de Mâ Anandamayî*

*Dr. M. Hafiz Sayed*

Je ne vois rien d'absurde dans le fait de supposer que ce monde apparent et concret qui nous entoure n'a pu être créé, ou en tout cas n'est pas apparu, sans un motif précis. *Ishwara* le tout-puissant, le sage suprême de toutes les compassions devait bien avoir une raison objective et bien définie lorsqu'il a conçu ce monde. Celui-ci peut nous sembler être le fruit d'une *maya* (illusion) parce qu'il est en perpétuel changement, mais il a en lui une Vie Divine immanente. On peut affirmer, sans risque de se tromper, que le véritable dessein de cette manifestation n'est connu que de Lui qui est la source de notre existence. Nombre de conjectures ont été formulées et nombre de réponses ont été proposées quant au « pourquoi » et au « comment » de notre univers. Mais personne, jusqu'à présent, n'a fourni de réponse satisfaisante et convaincante. Il est dit, fort justement, qu'à moins de devenir 'Un' avec la Réalité, il est impossible de percevoir et de comprendre la véritable raison d'être de ce monde qui est le nôtre. Il faut donc s'en tenir à présumer qu'ayant surgi d'une source de suprême sagesse il ne peut qu'avoir une raison d'être bien définie.

Selon une vieille tradition hindoue, il y a deux voies que l'homme peut emprunter : *Pravritti* et *Nivritti*, la première pour celui qui est en retard spirituellement, la deuxième pour celui qui a progressé spirituellement.

Pour satisfaire le besoin récurrent de spiritualité des êtres humains, différents maîtres de l'enseignement spirituel sont venus et s'en sont allés. Ils apparaissent d'époque en époque pour inciter l'homme à s'élever et pour anéantir les esprits malfaisants qui se sont glissés dans les rangs de la société humaine.

Seuls ces maîtres sont considérés comme des *Siddha Purusha*. Ce sont des Êtres parfaits qui sont devenus ce qu'ils sont grâce à une *sâdhanâ* sans faille aucune, une intense purification morale et une totale réalisation spirituelle qui va jusqu'à l'éveil en eux d'un état parfait de conscience cosmique. **Ils n'ont pas de vouloir indépendant, de volonté propre. Leur individualité fusionne avec la Réalité Suprême et ils sont guidés davantage par celle-ci que par leur propre *Sankalpa*. On les nomme également *Nitya Siddha*. La grandeur spirituelle**

**ne connaît pas de limites. Durant leur évolution spirituelle ils deviennent non seulement *Ishwara* mais aussi *Maheshwara* et *Parameshwara*.**

Seul un être spirituellement élevé est à même de comprendre et de pénétrer leur profondeur spirituelle. Pour une âme ordinaire, la vie et les activités de tels êtres apparaissent totalement mystérieuses. Ils sont en mesure d'accomplir des actes qui semblent absolument irréalisables au commun des mortels. Leurs désirs, leurs façons d'être et d'agir sont empreints d'une totale sérénité. Ils se sont défaits de toute passion. Aucune chose, aussi repoussante soit-elle, n'inspire en eux la répugnance. Aucune chose, aussi attirante soit-elle, n'éveille en eux l'attrance. Ils sont en ce monde pour se mettre purement et simplement au service du genre humain.

Si nous examinons la vie de Mâ Anandamayî – sa vie de tous les jours – et ses activités dans différentes sphères, à la lumière de ces faits, on ne peut que constater qu'Elle se trouve au niveau le plus élevé des idéaux dont nous parlons. Personne jusqu'à présent n'a été capable d'évaluer la profondeur de son être spirituel, pas plus que l'ampleur de sa spiritualité. **Elle représente un mystère, une véritable énigme, pour chacun d'entre nous.** Ses propres disciples ne parviennent pas à la comprendre. Seule une âme spirituellement réalisée est en mesure de savoir qui Elle est réellement. **Ceux qui pensent qu'Elle est une incarnation du Divin venue sur terre pour soulager les souffrances des êtres humains ne se trompent pas. Quant à ceux qui l'identifient à *Sukadeva* ou à *Sri Krishna*, ils ont peut-être raison car Elle suit les traces du Seigneur que nous désignons sous différents noms.** Il en fut d'ailleurs ainsi pour le Seigneur *Sri Krishna* qui fut l'entière manifestation de *Mahavishnu* et qui vécut toute sa vie comme une personne commune, sans jamais faire valoir Sa divinité avec tout ce que cela impliquait. Il aimait jouer avec les enfants, Il aimait rire et plaisanter avec ses compagnons de toujours et ses disciples. **Il en est de même pour Mâ Anandamayî. Elle assume toutes sortes de rôles dans sa vie, entre autres celui d'épouse ou celui de sœur, ou bien celui de *Sakhi*, avec autant d'attentions que le Seigneur *Sri Krishna* lorsqu'Il jouait son propre rôle dans différentes sphères de la vie. Elle observe et respecte scrupuleusement la *Varna* et l'*Ashram Dharma* mais traite et considère un Indien et un étranger de la même manière. Elle est aussi douce et affable avec les jeunes gens qu'avec les vieilles personnes. Elle dispense ses faveurs à tout un chacun, quel que puisse être son statut social.**

Il est clair pour tout esprit averti, que la raison profonde et le but de sa présence sur cette terre, est de délivrer l'humain des souffrances de ce monde.

**Il y a quatre sortes de *karma* : *sakam*, *nishka*, *ishvar arpan* et *swabhavik*. Ses activités concernent bien sûr la quatrième catégorie.** Tout comme pour *Sri Krishna*, on peut dire à propos de Mâ qu'Elle ne devrait rien faire, rien accomplir dans les trois mondes, pas plus qu'Elle ne devrait rendre accessible ce qui y est inaccessible. Et pourtant Mâ se mêle à l'action, car si Elle n'y prenait pas toujours part, les hommes, non avertis et imprévoyants, s'engageraient tous sur ses traces. Elle ne se contente pas de nous enseigner les choses par ses seules paroles. Elle entend nous montrer des exemples pratiques et nous indiquer ainsi

la juste façon d'agir. Souvent lors des *kirtan*, Elle récite Elle-même les noms de Dieu nous incitant ainsi à les réciter de tout notre être. **Elle est Une avec la Réalité Suprême et Elle voit Une Vie vibrant dans chaque atome. Elle voit la propre vie de chaque chose en chaque chose.** On raconte qu'un jour Elle a dit : « Le contentement de chacun est mon contentement. Le bonheur de chacun est mon bonheur. La souffrance de chacun est ma souffrance. »

En une autre occasion Elle affirma en des termes apaisants : « **Dieu n'attend pas votre élévation spirituelle. Tout comme le Gange continue sans cesse de couler, Lui continue de dispenser Sa compassion à tous les êtres. Telle est Sa nature. Tel est Son être.** »

Voici l'une des plus belles preuves de sa grandeur spirituelle : Mâ n'a aucune culture livresque, Elle n'a jamais étudié les textes sacrés ni les religions quelles qu'elles soient. Eh bien en dépit de cela, Elle est en mesure de répondre aux questions les plus subtilement philosophiques que lui posent de grands philosophes ou d'éminents chercheurs qui sont pleinement satisfaits des réponses qu'ils reçoivent. Il est bon de se souvenir, à ce propos, de ce que nous enseignait le Seigneur Krishna. Alors qu'Elle se trouve en un endroit précis, Elle est en mesure de savoir ce qui se passe en d'autres endroits. Elle sait où et quand sa présence est requise de toute urgence, de même qu'Elle sait quelle est l'âme qui implore son aide et ses conseils. Elle prodigue son amour et sa grâce pour apporter soulagement et réconfort à ceux qui sont dans la souffrance. **Lorsqu'Elle entreprend une action Elle le fait dans le silence, un silence qui est plus éloquent que tous les discours des gens instruits.** La meilleure chose que nous puissions faire est de nous en remettre entièrement à Elle et de la laisser nous conduire comme Elle l'entend. Nous devons noyer notre volonté dans sa volonté, car Elle a noyé la sienne dans celle du Divin.

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

## *Mâ Anandamayî et la spiritualité au féminin*

*Par Jacques Vigne (Décembre 2016)*

Le génie de l'hindouisme pourrait être défini comme la faculté de faire vivre ensemble toute une série de groupes religieux qui chacun ont des croyances fort différentes. En effet, vu de loin, l'hindouisme semble unifié dans sa théorie, mais il y a en fait de grandes différences entre les idées des diverses communautés. Cela fait partie de la richesse de cette religion. Ce qu'il y a de remarquable est non seulement que ces croyances existent dans leurs différences, comme la biodiversité est partie intégrante de la nature, mais aussi

qu'elles puissent vivre ensemble en paix. L'idée centrale de cette tolérance est que, lorsque la dévotion est sincère, elle est la même partout. C'est cette notion qui manque aux monothéismes du Moyen-Orient plutôt sectaires entre eux, et du fait que pratiquement à chaque génération, les fidèles de cette région retombent dans des schémas de guerre sainte, avec en plus pour la période actuelle, le risque sérieux de passage au conflit nucléaire. Comme le disait Voltaire, quand on peut tuer un homme au nom de Dieu, on peut en tuer 1000, et on pourrait ajouter que quand on peut en tuer 1000, on peut en tuer 1 million... La théorie est bien établie, elle est déjà là, ensuite ce n'est plus qu'une question de moyens pratiques. Dans ce contexte inquiétant, il est certain qu'il y a des leçons à recevoir de l'Inde et de la manière dont elle sait gérer depuis trois millénaires la différence religieuse.

Dans ce sens, Mâ Anandamayî est une bonne représentante de ce génie de l'hindouisme. Son mari l'avait surnommée, quelque chose comme : « la présidente de la cour d'appel », tellement elle avait la capacité de résoudre d'une manière simple les conflits entre les gens, qu'ils soient théologiques ou simplement humains et relationnels. C'est cette capacité qu'a dû sentir le rédacteur du *Monde des religions* quand il a publié, il y a quelques années, un numéro hors-série sur la mystique : en couverture, il a fait mettre Mâ Anandamayî, non seulement pour ne pas avoir à faire un choix délicat, par exemple entre un mystique chrétien ou un autre musulman, mais aussi pour montrer que le féminin a un pouvoir de réconciliation qui manque souvent aux hommes. Un rapprochement statistique inattendu peut nous aider à faire toucher du doigt le problème : dans toutes les prisons du monde, les détenus pour crimes de sang sont à 90 ou 95 % des hommes. Par ailleurs, dans la grande majorité des religions du monde, les chefs religieux sont aussi à 90 ou 95 % des hommes. N'est-il pas possible que ce soit la structure même de la religion qui ait pour fonction centrale de justifier la violence ? Cela permettrait d'expliquer le rapprochement de ces deux statistiques. La mise en regard de la violence et du sacré a été une des idées centrales de René Girard et de son œuvre. Elle a été reprise par des auteurs comme Jean Soler dans son livre *Violence et monothéisme*, ainsi que par Ian Assman, Jean-Pierre Castel, Jacques Pous et Tobie Nathan pour ne citer qu'eux.

On peut dire que Mâ Anandamayî vivait assez bien avec un paradoxe de base : d'un côté, elle n'était pas une réformatrice, et elle suivait la ligne traditionnelle à la fois du point de vue de la religion et de la société hindoue. D'un autre, elle était très indépendante et disait souvent à ceux qui voulaient, ou pouvaient l'entendre : « Il n'y a qu'un seul gourou, c'est Dieu ! » Elle a éduqué ses disciples, dont Swami Vijayânanda que j'ai fréquenté pendant 25 ans, dans cet esprit d'indépendance. Cela s'est traduit chez celui-ci par une période de solitude pratiquement complète pendant 18 ans dans l'Himalaya, pour intensifier sa recherche spirituelle. Dans le contexte hindou où elle vivait, Mâ ne pouvait pas ne pas parler de Dieu, mais elle essayait régulièrement de faire monter la pensée et la méditation de ses auditeurs du niveau du Dieu personnel et marqué culturellement, jusqu'au Soi universel. En ce sens, elle était profondément *védantique* et non-duelle. On peut rappeler à ce propos ce qu'explique l'histoire : le *védanta* hindou doit beaucoup au bouddhisme de Nâgârjouna, qui

lui-même s'était en partie appuyé sur le 'Un' des Upanishads : ainsi, par son orientation vers le *védanta*, Mâ s'est appuyée sur un fond bouddhiste. Cela n'a pas échappé à l'un de ses rares disciples, qui avait fait des études générales de philosophie, Kédar Swami d'Indore, et qui en parle dans un livre qu'il a écrit sur les aspects philosophiques de la pensée de Mâ - Ceci est important à mentionner dans le cadre de cette partie sur Mâ Anandamayî et la spiritualité au féminin, car beaucoup d'enseignants religieux traditionnels – qui sont tous des hommes bien entendus – considèrent que les femmes ne sont pas capables d'aller dans le sens de la voie de la connaissance, elles seraient juste bonnes pour des pratiques simples de dévotion, on pourrait dire en caricaturant, juste bonnes à tourner des moulins à prières. Ces préjugés doivent changer, et les femmes elles-mêmes doivent travailler à les faire changer non seulement en témoignant de leur expérience mystique, mais en étudiant aussi intellectuellement les bases de la voie de la connaissance et de la non-dualité.

Un autre aspect de Mâ Anandamayî qu'il est important de souligner dans le cadre de la spiritualité au féminin, a été son détachement et son honnêteté. Maintenant qu'elle a quitté son corps, on peut faire le bilan de sa vie aussi de ce point de vue-là. Elle habitait régulièrement dans de petites chambres, couchait sur un lit en bois pratiquement sans matelas, n'utilisait que peu l'air conditionné et n'avait aucune propriété en son nom. Ce n'est pas qu'il n'y ait pas eu de cas rares de comptables qui aient détourné de l'argent dans son organisation, mais elle a su les corriger rapidement, même si cela voulait dire de se plonger dans la comptabilité dans tous ses détails. Cette honnêteté fait partie intégrante du *Dharma*, il n'y a pas de raison de suivre des enseignants qui ne l'ont pas.

Swami Vijayananda disait souvent qu'il avait vu une évolution en 60 ans en Inde. A son arrivée les gourous, même connus, avaient tous les signes extérieurs du renoncement, mais maintenant ils donnent l'impression d'avoir peur d'être « demeurés » s'ils n'ont pas des voitures et un train de vie de luxe. Les fidèles de leur côté participent à ce qui est une forme de décadence, en pensant que c'est de la bonne dévotion d'offrir à leur gourou des voitures et autres articles de luxe. Les choses sont aggravées par des gourous peu scrupuleux qui se disent 'incarnation de la compassion universelle', voire de la 'Mère divine', qui quêtent pour les pauvres de l'Inde et ne leur redonnent, en fait, que des miettes. Ils ou elles se construisent un empire financier comprenant toutes sortes de business lucratifs. Les fidèles par leur naïveté encouragent souvent cette malhonnêteté et refusent même de lire les articles de journaux qui l'exposent. Ils en sont donc complices car ils jouent à l'autruche. Même si les gourous en cause parlent beaucoup du 'dharma', ce type de comportement en est l'exact contraire.

Mâ Anandamayî ne cherchait pas de successeurs, et ne cherchait pas non plus à fonder une lignée. Elle était venue comme cela, et elle est partie comme cela. Elle favorisait la liberté. Par exemple, à la fin de sa vie, elle a donné un petit capital à ses disciples *sannyâsis* pour qu'ils aient plus d'indépendance et puissent se séparer de l'ashram si la vie de communauté en venait à poser trop de problèmes.

Pour approfondir la spiritualité au féminin de Mâ Anandamayî, je recommande d'aller plus loin que de se contenter de lire ses paroles choisies. En effet, celles-ci reflètent l'ambiance dans laquelle elle vivait, ne serait-ce que déjà par la référence régulière à une forme ou une autre de Dieu, et elle répétait souvent des notions qui étaient évidentes et rassurantes pour son entourage. Par contre, quand on lit des biographies détaillées d'elle, celles de Bithika Mukerjee ou Bhaiji<sup>1</sup> par exemple, ou les témoignages d'autres personnes traduits en français dans le *Jay Ma*<sup>1</sup>, on voit comment sa spiritualité, au fond non-duelle, s'incarnait dans tous les détails de sa vie quotidienne, et cela est un véritable enseignement.

Mâ Anandamayî a fait ce qui était en son pouvoir pour sortir du statut d'infériorité de femme de village hindou pratiquement illettrée, grâce à l'aide de la religion et du respect qu'inspirent les mystiques dans la société hindoue. Ceci dit, en considérant l'avenir pour les femmes qui ont une aspiration mystique, la solution de fond est d'encourager et soutenir la possibilité pour elles de faire des études religieuses leur permettant de devenir enseignantes de plein droit. Cela n'empêchera pas bien sûr que, comme les hommes dans l'idéal, elles associent ces études à une pratique et une expérience intérieure authentique. Dans ce sens, toutes les traditions ont du travail à faire, les chrétiens par exemple pour généraliser la prêtrise et l'épiscopat pour les femmes, les musulmans pour accepter que les femmes prêchent aux hommes, les hindous pour intégrer plus de femmes comme *sannyasînis*, *prachârîka-s* (enseignantes), et chefs de lignée, et les bouddhistes *theravâda* et tibétains pour donner l'ordination monastique complète aux femmes.

Nous sommes devant un phénomène intéressant, dont la signification est profonde, et qui est le suivant – il a été souligné par Tenzin Palmo en ce qui concerne le bouddhisme, mais il est aussi valable pour l'enseignement du yoga : en passant en Occident, ces traditions se sont transformées à partir d'une structure où les responsables étaient en général hommes et moines, en une autre en Occident où la plupart des personnes qui gèrent les centres, et même qui les fréquentent, sont des femmes. Ce phénomène va dans le sens d'une rééquilibration des énergies masculines et féminines, non seulement dans le milieu spirituel, mais aussi pour la société occidentale en général. On doit prendre la pleine mesure de cette révolution silencieuse et l'encourager. De cette manière, on installera un équilibre entre le féminin et le masculin qui représentera un espoir réel pour le futur de notre humanité.

---

<sup>1</sup> On trouvera le livre de Bhaiji *Matri darshan* sur le site [www.anandamayî.org](http://www.anandamayî.org) et des extraits de celui de Bithika Mukherjee *Ma Anandamayee-as a Bird on the Wing* Satguru publications dans les numéros du 'Jay Ma' qui sont aussi en ligne.

# *Les voyages en Inde*

*(Suite...)*

*Sundari nous parle de ses sublimes 'Rencontres' avec des maîtres,  
comme Mâ Anandamayî*

*(Comme nous l'avons évoqué dans le dernier numéro du JAY MA, Sundari tient à rester anonyme. Elle nous transmet avec le cœur le récit de ses voyages en Inde, depuis 1977. Elle n'a alors que 20 ans...Un voyage d'études d'un mois en Inde et au Népal est organisé. Depuis deux ans, elle s'intéresse beaucoup à l'étude comparée des religions et s'est documentée, toute seule dans son coin, sur l'hindouisme et le bouddhisme. Elle sort de Khâgne en tant qu'angliciste et dispose d'un très bon niveau d'anglais. Elle part alors avec un groupe d'ostéopathes et d'acupuncteurs. La première personne qu'elle rencontre est Swami Muktananda (disciple de Nityananda, un yogi typique de l'Inde traditionnelle, un avadhut qui a vécu dans le plus grand dénuement tout en atteignant les cimes de l'accomplissement spirituel). Le choc est profond, les larmes débordent... puis vient le moment où elle est comblée par sa rencontre sublime avec Mâ Anandamayî).*

**Suite du N° 123, avec des extraits de ses impressions :**

## **Kankhal**

Puisque Mâ est itinérante, nous tentons un autre *ashram*, celui de Kankhal :

Je me souviens d'une route poussiéreuse menant à un petit édifice blanc, entouré de quelques arbres d'assez petite taille. Le paysage est joli. Et c'est drôle, il y a une rivière de chaque côté !!! C'est le Gange, qui borde l'*ashram*, avec son bras mineur, de l'autre côté... Entre les deux, la gravière, avec de jolis rochers tout blancs, d'environ 50 centimètres de haut, arrondis et très doux... Mâ n'est pas là. On nous dit que son disciple va nous recevoir. Il s'agit de Vijayânanda, un médecin, français de surcroît. Il nous propose, plutôt que d'aller nous enfermer dans l'*ashram*, de nous asseoir sur les beaux rochers blancs... Nous nous asseyons donc là, sur la roche tiédie par le soleil, lisse et douce et qui forme des sièges des plus agréables. Le Gange a dû les apporter lors de ses crues, et ils y ont tellement roulé qu'ils en ont gagné un caractère lisse et doux. En est-il de même des humains ? A force d'être roulés, charriés dans le flot de l'existence, apprennent-ils à arrondir leurs angles et à lisser toute aspérité pour finir avec cette douceur si lisse, là, sous nos doigts ? Pour cela, je crois qu'il faut vraiment la grâce du Guru et une véritable ascèse...

Pour l'heure, je ne sais encore rien de tout cela. Il doit faire 25 degrés, et nous sommes parfaitement bien dehors. C'est bien mieux que d'être enfermés dans une salle, même si, du coup, nous n'entrerons pas dans l'ashram. Vijayânanda est un homme très affable, la petite soixantaine. Il parle doucement, lentement, ponctuant régulièrement ses propos de « hein ». Il n'enchaîne pas ses phrases, les aère de silence... 30 secondes par-ci, une minute par-là... Pour une conversation ordinaire, c'est très inhabituel. Je suis étonnée par ce débit très lent. Cela pourrait être ennuyeux, sauf que ce n'est pas du tout le cas : la voix de Vijayânanda est très vivante, très posée, il a une diction d'homme de théâtre. Et d'ailleurs, bien que nous soyons au fin fond de l'Inde, le voilà justement en train de nous parler de Louis Jovet, et de la qualité de sa présence sur scène ! Notre interlocuteur, manifestement, aime bien le théâtre et semble content de parler à des Français. Il semble très cultivé. Il a une telle qualité d'être que ses paroles paisibles et ses silences sont envoûtants. Tout le groupe le ressent ; nous sommes tous touchés.

Pourtant, ce qu'il dit ne m'intéresse pas vraiment, dans la mesure où, sortant de khâgne (Lettres Supérieures), j'ai une overdose de culture française, et je préférerais dix mille fois une conversation plus métaphysique ! Je brûle d'entendre comment arriver à Dieu, ça me paraît autrement plus important que Louis Jovet ! Je n'en dis rien, bien sûr. Je ne comprends pas ce qu'il entend par « Présence » et passe donc à côté du sens réel des propos tenus à ce groupe de 20 personnes, tous thérapeutes, sauf moi, et presque tous quadragénaires. Écoutant ses paroles d'une oreille peu intéressée mais qui reste vigilante, (des fois qu'il entamerait un sujet ayant plus directement trait au Divin), j'en profite pour regarder le paysage...

Le Gange scintille là, tout près, tandis que Vijayânanda entoure ses phrases de silence, parle en fait à partir du silence, comme si chaque mot émergeait du 'Non Manifesté'. Quelques oiseaux se font entendre de temps en temps. Inde paisible, tout au bout du monde, silence et paix. Une heure se passe à l'écouter. Nos ostéopathes ne posent aucune question, ce qui est rare. Je crois que le sujet abordé leur paraît assez loin de leurs préoccupations et du but de leur voyage. Ils écoutent poliment, ils sont charmés, mais estiment l'entretien hors sujet. Pourtant, il se passe bien quelque chose. La qualité de ce qui émane de notre interlocuteur est contagieuse...

Insensiblement, elle m'amène à regarder la nature alentour avec une sensibilité nouvelle, à m'ouvrir comme une fleur qui cherche à s'épanouir, tout en restant branchée sur lui, source de mon inspiration. Instant de grâce, tout à fait paisible... Instant tellement naturel que je ne me rends même pas compte que c'est la première fois que le paysage qui m'entoure prend un tel degré de réalité. Il émane une telle présence de Vijayânanda, que tout en parlant de théâtre, il nous transmet quelque chose d'essentiel... Le paysage devient plus réel, la nature plus belle, mon regard est moins à la surface des choses, et moi-même, je me sens mieux exister. Je deviens plus présente, moins éthérée... Ce n'est pas que je sois une jeune fille éthérée. Enfin, si. Un peu quand même. Mais c'est surtout que, tous autant que nous

sommes, nous présentons une qualité d'être inconsistante, fantomatique. Nous ne sommes pas présents à nous-mêmes, ni au monde, et ne le savons pas.

Vijayânanda nous ramène un peu plus près de notre être, lui redonne un peu plus de consistance, ce qui a pour effet de rendre le monde plus réel autour de nous. Instant de grâce tout à fait paisible, naturel, peu spectaculaire, bien plus précieux que je ne l'imagine alors. J'ignore que quelques années plus tard, je vais être une chanteuse professionnelle et vais énormément m'appuyer sur cette question de la présence sur scène, puisque, comme Vijayânanda nous l'a expliqué, tout le secret de l'artiste est là. C'est le degré de présence dont il est capable qui lui donne sa vraie dimension artistique, et détermine son impact sur le public. Et puis, tout le restant de ma vie, je vais apprendre à être Présente. Sur le coup, je voulais tellement que Vijayânanda nous parle des moyens d'arriver à Dieu, et j'étais déçue. Je me souviens même que je lui avais demandé très fort, intérieurement « Mais vraiment, c'est important, nous venons de loin, tu ne veux pas nous parler des moyens d'arriver à Dieu ? » Mais notre affable disciple n'avait pas changé sa conversation d'un iota. Or, en réalité, la Présence, n'est-ce pas justement LE moyen d'arriver à Dieu ? Il avait anticipé ma demande, et même fourni d'avance des instructions pour ma vie professionnelle. Toutefois, il n'a pas expliqué le lien entre Présence et accès au Divin. Comprenne qui pourra... Même s'il nous faut quelques dizaines d'années. Vijayânanda, si sobre, si discret, si profond...

Pour l'heure, donc, je suis simplement étonnée par la conversation sur Jouvét, séduite par le paysage et le scintillement du Gange tout proche. Je m'aperçois bien que je viens de passer un moment très particulier mais ne sais ni reconnaître, ni nommer ce quelque chose qu'il m'a fait sentir. C'est en fait si peu ordinaire que je ne l'oublierai jamais et écrirai ces lignes plusieurs décennies après, avec une mémoire intacte. En réalité, la qualité de présence de Vijayânanda s'est imprimée dans ma mémoire. Et même dans mon être.

Et c'est ainsi que j'en parle à Jacques Vigne à Cannes en avril 2009. Il se fait un plaisir de m'expliquer qu'à cette période, Vijayânanda redescendait tout juste de l'Himalaya où il avait vécu en ermite pendant 8 ans je crois, sans livres, sur l'injonction de Mâ. Je comprends maintenant qu'il ait eu une si belle présence !!! Vijayânanda, disciple extrêmement proche de Mâ. LE disciple français de Mâ en Inde. Il nous avait reçus avec une telle simplicité que nous ne nous sommes doutés de rien. Et dire que certains membres du groupe l'avaient cru soulagé de parler de théâtre à des Français, pour une fois qu'il en avait l'occasion, d'évoquer Louis Jouvét, comme si ça le changeait de l'isolement culturel de l'Inde ! Il était dans un tel niveau d'accueil qu'il nous avait concocté une conversation abordable pour nous *tels que nous étions...* à savoir des ignorants un peu imbus d'eux-mêmes, tandis que la qualité de son être travaillait chacun dans la profondeur, incognito. Voilà pourquoi nous étions touchés ! Je le reverrai fin mars-avril 2010, quelques jours avant sa mort. Et il me transmettra encore quelque chose d'important : il me laissera voir, l'espace de longues secondes, à travers un simple regard, la profondeur de sa bonté : un bouleversant puits sans fond... (A Suivre)

*L'air a l'air somnolent*

*ou*

*La mainmise de l'impermanence (ou de l'impertinence...)*

*Ou, Etc...*

L'air a l'air somnolent  
Il flotte doux et lent.  
L'heure coule sans heurts.  
Place donc au bonheur !  
L'esprit veut une pause.  
Du corps la faim s'impose.  
La table est invitante,  
Les senteurs excitantes.  
Oh ! Saveurs gourmandes  
D'une truite aux amandes !  
D'un cuisseau aux aïelles !  
D'un coq aux chanterelles !  
Crèmes, flans onctueux !  
Desserts voluptueux !

Nectars blancs et rosés  
Ces mets vont arroser.  
Mais trêve d'inconscience  
Et sans perdre patience  
Recouvrons notre esprit  
Et...notre bol de riz.

*Jean E.LOUIS*

# *La Baie des Anges*

*Attentats de Paris et de Nice - Envoyé par Rochan Mavaddat –*

*Centre Baha'i de Nice*

*(Rochan Mavaddat avait reçu Jacques Vigne au Centre Baha'i de Nice, pour une série de conférences il y a quelques années.)*

**Le Lundi 14 Novembre 2016 il a écrit :**

Chers Amis,

Hier, le 13 Novembre 2016, c'était le jour anniversaire des attentats de PARIS (Salle de Concert BATACLAN, restaurants, Stade de France), survenus le 13 Novembre 2015, durant lesquels 130 victimes innocentes ont été tuées par balles, sans parler des centaines de blessés, dont certains auront des séquelles à vie !

Aujourd'hui, cela fait 3 mois qu'a eu lieu à NICE (ville au sud-est de la France), sur l'avenue du bord de mer appelée "Promenade des Anglais", le terrible massacre de près de 90 innocents, hommes, femmes et enfants, venus admirer, lors de la Fête Nationale française du 14 Juillet 2016, les feux d'artifice, sans parler de plus de 400 blessés plus ou moins graves !

Le terroriste avait loué un camion frigorifique très lourd afin d'écraser le maximum de personnes sur lesquelles il a foncé et roulé, sans aucun état d'âme !

Ces actes sont impensables, terribles, horribles, abominables, monstrueux ! J'allais dire, aussi, "inhumains", mais peut-on parler de ces monstres sanguinaires comme étant des hommes, des êtres humains !

Je me demandais : « Pourquoi ces sacrifices ; à quoi sert la perte de tant de vie de personnes innocentes, à quoi servirait ce sang pur des femmes, des hommes, des jeunes et des enfants, ainsi versé et répandu !? »

Curieusement, c'est en me promenant dans le "mausolée" spontané, créé en hommage aux victimes de l'attentat du 14 Juillet, dans le Jardin Albert 1<sup>er</sup> adjacent à la Promenade des Anglais, parmi les bouquets de fleurs, les **peluches et les panneaux manuscrits, que j'ai trouvé ma réponse !**

La réponse, c'est ce texte manuscrit sur un morceau de papier, voir ci-dessous :



« ILS ont essayé de **NOUS** enterrer, mais ILS ne savaient pas que **NOUS** étions des **graines** ! »

Je pense qu'aucun philosophe n'aurait pu exprimer, si brièvement et si clairement, avec une telle profondeur, cette vérité, écrite rapidement par un quidam inconnu, qui parle de la part des victimes !

Ces sacrifices ne sont pas vains ! En effet, ces âmes sont des "graines de semence", apparemment "enterrées" (comme le pensent les terroristes), qui, par leur sacrifice, donneront naissance à des arbrisseaux, et bientôt à des arbres qui abriteront, sous leur ombrage, la société humaine, donnant des fruits de Bonté, d'Équité, de Justice et d'Amour à toute l'Humanité !

Pour moi, ces quelques lignes, pleines de signification mystique, furent une "révélation" !

Il faut que la "graine" soit enterrée, il faut que par son sacrifice, elle s'anéantisse, afin de pouvoir donner naissance à une plante vivace !

Je paraphrase le texte de cet inconnu, qui parle de la part des victimes de Nice, de Paris et d'ailleurs, de la part de la Liberté, de la Tolérance et de l'Amour, en l'explicitant ainsi :

*ILS ont essayé de **NOUS anéantir** en nous **enterrant**, mais ILS ne savent pas que **NOUS** sommes des **graines** et que cela va nous permettre **de fleurir** afin de faire profiter toute l'Humanité de notre parfum !*

Maintenant, lorsque je passe sur la Promenade des Anglais, au bord de la Méditerranée, à Nice, j'ai le cœur moins serré qu'auparavant ; en effet, je pense à ces âmes pures qui volent, avec allégresse, dans le ciel bleu de la Côte d'Azur :

La mer qui borde la "Promenade des Anglais" ne s'appelle-t-elle pas :

« La Baie des Anges » ?



*Petite fille sur la Promenade des Anglais, à Nice, face à la Baie des Anges.*

*Radio Gandharva Gana – 1ère Radio Védantique*

[www.rggweb.fr](http://www.rggweb.fr)

*Court extrait de la Lettre d'Information d'Octobre 2016*

*De Swami Veetamohananda –*

Mais que signifie avoir le sens pratique ?

Notre concept 'du' pratique contient à la fois l'idée de notre ignorance et de notre sagesse, de notre force et de notre faiblesse.

La vie est un champ de bataille, dans le domaine intérieur aussi bien que dans le domaine extérieur. De toute façon, nous devons lutter, sinon nous serons écrasés. Que nous ayons

vécu ou non d'une manière significative, nous serons jugés sur la façon dont nous aurons lutté.

Sri Krishna a enseigné dans la *Gita*, les deux secrets du véritable grand combat de la vie :

« Souviens-toi toujours du Suprême et combats ».

« Combats avec détachement ».

C'est là tout le secret du *Védanta* pratique. Il permet de manifester le Suprême en nous.

Pour terminer, lisez ce très bel hymne :

Là où n'existent ni mère, ni père, ni ami, ni frère,

Là où n'existe personne pour compatir avec moi,

Là où n'existent ni jour ni nuit,

C'est là que brille la lampe de l'*Atman*,

Et en elle, je prends refuge.

*Swami Veetamohananda*

*(Président du Centre Védantique Ramakrishna – 64 Bd Victor Hugo 77220 Gretz-Armainvilliers –Seine et Marne – [www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr) – [contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr) ou [centre.vedantique@wanadoo.fr](mailto:centre.vedantique@wanadoo.fr)) - Tel : 01 64 07 03 11 Swami Veetamohananda reçoit Jacques Vigne à chacune de ses tournées en France. Ce Centre est dédié à la recherche de la réalisation du bien dans toutes les dimensions de l'existence humaine. Il fonctionne comme un ashram, il est consacré aux retraites, à l'enseignement de toutes les traditions, à la méditation et à la prière. A la fois lieu spirituel, ashram et monastère dans un immense parc, à une trentaine de kilomètres de Paris. Jacques Vigne a été leur hôte le dimanche 12 Février 2017, pour une conférence sur le thème : 'Sagesse du védanta, sagesse de la méditation laïque', dont il nous livre un extrait :*

## *'Sagesse du védanta, Sagesse de la méditation laïque'*

*Par Jacques Vigne*

*Centre Védantique de Gretz,*

*Dimanche 12 février 2017*

Le lien entre védânta et méditation laïque a, quand on y réfléchit, des racines profondes dans la tradition de l'Inde. Déjà dans les Upanishads, on dit que les dieux sont jaloux des êtres humains qui atteignent la Réalisation car ils dépassent le niveau où eux-mêmes se trouvent. Les six *darshanas*, les six philosophies spirituelles qui constituent la base de la

pensée indienne, n'ont pas vraiment besoin de la croyance en un dieu personnel et créateur pour fonctionner. Le philosophe et sage bouddhiste Nagarjuna a repris à sa manière, au premier siècle de l'ère commune, la notion d'unité des Upanishads, et ses arguments ont à leur tour influencé le védânta de Shankaracharya. Un enseignant de la *bhakti* médiévale, Madhvacharya, reprochait d'ailleurs à celui-ci d'être un bouddhiste déguisé en habits de *sannyasi*. Dans le védânta, la place d'un dieu personnel et créateur n'est pas centrale, et le rituel non plus. En termes modernes, Madhvacharya qui était un dévot de Vishnou, reprochait à Shankaracharya d'être trop laïc. Le bouddhisme et le jaïnisme, tout en étant des religions *dharmiques*, c'est-à-dire qui ont un grand fond commun avec les autres traditions de l'Inde, n'ont pas de dieux et dans leur forme ancienne, pratiquement pas de rituels non plus. On peut donc dire qu'ils représentent déjà, dans le contexte de l'époque, des sortes de mouvements de méditation laïque. De plus, il existe dans l'Inde classique, une distinction entre *brahmanas* et *shramanas*, les premiers étant responsables du rituel et de la religion sociale, les seconds effectuant des pratiques méditatives intenses dans la forêt. Ces derniers représentaient, en fait, une forme de méditation laïque à leur époque.

Vivekananda, en particulier dans son discours du Parlement des religions de Chicago en 1893, en appelant à un vrai dépassement des sectarismes religieux et à un large développement des pratiques d'intériorisation plus raisonnables et plus efficaces pour rendre les gens meilleurs, soutenait aussi à sa manière une forme de méditation laïque. Il disait dans ce sens : « Il faut critiquer un enfant qui ne va pas au temple, il faut critiquer un vieillard qui y va toujours ! » Le message est clair.

Ce n'est pas un hasard que ce discours du Swami ait été cité par Jon Kabat-Zinn dès le début de sa conférence d'ouverture d'un grand congrès sur la méditation et les neurosciences à Denver en 2012. Je vous ai déjà parlé ici de ce congrès important, et de ces nombreuses recherches publiées dans des journaux médicaux sur la méditation. Il y en a maintenant environ 500 par an, Kabat-Zinn a beaucoup travaillé dans ce sens. Il s'agit de bien plus d'une mode, c'est une réelle convergence entre science et tradition, entre ce qu'on pourrait appeler la science à la troisième personne, c'est-à-dire la science habituelle où l'objet est séparé du sujet, et la science à la première personne où l'objet est une partie du sujet, comme en méditation où l'on travaille à s'observer et se comprendre soi-même de la façon la plus objective possible. J'ai eu l'occasion de lire récemment la présentation du programme de 8 semaines de 'pleine conscience' par l'associé de Kabat-Zinn, Santinelli, il s'agit d'un réel enseignement des vertus dans un contexte laïc, comme le non-jugement, la patience, la persévérance, la douceur envers soi-même et les autres, etc.

Nous allons d'abord envisager ce que la laïcité a signifié et signifie pour l'Occident, puis je parlerai des points de rencontre principaux entre méditation laïque et védânta, et je vous résumerai les points essentiels de mon ouvrage qui sort en ce moment (février 2017) aux Editions du Relié.

**Importance de la laïcité pour l'Occident.**

D'emblée, faisons quelques distinctions importantes : déjà entre laïcité inclusive et exclusive. La première accepte toutes les religions ainsi que l'agnosticisme, mais évite seulement qu'une des religions cherche à avoir le monopole et à influencer à son avantage personnel la politique du pays. L'Occident a une longue histoire d'interférence entre le pouvoir relativement centralisé des Eglises et le pouvoir politique, et cela a été un travail de fond important de la modernité d'arriver à séparer les deux. Dans l'hindouisme, la question est très différente, dans la mesure où il n'y a pas de pouvoir religieux centralisé. La structure même de la religion étant pluraliste, il y a moins besoin que ce pluralisme soit défendu en tant que tel par une laïcité militante. Shri Aurobindo observait déjà clairement il y a presque un siècle, que la notion occidentale de laïcité était aussi naïve que ses croyances religieuses monothéistes. Après 40 ans de réflexions sur ce genre de sujets, je pense qu'il y a beaucoup de vrai dans cette réflexion. Swami Vijayânanda, avec lequel j'ai passé 25 ans et qui a vécu continûment pendant 60 ans en Inde dans les ashrams de Mâ Anandamayî, disait simplement : « Les hindous ont trouvé le bon truc : ils affirment qu'il y a un seul Absolu, mais qu'on peut l'adorer comme on veut ! » Cela revient en fait à une laïcité ouverte à la notion d'Absolu.

La laïcité exclusive, quant à elle, pose problème. Elle souhaite, en fait, plus que contenir le pouvoir des religions, elle veut en finir avec elles. Elle a mené au XXe siècle à de grands totalitarismes comme le Stalinisme et le Maoïsme, avec respectivement un déficit de population de 90 millions et de 160 millions de personnes. L'humanité n'a pas besoin de cette laïcité totalitaire, de même qu'elle n'a pas besoin de totalitarismes politiques ou religieux. A propos de ce dernier en Occident et de son lien avec le totalitarisme du communisme, il sera bon de méditer en profondeur la parole du philosophe Bertrand Russel : « Le communisme est une hérésie du christianisme » On réfléchira aussi sur le titre de l'ouvrage du philosophe Jean-François Revel : « Ni Marx, ni Jésus ». Son fils Matthieu Ricard a interprété ce titre à sa manière en devenant bouddhiste... Quand des idéologies veulent s'imposer, qu'elles soient marxistes, chrétiennes ou islamiques, elles ne favorisent ni la méditation laïque, ni même la méditation dans leurs traditions, car elles ont peur que les gens se mettent à penser par eux-mêmes, en particulier que des mystiques prennent leur indépendance et acquièrent plus d'autorité que la hiérarchie officielle.

Pourtant, notre société a besoin de méditation, et il y a de multiples signes qui vont dans ce sens : je reviens par exemple de l'île de la Réunion, où j'ai pu intervenir dans un collège dont un ami est le principal. Nous avons pu organiser une conférence de deux heures, avec une heure de présentation de la méditation laïque, une demi-heure de pratique et une demi-heure de questions-réponses. Toute l'équipe des professeurs du collège était présente, environ 70 enseignants. Mon ami, qui connaît bien le milieu éducatif, m'a dit que c'était la première fois dans l'histoire de l'Education Nationale qu'il y avait un tel événement. Certes, assez souvent maintenant des professeurs introduisent un peu de méditation en début de cours, mais il n'y avait pas eu de présentation ni de pratique officielle de méditation pour toute l'équipe enseignante d'un collège. Dans le milieu des prisons aussi, la nécessité d'une

méditation laïque se fait sentir. Nous avons réintroduit, avec une amie créole de la Réunion et professeur de yoga, le hatha-yoga accompagné d'un peu de méditation dans la prison principale de l'île, celle du Port avec environ 400 détenus. Ils avaient déjà eu cette possibilité durant dix ans. Cela ne veut pas dire que tous vont venir, mais qu'ils auront au moins la possibilité de le faire s'ils le souhaitent, et ceci est important, ne serait-ce que pour éviter les rechutes dans la délinquance dès la sortie du centre de détention. Je me suis aussi rendu récemment, en Janvier 2017, à l'île Maurice, où la population parle à la fois français et hindi en plus de l'anglais. J'ai fait une initiation à la méditation pour la centaine de détenus de la prison de la capitale, Port-Louis, en français et en hindi pour certaines parties plus directement liées à la culture de l'Inde. En effet, les Mauriciens parlent souvent le hindi en plus du créole, du français et de l'anglais. Etait présent le directeur général de toutes les prisons de l'île, qui a été très content de cet enseignement et a déclaré ensuite à tous les prisonniers qu'il allait se mettre au type de méditation que je leur avais fait faire, car il se sentait lui-même plutôt stressé et en avait besoin. Il a ensuite conseillé sagement aux détenus de se mettre à la pratique le jour-même, avant qu'ils n'oublient les instructions qu'ils venaient de recevoir...Cependant, je leur ai envoyé par la suite le dossier audio de mon intervention, et j'ai laissé aussi une clé avec l'enregistrement de toute une série de stages de méditation guidée pour que ceux qui voulaient s'entraîner puissent le faire. Tout ce travail en institution est grandement facilité quand on peut faire référence à un concept clairement défini de méditation laïque. La méditation se développe à l'hôpital, en particulier celle de la pleine conscience qui peut mettre en avant une longue série d'études scientifiques la validant. Ces études sont importantes dans le contexte laïc du système de santé actuel. Il s'agit de jouer le jeu de la médecine et de la science, et de faire preuve d'humilité des deux côtés. Celui des méditants, en acceptant que certaines éléments de ce qu'ils affirment à propos de la méditation puissent ne pas être validés scientifiquement, et de la part des scientifiques pour reconnaître que la méditation avec sa longue expérience traditionnelle, mérite d'être un sujet d'étude en soi et peut contribuer à résoudre des problèmes qui sont peu accessibles à la psychologie et à la médecine moderne. Pour que les études soient plus convaincantes, il faut qu'elles aillent plus loin que là où elles s'arrêtent actuellement : elles sont pour l'instant souvent centrées sur le changement d'un seul facteur biochimique, psychologique ou social, or elles devront étudier dans un groupe de méditants les changements à tous les niveaux

Toutes ces interventions sont rendues possibles par le développement de la notion de méditation laïque, qui permet d'intervenir dans les institutions publiques. C'est grâce à cette évolution, qu'en particulier en Inde, le yoga a pu rentrer par la grande porte dans le fonctionnement du gouvernement en étant associé à l'ayurvéda et à d'autres médecines traditionnelles, dans le nouveau ministère intitulé Ayush, un mot sanskrit qui signifie 'vie', mais qui est aussi l'acronyme d'ayurvéda, yoga, *unani* (la médecine grecque transmise par les arabes) *siddha* (l'ayurvéda du Tamil-nadou) et homéopathie.

Quand on réfléchit aux causes du développement de la méditation laïque, on se doit d'ajouter une réelle colère de toute une partie du grand public contre les religions, en particulier monothéistes, comme vecteur de violence et manière d'envenimer, voire d'absolutiser régulièrement des conflits ethniques ou économiques ordinaires. Un des signes de cette évolution est le petit livre récent de Tobie Nathan *Quand les dieux sont en guerre*. Je l'ai acheté, il me reste à le lire en détail, mais l'idée principale est qu'il y a des conceptions des dieux, ou de Dieu, qui favorisent au fond la radicalisation et la guerre plus que la paix, et qu'il faut voir ce problème en face, rien ne sert de le refouler. Tobie Nathan est à la fois psychothérapeute et psychanalyste spécialisé en ethnopsychiatrie. Il a récemment travaillé comme conseiller culturel à l'Ambassade de France à Tel-Aviv et donc on peut dire qu'à ce titre, il a été au cœur de la tourmente moyen-orientale. Il peut donc parler de ces sujets de l'intérieur, si l'on peut dire. Ce contexte n'est pas du tout étranger à l'importance prise par le yoga et la méditation laïque dans notre société, et nous revenons au sujet de notre conférence.

Je visite de temps à autre le Liban pour des conférences et séminaires. Ils ont été déchiquetés pendant 20 ans par une guerre civile avec une base confessionnelle assez claire, et leur voisin, la Syrie, est de nouveau déchiré par ce genre de guerre civile. Cependant, j'ai bien vu qu'ils ne sont guère capables de concevoir la notion de médiation laïque de façon indépendante. Comme leur identité religieuse est blessée par ces guerres, ils s'y accrochent d'autant plus, au lieu d'être capables d'y réfléchir et de la relativiser. A cause de cela, j'ai le sentiment qu'ils sont dans une sorte d'impasse, et j'en suis triste.

### **Analogies entre méditation laïque et védânta**

Nous allons en voir un certain nombre, puis aborder certaines différences.

- Le facteur de simplicité est important. Quand une méditation est simple, elle a plus de chances d'être universelle, à condition évidemment que cette simplicité ne soit pas fondée sur de la croyance pure. Le védânta étant fondé sur le retour constant à l'être, la conscience et la joie, il réduit au minimum la question de la croyance, et assure un type de méditation au fond simple. La méditation laïque recherche aussi cette simplicité.
- La méditation laïque, pour avoir une portée large, doit beaucoup avoir à faire avec le corps. A sa manière, le védânta a aussi beaucoup à voir avec le corps dans le sens qu'il revient régulièrement à la proposition fondamentale *deham naham, soham* « Je ne suis pas ce corps, je suis Cela ». Pour séparer ainsi le Soi des processus corporels, il faut très bien connaître ceux-ci et surtout les nœuds qui les relient au mental de base et à travers lui à l'esprit en général
- L'absence de rituels et de prêtrise. En principe, le védânta n'a pas de rituels, et les *sannyasis* ne sont pas censés en pratiquer. Ils sont dispensés de la récitation des mantras, qui sont eux-mêmes fort liés à la culture religieuse environnante. Ils reviennent simplement au Om, qui est à l'interface supérieure du religieux et aide à sublimer ses formes et concepts dans le Soi.
- Le védânta ne valorise pas la notion de martyr, contrairement à la plupart des

religions de la Bible. Il est sans doute trop intelligent et pas assez passionnel pour croire que mourir en masse pour des idées métaphysiques puisse prouver quoi que ce soit de leur validité.

**En ce qui concerne les différences, nous pouvons mentionner les suivantes :**

- L'absence d'ego est recherchée avec une intensité plus grande dans le védanta que dans la spiritualité laïque, en particulier parce que la perspective métaphysique du védanta est plus claire sur ce point que celle de la méditation laïque.
- Le védanta s'adresse à des chercheurs qui ont a priori une préparation approfondie, la spiritualité laïque se veut pour tous.
- Le védanta est traditionnellement adapté aux *sannyasis*, alors que la spiritualité laïque ne met pas le renoncement au centre de ses préoccupations, même si elle sait reconnaître l'utilité pratique du détachement.

**Mon ouvrage *Pratique de la méditation laïque* <sup>2</sup>**

Il s'agit d'un livre de plus de 350 pages, publié en février 2017. J'ai senti déjà le besoin d'approfondir ce sujet car j'ai été amené à souvent travailler en milieu laïc, depuis l'hôpital, qu'il soit en France ou en Algérie, jusqu'aux prisons et à mes stages réguliers d'initiation à la méditation, qui accueillent depuis maintenant plus de trente ans des participants de tous les horizons religieux, ainsi qu'un bon nombre d'agnostiques. Par exemple, bien que je n'aie pas un grand nombre de chrétiens pratiquants dans ces stages, j'ai malgré tout régulièrement des personnes de culture chrétienne. J'ai animé, au fil des années, des séminaires au Liban avec un « cocktail » unique de chrétiens, de musulmans shiites ou sunnites, ainsi que de druzes qui font le charme de ce pays quand ça se passe bien, et en font le drame quand ça se passe mal. Je suis invité maintenant on peut dire régulièrement par l'Association Marocaine de Yoga, où le public est constitué en grande partie de musulmans libéraux, et de quelques musulmans traditionnels associés à quelques visiteurs ou expatriés français. Un séjour d'un mois en Chine prévu en septembre prochain va tester mes « capacités laïques » selon les critères de l'empire du Milieu...

Après avoir présenté ce que signifie la méditation laïque et m'être appuyé en particulier sur ce qu'en dit le Dalaï-lama dans son ouvrage *Au-delà des religions*<sup>3</sup>, je consacre deux parties détaillées à l'observation du souffle naturel et à la marche méditative. Respirer, marcher, quoi de plus universel ? Je continue sur la profondeur physiologique et psychologique du souffle en expliquant le lien entre les dernières recherches sur le système autonome et la capacité de modifier en profondeur des traits de personnalité venant de la toute petite enfance. Pouvoir calmer à volonté le système sympathique par des techniques psychocorporelles traditionnelles, ou modernes, est un excellent levier thérapeutique,

---

<sup>2</sup> Aux Editions du Relié

<sup>3</sup> Fayard, 2012

beaucoup plus puissant qu'on ne le pense en psychiatrie et psychothérapie et peut avoir un large spectre d'indications thérapeutiques, souvent dans des pathologies auxquelles on ne pense pas à priori, comme les états-limites, la schizophrénie et les troubles du comportement alimentaire. Je me fonde pour comprendre les bases physiologiques de l'extase sur l'évolution du système autonome et sur la capacité des animaux, pratiquement depuis l'origine, à se paralyser eux-mêmes. Cette extase, surtout quand elle vient de l'approche systématique et au fond tout à fait raisonnable des pratiques méditatives du yoga ou du bouddhisme, paraît bien être l'un des grands fleurons de l'évolution des espèces. Je conclus par la présentation des dernières découvertes sur le rapport entre méditation et neurosciences.

### **Vers un au-delà de la religion.**

Il s'agit d'une aspiration largement partagée de par le monde de nos jours, bien que son intensité dépende des régions bien sûr. Pour en revenir à la formule de Vivekananda, que nous avons citée au début : « Il faut critiquer les enfants qui ne vont pas au temple, il faut critiquer les vieillards qui y vont toujours », nous pouvons nous demander quoi faire en ce qui concerne les enfants qui « n'ont jamais été au temple », c'est-à-dire ceux qui n'ont jamais eu de formation religieuse. Ils sont nombreux de nos jours. Je pense que l'approche de la méditation laïque peut tout à fait les aider, mais cela ne les dispensera pas, dans la suite de leur évolution, d'acquérir un minimum de culture religieuse et surtout s'ils veulent aller loin, de lire les grands mystiques. Ceux-ci ont atteint un niveau au-delà de la religion, et peuvent donc toucher souvent aussi le cœur des pratiquants de méditation laïque. J'ai animé tout récemment à Châlons-en-Champagne un stage de méditation. C'était organisé dans une salle du centre hospitalier régional par une amie qui y a été 25 ans praticienne hospitalière. Elle est d'Iran, a vécu là-bas jusqu'à 18 ans et elle y retourne de temps à autre. Elle dit qu'il y avait tout un mouvement discret mais puissant, en particulier chez les jeunes, pour un au-delà de la religion, en particulier donc de l'islam. Cela peut prendre la forme d'une étude de la culture iranienne pré-islamique, de la lecture de soufis comme Roumi qui parlent clairement d'un niveau au-delà de la religion, de pratiques de yoga ou de méditations d'origine indienne, mais sans référence au panthéon hindou, ou encore de la lecture en groupes privés de poètes ou intellectuels contemporains, interdits par le gouvernement parce qu'ils parlent directement du dépassement de la religion.

Le Dalaï-lama a écrit en 2010 un livre dont le titre même est *Au-delà de la religion*. Il explique qu'il existe un certain nombre de valeurs humaines incontournables, comme l'altruisme ou l'effort pour s'améliorer soi-même par exemple. Elles représentent un besoin comme l'eau, les croyances religieuses, par contre, ne sont pas indispensables, elles sont comme le thé ou la tisane qui viennent colorer et donner un goût particulier à l'eau. Il a réfléchi pour sélectionner, à partir des pratiques qu'il suit lui-même, celles qui sont utiles à tous, comme la compassion et la claire vision intérieure, en laissant par contre tomber d'autres qui sont spécifiquement bouddhistes, comme la méditation sur la vacuité. Il a repris

ce thème dans son dernier livre d'entretien avec Sofia Still-Rever *Manifeste pour une responsabilité universelle*. Après de nombreuses explications sur ce sujet, il propose une petite série de méditations pour le bien de la planète. Elles sont simples et on peut les considérer comme laïques. Si on va dans le sens des diverses théologies, il n'y aura jamais d'unité entre les religions, car les théologies sont faites pour diviser et séparer même des confessions qui sont voisines. Par contre on retrouve un dénominateur commun entre les différentes formes religieuses et l'agnosticisme quand on en revient aux besoins fondamentaux de l'être humain : aimer, être aimé, développer un travail qui ait un sens profond, ou encore pouvoir suivre librement l'itinéraire de vie que l'on ressent comme le meilleur pour soi. On sera alors dans le domaine d'une psychologie ouverte au spirituel, ou d'un religieux ouvert au psychologique, et on donnera un fondement solide à une spiritualité laïque.

## *Nouvelles de Ma Sharanam*

*Envoyées par Marie-France Martin*

*15 novembre 2016*

Une fois n'est pas coutume, ce ne sont pas des incidents internes qui ont déclenché mon envie d'écrire cette chronique, mais quelque chose qui touche l'Inde en général.

Pour débarrasser l'Inde de la corruption qui la gangrène, de l'argent illicite qui échappe aux impôts et qui finance le terrorisme, de la fausse monnaie qui représentait un gros pourcentage des billets en circulation, le gouvernement de Modi a donné un gros coup de pied dans la fourmilière. Un soir à huit heures, il a annoncé qu'à partir de minuit tous les billets de 500 et 1000 roupies, soit 96% de l'argent liquide en circulation, était « démonétisés » ; les gens ont jusqu'au 30 décembre 2016 pour déposer les anciens billets sur leurs comptes en banque. Il avait été fait, les mois précédents, une grosse campagne pour que tout le monde ouvre un compte en banque, quitte à ne pas y mettre d'argent. Le lendemain matin, l'Inde s'est donc réveillée pratiquement sans argent liquide, dans un pays où l'essentiel des transactions se font en liquide. Grosse pagaille, et panique pour beaucoup. A moyen terme, les pauvres n'y perdront rien, car l'argent qu'ils pouvaient avoir chez eux est très en dessous du seuil après lequel les dépôts sont très surveillés, et les questions gênantes posées. Les classes moyennes, dont les salaires sont versés dans les banques, apprendront à se servir de leurs cartes de crédit pour autre chose que pour retirer de l'argent des distributeurs. Certains commerçants s'équiperont pour les paiements électroniques, ou se mettront à accepter les chèques. Les retraits de liquides sont

actuellement limités à 24.000 roupies par semaine, ce qui est très large pour la majorité de la population, la plupart des revenus mensuels des familles étant inférieurs à cette limite hebdomadaire. Avec beaucoup moins d'argent liquide en circulation, il sera beaucoup plus difficile de payer de gros bakchichs. Évidemment, cette mesure ne suffira pas, d'autres sont dans les tuyaux.

Les personnes foncièrement malhonnêtes trouveront toujours le moyen de l'être, mais ce sera plus difficile et moins lucratif. Beaucoup d'Indiens étaient malhonnêtes parce que le système les y poussait, et parfois les y contraignait. Ceux-là sont contents de ce qui se passe. Ce n'est pas gagné, beaucoup de choses peuvent se passer, mais espérons ...

27 novembre 2016 : L'Inde se débat toujours dans une pénurie d'argent liquide, car il faut une masse de nouveaux billets, et il est impossible de les imprimer plus vite. Beaucoup de choses vivent au ralenti. Pour nous, nous essayons d'en avoir et y arrivons très mal, mais nous étions déjà organisés pour payer le moins possible en liquide. Il en faut pour l'essence des motos, pour acheter des légumes et des fruits, pour les médicaments... Pour le gros de l'alimentation, nous n'en avons pas besoin. Les salaires étaient déjà virés sur des comptes en banque, et les gros achats sont payés par chèques.

2 décembre 2016: La pénurie d'argent liquide perdure. La situation revient progressivement à la normale dans les villes, mais les billets n'arrivent dans les banques rurales qu'au compte-goutte. Les retraits dans les distributeurs de billets restent limités à 2.500 roupies par jour, et dans les banques, il n'y en a souvent pas. Elles ne donnent que de petites sommes à la fois. La vie est difficile pour les paysans, car les salaires des ouvriers agricoles illettrés étaient payés en liquide, et ils ne trouvent pas de journaliers pour les gros travaux.

## Nouvelles locales

Notre communauté continue à se développer. L'ashram ressemble maintenant à un village avec différentes zones : zone de la vie commune, avec le bâtiment principal, zone des visiteurs, zone des temples, internat, école, et étable. Du point de vue des bâtiments, ceux nécessaires à la vie de la communauté sont là depuis fin mars. Trois nouvelles salles de classe ont été construites à l'école.

### Zone des visiteurs.

Pour nos visiteurs, nous avons maintenant 10 chambres, avec 2 lits dans chacune d'elles. Nous pouvons accueillir 20 personnes simultanément, et même pour des périodes courtes aller jusqu'à 30, avec des conditions de confort plus problématiques... Des problèmes techniques retardent l'avancée de la construction du temple de Mâ Anandamayî et de la salle de yoga, cela se règlera en son temps.

Cela, c'est de l'ordre des moyens. Pour l'essentiel, les enfants travaillent, grandissent, se développent sur tous les plans. Les aînés sont de plus en plus adultes, plusieurs se forment

pour être professeurs de yoga, évoluent spirituellement, encadrent les petits et les nouveaux...Ce sont finalement 15 nouveaux qui ont rejoint la famille de l'ashram, et qui occupent bien leur place.

Les institutrices de l'école

Pour faire des économies, mais surtout pour diminuer la quantité d'OGM et de pesticides dans nos assiettes, nous cultivons des légumes. Les arbres fruitiers plantés l'an dernier donneront cette année amandes, goyaves, bairs, papayes en quantité non négligeable, ainsi qu'une demi-douzaine de chicous et autant de grenades. Un troupeau de 5 vaches nous fournit le lait pour le thé. La production de lait devrait augmenter en été et bientôt le gaz pour la cuisine, car, avec une technologie bien développée en Inde, nous allons nous équiper pour transformer les bouses, d'une part en gaz de cuisson, et d'autre part en engrais.

Mâ Sharanam foisonne de vie.... Vie des plantes, les 35 enfants et jeunes de l'ashram consacrent une heure le soir et trois heures les jours de congé aux plantations et au développement des espaces verts, et nous avons des tas de fleurs et de plantes d'ornement. Cette vie végétale amène une abondante vie animale. Outre notre troupeau de bovins, nous partageons notre espace avec une grande quantité d'oiseaux, de grenouilles, de souris et de rats, des écureuils, des taupes, des lézards, des caméléons sans compter les insectes et même un lapin ; les araignées, elles aussi, se portent bien. Il arrive qu'on voie un serpent...

Pour les humains, il y a les permanents de l'ashram, les enfants, les aînés dont deux sont professeurs à l'école, et les autres, à des postes divers, assurent le fonctionnement de l'ashram au quotidien, tout en préparant leurs examens en candidats libres, et puis les amis, proches ou lointains, les voisins du village, parents des enfants de l'école, qui font visiter l'ashram à tous leurs invités, et viennent s'y promener, d'autres un peu plus lointains qui viennent le dimanche, ou bien un weekend, ou deux ou trois jours, à chaque fois qu'il y a une fête, et elles sont nombreuses.

Avec l'hiver, commence la saison des visiteurs occidentaux. La plupart viennent pour des durées de trois à cinq semaines. Les séjours courts, d'une semaine ou moins, sont rares, comme ceux qui dépassant deux mois et demi.

Nous allons avoir plusieurs temps forts. D'ici quinze jours, un des grands disciples de Mâ Anandamayî, Ashok Baba, va venir pour une semaine et consacrer quatre jours à raconter la vie de Mâ à ceux qui viendront l'écouter. Ce sera principalement en Hindi, et à l'intention des indiens ; Il va y avoir deux sessions de trois semaines de formation de professeurs de yoga, du 31 décembre 2016 au 20 janvier 2017, et après le 28 janvier. Nos amis Américains de « Children of Ma » préparent un voyage de groupe début mars. Nous allons revoir nos anciens amis d'Omkareshwar, ceux qui ont été assez téméraires l'an dernier pour affronter la précarité dans laquelle nous vivions, et ceux qui ont attendu que des chambres soient construites. Désormais, nous avons aussi de nouveaux amis.

Une journée « normale » commence à 6h du matin par un temps de vie spirituelle communautaire : *aratis* à Mâ et à Shiva, chant de mantra, courte méditation, séance de yoga, étude d'un texte de Mâ Anandamayî. Cela dure environ jusqu'à 7H30. Après cela, les enfants rangent et nettoient l'ashram. Certains petits prennent leur douche s'ils ne l'ont pas fait avant. Certains préparent le petit déjeuner. Un petit groupe de permanents de l'ashram, ainsi que nos visiteurs, ont une liturgie d'une heure autour du feu. Nos visiteurs ne vont pas forcément à la pratique communautaire du matin ;

Après le petit déjeuner, c'est le temps de l'école pour les enfants et les enseignants, dont certains logent à l'école. J'assure un soutien individuel pour les enfants qui ont des problèmes de lecture. Pour les autres, c'est un temps d'étude personnelle ou de services à la communauté. Cuisine, courses, surveillance des chantiers ...

A midi, c'est l'heure du déjeuner. La communauté, les professeurs, les enfants, ceux des travailleurs des chantiers qui n'habitent pas Kawaria, les hôtes, s'il y en a, mangent ensemble. C'est le gros repas de la journée : riz, légumes, chapatis, lentilles sont là à volonté. En période normale, il y a entre quarante et soixante personnes à table.

L'après-midi, l'école reprend jusqu'à 14h30, sauf pour les petits qui finissent à midi. Moi, je me repose, je lis, fais ma lessive, jusqu'à 15h30. C'est l'heure du thé pour tout le monde, suivie d'une heure d'étude. Je fais du soutien en Anglais pour les aînés qui ne sont plus scolarisés. A 16h30, c'est le « *seva* » (service), le temps de travail pour la communauté, le plus souvent du jardinage. Je vais me promener. Je dépasse de quelques mètres les limites de l'ashram pour aller jusqu'à un point de vue sur la Narmada, puis je reviens en passant devant les chambres d'hôtes, les temples. Ensuite je descends vers les foyers des enfants, puis l'étable, ensuite l'école, parfois le potager. Je remonte par le bâtiment principal pour rejoindre ma chambre. L'ashram est maintenant un village, en faire le tour complet me prend une heure !

De 19h à 19h45, c'est de nouveau un temps de prière communautaire, suivi du dîner, plus frugal que le déjeuner. Parfois, il y a encore un rassemblement, un enseignement, la célébration d'un anniversaire, ou autre chose.

Pour moi, la validité de mon visa de tourisme se termine début janvier 2017, Je reviendrai en France le 9 janvier, et y resterai normalement six semaines. Je vais redemander un visa de résidente, mais sans garantie de l'obtenir. C'est assez difficile à vivre. J'irai d'abord au Centre Védantique de Gretz, en région parisienne, et de là je ferai ma demande de visa et attendrai la réponse. Ensuite, j'ai l'intention de descendre vers la région de St Etienne et de Montpellier, à des dates qui dépendront de la réponse à ma demande de visa.

#### Conseils aux visiteurs

Si vous avez des billets de 500 ou 1000 roupies de vos précédents séjours en Inde, sachez qu'après le 30 décembre 2016 ils ne vaudront plus rien. Avant cette date, il est encore

possible de les échanger. Actuellement, les distributeurs d'argent sont limités à 2500 roupies par jour, soit environ 25 euros, et sont souvent vides. Ne comptez donc pas dessus, emportez des euros en liquide.

Si vous souhaitez venir chez nous, sachez que nous sommes à 6 kilomètres des premières boutiques, à 20 kilomètres de la petite ville la plus proche. Nous n'avons pas de voiture, seulement des vélos et deux vieilles motos. Ne comptez donc pas faire du shopping ! Pour aller faire des courses, il faut faire venir un taxi et le payer, ou demander à un de ceux qui s'occupent de cela de vous rapporter ce dont vous avez besoin. Pensez donc à avoir avec vous une lampe de poche pour les pannes d'électricité, et tout ce dont vous avez besoin comme affaires de toilette, d'hygiène et comme médicaments, ainsi que des gâteaux secs et des fruits secs si vous pensez avoir des problèmes avec la nourriture de l'ashram. Prévenez également vos relations que vos possibilités de vous connecter à internet peuvent être réduites à une heure par semaine ...Nous n'avons pas de Hi-Fi, et la clé 3G communautaire, très demandée, est souvent en panne.

## *Nouvelles*

- Le long programme '**Tournée et Voyages 2016-17-18**' de Jacques Vigne est en permanence sur son site [www.jacquesvigne.com](http://www.jacquesvigne.com). Il se complète au fur et à mesure que les rencontres, stages, retraites, conférences se précisent. On peut aussi le demander à Mahâjyoti ([koevoetsg@orange.fr](mailto:koevoetsg@orange.fr))
- Atelier d'écologie intérieure et relationnelle – Méthode BYRON KATIE – et Méditation par **Sahaj NEEL (Florence Pittolo)** [florence\\_pi@yahoo.fr](mailto:florence_pi@yahoo.fr) à **Vérier-du-Lac (Haute Savoie)** – Pour les couples/parents (cycle court) jeudi 30 et vendredi 31 mars (45€ individuel) et 78€ (couple) et un week-end pour tous (et pour une formation professionnelle) le 1<sup>er</sup> et 2 avril 2017 (150€ particulier) et 200€ (professionnel).
- **Du 13 au 18 juillet 2017 : Probabilité de Retraite à Chardenoux avec l'Association 'A ciel ouvert'**, organisée par Sahaj Neel (Florence Pittolo) psychologue : [florence\\_pi@yahoo.fr](mailto:florence_pi@yahoo.fr) .  
**Le 13 Juillet** elle sera rejointe par Jacques Vigne pour intervenir dans la '*Semaine des Thérapeutes*'. Ce dernier interviendra sur « *Guérir les blessures intérieures et retrouver la joie* » et « *Approches méditatives et thérapeutiques* »  
Cette rencontre est ouverte à tous les professionnels psychothérapeutes, les outils proposés nous permettent aussi, à la base, d'explorer les liens entre le psychisme et la dimension « transpersonnelle » ou non-duelle. Sahaj Neel anime des stages spécifiques dans ce domaine (*institutions médicales en France et étranger, European Transpersonal Psychology Association, publications*).  
Les journées seront partagées entre des pratiques spirituelles, notamment transmissibles à des patients, et des temps d'« intervision » ou analyse de nos pratiques professionnelles (études de cas...) et bien sûr de présentations de

« papiers », conférences, débats d'intervenants : notamment le Dr. Jacques Vigne, le Dr. Jean-Marc Clément (recherche sur cognition et bouddhisme), Michèle Cocchi (psychothérapeute à Monaco) par vidéo-conférence et Sahaj Neel/Florence Pittolo (chercheuse en psychologie France/Inde, généalogie et transpersonnel), Sahaj/Florence aura, en outre, une série de stages et ateliers dans des programmes comme : '*Tantra de la non dualité et écologie intérieure*' '*Neurosciences médecine et méditation*', '*Stage d'approfondissement pour thérapeutes*' qui ira de mars à août 2017 (comprenant : Bruxelles, Chambéry, Annecy, Paris, Briançon, Ardèche, Chardenoux...) le tout en partenariat avec l'**Association Etre Présence** - Contact : [florence\\_pi@yahoo.fr](mailto:florence_pi@yahoo.fr) ou [sahajneel@yahoo.com](mailto:sahajneel@yahoo.com) – Tel : 06 68 54 73 87

- **RAPPEL : retraite de Pentecôte avec Jacques Vigne – du 3 au 14 juin 2017 : au 'Pré Martin' (à ANNOT dans les Alpes de Haute Provence - Arrière-Pays Niçois - (Proposée et coordonnée bénévolement par Geneviève (Mahâjyoti) :**

Le Village d'hôtes 'LE PRE MARTIN', est dirigé par une jeune femme dynamique Gabrielle AUGER. Il nous offre 'culture et nature', avec ses chalets situés sur la colline faisant face à la petite bourgade médiévale d'ANNOT (XI<sup>e</sup> siècle), dont les maisons à encorbellement, les chapelles et les vieilles échoppes racontent un passé riche d'histoire. Annot est surplombé par une couronne de falaises de grès dominant le village, paysage étonnant, constitué de failles, de blocs et de châtaigniers centenaires, qui ont été les témoins de bien des légendes... Non loin du Lac de Castillon, de la petite ville de Castellane et des Gorges du Verdon, le site est classé 'espace naturel sensible' et offre des richesses géologiques, botaniques, qui font la joie des grimpeurs par escalade.

Nous sommes dans les Alpes de Haute Provence, l'Arrière-Pays niçois, où serpente le célèbre petit 'Train des Pignes' des Chemins de Fer de Provence, à flanc de collines, dans une incroyable diversité de paysages somptueux et sauvages.

Une fois arrivés au '**Pré Martin**', c'est le calme propice à la retraite de silence de 10 jours que propose Jacques Vigne du samedi 3 juin au soir, jusqu'au mercredi 14 juin 2017 en fin de matinée. **De jolies fêtes de Pentecôte 2017 en perspective.**

### **Descriptif du thème de la retraite :**

*'Mieux comprendre les racines de la tristesse et réveiller la joie intérieure'*

**Vipassana** : méditation de « déplacer l'arbre » c'est-à-dire changer les racines corporelles de la tristesse en racines de joie.

**Les canaux d'énergie.** La tristesse comme obstacle, la joie comme espace sans obstacle. L'anxiété ferme non seulement la gorge, mais la narine. L'ouverture de la narine fermée comme archétype de la levée des obstacles. **Trouver le passage de la tristesse vers la joie.**

**Le Pré Martin se compose de :** 50 chalets de 36 m<sup>2</sup>, en pleine verdure, avec 2 chambres, salon, wifi, WC séparés, douche et cuisine équipée. (Donc possibilité de manger chez soi). D'une grande salle à manger, d'un salon-bar avec Internet-wifi, et d'une bibliothèque. (La liaison pour les téléphones portables y est parfaite).

Nourriture végétarienne, respectueuse des possibilités d'allergies de chacun

**Les Inscriptions sont ouvertes - Arrivée prévue le samedi 3 juin dans la journée ou fin d'après-midi, et départ prévu le mercredi 14 juin en fin de matinée.**

*Geneviève (Mahâjyoti) qui coordonne bénévolement la retraite fera le lien 'au besoin' ([koevoetsg@orange.fr](mailto:koevoetsg@orange.fr)), mais il est recommandé de s'adresser au Pré Martin pour réserver l'hébergement et les repas. Avec prière d'aviser Geneviève ensuite.*

Réservations et inscriptions **directement** : *Village d'hôtes : 'Le Pré Martin'*  
*Mme Gabrielle AUGER - Route du Pré Martin – 04240 Annot*

*Tel : 04 92 83 31 69 – 06 99 43 21 10 - Email : [contact@lepremartin.com](mailto:contact@lepremartin.com)*

*Sites : [www.lepremartin.com](http://www.lepremartin.com) et [www.annot.com](http://www.annot.com)*

*Accessible par le train des Chemins de Fer de Provence, au départ de Nice et de Digne : [www.trainprovence.com](http://www.trainprovence.com) –*

*Géolocalisation Le Pré Martin : Lat. 43° 57' 43" - Long. 6° 39' 55"*

*Possibilité de covoiturage (3 places) depuis la Normandie. Voir avec Isabelle Billiau – 06 28 06 16 29 – [normandie.trad@gmail.com](mailto:normandie.trad@gmail.com) - Pour les personnes ayant des budgets restreints, elles peuvent participer sous forme de nourriture partagée, la route est longue...*

*Abonnements au 'Jay Mâ' de Mars 2017 à Mars 2019  
(Marche à suivre en général)*

***C'est le moment des réabonnements***

Cette session actuelle de deux ans, a débuté avec le N°116 du printemps, un 'Numéro Spécial' dédié à ses 30 années d'existence et à Atmananda qui en fut l'inspiratrice. Cette session qui allait de Mars 2015 à Mars 2017 va donc se terminer avec ce N°124 du printemps, numéro 'charnière' qui débutera la nouvelle session des deux prochaines années. Merci aux nouveaux inscrits d'entrer, et aux fidèles de rester dans la Grande Famille de Mâ !

**Les abonnés actuels vont donc maintenant être concernés. Ils pourront renouveler leur abonnement à partir de maintenant (voir ci-dessous). Cet abonnement ira désormais de Mars 2017 à Mars 2019. On vous attend...**

Merci à tous ceux qui rejoindront 'en route' l'expérience du 'JAY MA' et qui s'inscriront pour ces deux prochaines années à venir, auprès de José Sanchez Gonzalez pour la partie administrative : 10 rue Tibère – 84110 Vaison-La-Romaine – [nagajo3@yahoo.fr](mailto: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](mailto:koevoetsg@orange.fr). **N'oubliez pas de l'aviser afin de recevoir les JAY MA...sinon, ils ne vous parviendraient pas !**

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 pour deux ans. Il faudra donc **envoyer à José**, comme d'habitude, un **chèque de 8 Euros au nom de Jacques Vigne**, pour couvrir les deux prochaines années. Les numéros arriérés seront toujours envoyés par Geneviève (Mahâjyoti) à tous ceux qui s'inscriront en cours de route.

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** (*Incarnation Spirituelle et Culturelle de l'Inde*) Par Swami Paramananda

**Mâ Anandamayî et la spiritualité au féminin** (*Par Jacques Vigne*)

**Les voyages en Inde-Rencontres avec des Maîtres comme Mâ Anandamayî** (*Par Sundari*)

**L'air a l'air somnolent** (*Poème de Jean E. Louis*)

**La Baie des Anges-Attentats Paris/Nice** (*envoyé par Rochan Mavaddat-Centre Baha'i Nice*)

**Extrait de la lettre d'infos de Radio Gandharva Gana** (*Par Swami Veetamohananda*)

**Sagesse du védânta, sagesse de la méditation laïque** (*Par Jacques Vigne à Gretz*)

**Nouvelles de Mâ Sharanam** (*envoyées de l'Inde par Marie-France Martin*)

**Nouvelles**

**Abonnements à renouveler pour deux ans : de Mars 2017 à Mars 2019**

**Table des Matières**

---