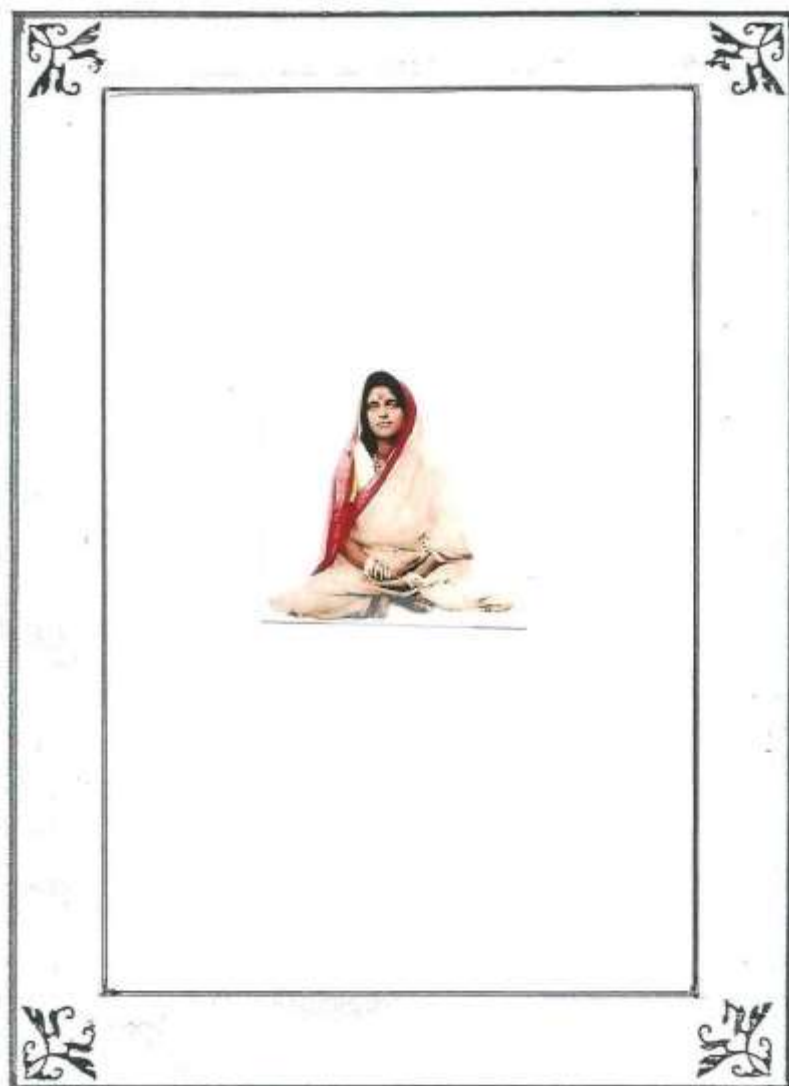


# *Jay Mâ N° 125 – Eté 2017*



*Paroles et Souvenirs de Mâ*

*Tirés de Mâ Anandamayî*  
*Incarnation de l'Héritage culturel et spirituel de l'Inde*

*Sri Sri Mâ Anandamayî*

*La Flamme Éternelle*

*Sri Govind Narain ICS (Retd.)*

De tous temps notre pays a connu une tradition de grands sages et de grands prophètes. Ces êtres supérieurs ont préservé notre sagesse et assuré la continuité de nos valeurs et de notre culture. Cela a constitué l'épine dorsale de notre unité et de notre intégrité nationales. Chacun de ces grands êtres a fait en sorte de transmettre à sa façon les enseignements, afin qu'une humanité désireuse de savoir puisse en tirer profit. Certaines de ces âmes qui ont atteint la réalisation spirituelle sont venues parmi nous pour assurer notre salut. Leur avènement a été annoncé par les sages qui les ont précédées. Sri Sri Mâ Anandamayî est l'une de ces âmes extraordinaires.

User de nos simples mots pour parler de Mâ Anandamayî équivaut à vouloir expliquer le soleil éblouissant à l'aide de la maigre flamme d'une bougie. Une vaine tentative. Mâ est tout et plus que cela. Toutes les descriptions la concernant ne sont que minuscules fragments de l'infinitude. Le *mahasamadhi* de Mâ est un phénomène du monde physique. Mâ est éternelle. Elle existe en nous telle une flamme vive et brillante à l'intérieur des êtres que nous sommes. Nous avons besoin de la perception pour La voir. Son Être fragrant est toujours en nous et il est essentiel que nous nous débarrassions de notre ego et de notre aveuglement pour avoir pleinement conscience de Sa présence. Elle est la pureté personnifiée, venue parmi nous pour guider nos pensées et nos actions, à la condition toutefois, que nous soyons suffisamment grands pour être humbles et nous en remettre entièrement à Elle. A ce Un qu'Elle représente, j'offre ma dévotion la plus profonde.

**Les Âmes supérieures appartiennent à la même dimension.**

Lorsqu'il était jeune, mon beau-père, le docteur Panna Lall, effectua ses études au collège St. John à Agra. Il eut la chance d'y bénéficier de la protection du Professeur Surya Kumar Karfarma. Ce dernier était un *Grahastha* qui avait su assurer sa progression spirituelle par le biais d'une *sâdhanâ* sérieuse et soutenue. Grâce à lui, le Dr. Panna Lall apprit énormément de choses, aussi bien sur le plan de ses études que sur celui de la spiritualité. Leurs rapports se poursuivirent dans le temps et, plus tard, le Dr. Panna Lall présenta les membres de sa famille au Prof. Karfarma. Les enseignements que celui-ci leur prodigua par la suite marquèrent profondément cette petite communauté. En 1925, le Professeur, qui s'était

retiré depuis longtemps déjà, rendit visite au Docteur Panna Lall à Unao où celui-ci était en poste. Au cours d'une conversation qu'ils eurent en privé, le Professeur Karfarma déclara à mon beau-père qu'en ce qui le concernait, il lui avait transmis toute la connaissance qu'il possédait, mais qu'un grand être illuminé, qui était déjà incarné, s'occuperait de lui, Dr. Panna Lall, le moment venu et le conduirait plus avant dans son cheminement. Le Professeur faisait allusion à Sri Sri Mâ Anandamayî. Plus tard, lorsque le Dr. Panna Lall rapporta cet épisode à Sri Mâ, celle-ci se contenta de sourire avec douceur. Ainsi, d'autres âmes supérieures étaient au courant de la venue de Mâ sur cette terre. Ils appartenaient tous au même monde.

C'est en 1938 que Mâ vint à Allahabad où mon beau-père exerçait alors son activité de « commissioner ». Swarnalata Jaspal (Brahmacharini Billoji) et sa famille avaient coutume de rendre visite à Mâ. Billoji qui avait obtenu ses diplômes quelque temps avant Chandra, ma femme, annonça à celle-ci qu'une grande sainte était arrivée dans la ville et lui conseilla d'aller la voir. Mon épouse se rendit au lieu qu'on lui indiqua et eut le *darshan* de Mâ en même temps que Billoji. Par la suite elle y emmena ses parents afin qu'ils aient eux aussi le *darshan* de Mâ. Lors de cette première rencontre avec mon beau-père, Mâ se mit tout à coup à rire et lui dit : « Pitaji, vous étiez présent vous et de nombreuses autres personnes, lors de la cérémonie de la *sannyâsa* de Chaitanya Mahaprabhu ». Cette remarque de Mâ déclencha une véritable décharge électrique dans le corps du Dr. Panna Lall et emplit son cœur d'une profonde dévotion qu'il conserva durant toute sa vie.

Durant la période 1941 à 1943, je rendis visite à Mâ en différents endroits, en compagnie de mon beau-père, mais à l'époque, le contact ne s'était apparemment pas établi entre Mâ et moi-même. J'étais timide et introverti. Je me souviens avoir assisté à des *satsang* de Mâ sur le toit-terrace de la Hari Ram Joshi à Lucknow. Il y avait en général quelques vingt-cinq disciples qui y prenaient part. Durant les *kirtan* Mâ entraînait souvent en *samâdhi*. Les *kirtan* « doux » se répétaient et Mâ revenait dans le monde physique après de courts laps de temps. Je me souviens aussi de séances en comité réduit, toujours en compagnie de mon beau-père, à Vindhyachal, à Dehra Dun et en d'autres endroits. J'étais de plus en plus impressionné par la grâce et la douceur extrême de Mâ mais je dois avouer que la véritable étincelle n'avait pas jailli en moi.

### **Le jour où Mâ déclencha en moi l'Étincelle spirituelle.**

Décembre 1943 – janvier 1944. J'étais en poste, en tant que *Magh Mela Officer* à Allahabad et mon épouse, nos deux filles et moi-même, campions pour une durée d'un mois au Sangam. L'atmosphère du lieu semblait littéralement sanctifiée car des *bhajan* et des *kirtan* s'y déroulaient toute la journée et, dès le matin à l'aube, des flots de disciples venaient y pratiquer l'immersion sacrée dans le froid glacial de l'hiver. Une nouvelle agglomération s'était développée avec la venue d'une foule de personnes – *sadhus*, disciples, *pandhas*, commerçants et services de toutes sortes. Il fallait organiser les choses et prendre les dispositions qui convenaient. Un jour, alors que nous venions de terminer notre repas de midi, nous trouvâmes Mâ devant la grille de notre campement, accompagnée d'une simple

*brahmacharini*. Nous nous précipitâmes, ma femme et moi, dans sa direction. Mâ se mit à rire et s'exclama : « J'ai entendu dire que Govind Narain vivait dans cet endroit, alors ce corps est venu. » Nous étions éblouis par son charme. Nous n'avions pas grand-chose à lui offrir si ce n'est deux bananes qui restaient du repas. Avec sa grâce indicible, Mâ nous bénit tous les deux ainsi que nos filles puis elle s'éloigna. L'étincelle venait de jaillir en moi.

Dans le courant de l'année 1946, mon beau-père se rendit à Vrindaban où Mâ prenait part à la célébration du *Holi*. Mon épouse et moi, accompagnés de nos deux jeunes filles Chandan et Nandini, nous rendîmes également sur les lieux. L'atmosphère qui règne en ces occasions où la présence de Mâ domine le tout, est tout simplement divine et la venue d'un grand nombre de *Mahâtmas* et de disciples ne fait qu'ajouter à la grandeur de l'évènement. Un jour, lors d'une des petites réunions qu'Elle tenait, Mâ révéla que tous ceux qui venaient vers Elle l'avaient toujours accompagnée tout au long de nombreuses vies précédentes et que chacune de ces personnes était en train de gravir le chemin de la spiritualité. Cela eut un véritable impact magnétique sur nous tous qui l'écoutions. Le lien qui nous unissait à Elle se faisait de plus en plus fort. Après quelques jours de pure béatitude, le moment vint où il nous fallut reprendre notre travail. Mâ me conseilla de me mettre en route après avoir pris le *prasâd*, ce que j'omis de faire car je devais prendre la route sans perdre de temps pour me rendre à une réunion à Hatras, en direction d'Aligahr. Je persuadai donc ma femme de partir sans attendre. Un chauffeur était au volant de notre petite Morris. Nous avons parcouru environ 7 miles, lorsque tout à coup une vieille femme traversa la route juste au moment où nous arrivions. L'avant de la voiture la heurta de plein fouet et la traîna sur une dizaine de mètres avant de s'arrêter. Nous fûmes terriblement secoués. La femme poussait des hurlements. Son fils accourut pour s'occuper d'elle. J'installai rapidement ma famille à l'ombre d'un arbre, sur les bas-côtés de la route et emmenai la femme et son fils à Vrindaban, dans un dispensaire où je la fis soumettre à des examens minutieux. Par la grâce de Mâ, elle ne souffrait d'aucune blessure, pas même d'une égratignure, mais elle était en état de choc. Je la fis hospitaliser pour un contrôle supplémentaire avant qu'elle ne décide de rentrer chez elle. Ensuite je me rendis à l'ashram de Mâ pour raconter à mon beau-père ce qui venait de se passer. Mâ s'aperçut alors de ma présence. Elle sourit puis me répéta qu'il serait bien que je prenne le *prasâd* avant de m'en aller. La leçon venait de porter ses fruits. Je pris avec moi le *prasâd* pour toute la famille et je me remis en route. Lorsque j'arrivai à l'endroit où j'avais laissé ma famille, ma femme me lança : « Alors, qu'en est-il de ta crainte d'être en retard à ta réunion à Hathras ?... » Les voies de Mâ sont impénétrables !

Au début de l'année 1947, j'étais en poste au Secrétariat à Lucknow. Je logeais alors au 2, Olliver Road. Mâ nous donna de nouveau sa bénédiction. Elle vint nous rendre visite à la maison. Nous l'accueillîmes avec nos modestes moyens et lui rendîmes hommage. Sa divine grâce prévoyait apparemment de me confier de plus grandes responsabilités.

### **Un exemple de la *lîlâ* de Mâ.**

(De 1951 à 1954 j'ai vécu au Népal avec ma famille. J'avais été commis au poste de Conseiller au Secrétariat de Sa Majesté le Roi Tribhuvan Bir Bikram Shah du Népal. A

Katmandou l'hiver était en général assez froid, raison pour laquelle ma femme allait passer les quelques mois de cette période avec son père, le Dr. Panna Lall. En 1953 elle se rendit avec celui-ci à Vrindaban, à l'ashram de Mâ.)

En 1954, mon père, mon épouse, nos enfants et d'autres membres de la famille, se trouvaient à Allahabad, dans l'ashram de Mâ, près du 'Sangam'. Mâ les emmena tous pour une immersion dans le Sangam, après quoi elle retourna à l'ashram. Quelque temps après, une grande fatigue sembla s'abattre sur Mâ qui s'exclama tout à coup qu'Elle avait le sentiment qu'une foule piétinait son corps. On apprit un peu plus tard qu'une tragédie avait eu lieu, une panique générale qui avait causé la mort de centaines de personnes sur les berges glissantes du fleuve. Je me trouvais alors à Katmandou et bien évidemment je fus pris d'une terrible angoisse lorsque j'appris la nouvelle par la radio. Tous les fidèles qui entouraient habituellement Mâ étaient sains et saufs. Quant à Mâ, Elle fut particulièrement affligée par le drame qui venait de frapper la grande famille humaine.

Un jour je me rendis, avec mon épouse et son père, à l'ashram de Varanasi, à l'occasion du *Sharavatri*. Un après-midi, alors que mon beau-père était assis dans la cour, Mâ sortit de la salle de bains, une serviette mouillée à la main. Père, comme à l'accoutumée, lança une petite réplique amusante. Mâ se mit à rire et lui posa la serviette mouillée sur la tête. Père, exalté, se prosterna devant Elle, lui rendant grâce pour sa gentillesse et sa bénédiction. Ceux qui sont familiers de la théorie de *Shaktipat* ou de l'éveil de la *kundalini*, apprécieront certainement la signification de cette *lîlâ*.

Les préparatifs organisés par Mâ à l'occasion de la *Shiravâtrî Pûjâ* étaient toujours effectués avec un soin méticuleux sous Sa constante supervision. Tous ceux qui participaient à ce culte sacré, étaient tenus d'observer un jeûne absolu dès le lever du jour, sans même absorber la moindre goutte d'eau.

### **La Kripâ-Sagari de Mâ.**

Un jour à Dehli, la *pûjâ Shivarâtri* avait été organisée à l'ashram de Kalkaji et Smt. M.S. Subhaluxmi s'était joint à nous pour la circonstance. Je ne me sentais pas très bien car je relevais tout juste de maladie. Je demandai à Mâ si je pouvais prendre du lait. Mâ ne me dit pas « non ! ». Elle me dit tout simplement, en souriant, que dans ce cas je devrais assister à la *pûjâ* de l'extérieur de la salle. Le message était on ne peut plus clair. Je me résolu donc à observer le jeûne *nirjala* et décidai de m'asseoir parmi les autres fidèles mais pour une seule *pûjâ prahar*. Ma femme et mes filles étaient présentes elles aussi. Après le premier *prahar* nous échangeâmes quelques regards et je leur fis comprendre que je resterais pour le *prahar* suivant. Durant la pause, M.S. Subhaluxmi chantait quelques *bhajan*, de beaux chants religieux et Mâ passait parmi les fidèles, échangeant quelques paroles avec les uns et les autres. Le deuxième *prahar* terminé, je me sentais suffisamment solide pour assister au troisième, et ensuite au quatrième. Ainsi par la grâce de Mâ j'avais accompli la totalité de la *pûjâ*. J'étais étonné du revirement de mon état de santé pourtant déplorable peu de temps

auparavant. Je compris alors que la *kripâ*, la grâce divine en Mâ, pouvait être sans limites pour peu que l'on suive ses instructions.

### **Une autre mystérieuse *lîlâ* de Mâ.**

Durant notre séjour au Népal nous avons fait l'acquisition de deux *chaur* aux poignées d'argent. Ces objets sont utilisés pendant les cultes religieux aux déités. Mon beau-père, quant à lui, avait fait don de deux représentations de *Ashtadhatu* – celle de *Mahaprabhu* et celle de *Nityananda* – pour qu'on les expose dans l'ashram de Vrindaban. Mâ les avait joliment disposées, dans un beau décor qui devait servir pour le culte. Nous nous retrouvâmes tous à Vrindaban. Les idoles étaient magnifiques et Mâ nous décrivit avec amour et spontanéité la manière dont Elle avait procédé pour installer tous ces beaux objets et cela afin de nous préparer à la cérémonie qui devait durer quelques heures. La veille, alors que Mâ effectuait l'inventaire de ces objets et s'assurait que toutes les dispositions avaient été prises, plusieurs Ashramites chargés de l'aménagement vinrent lui rendre compte de la situation. Ils lui signalèrent que tout était en ordre mais qu'il n'y avait pas de *chaur*. A ce moment-là, ma femme avait déjà placé un des *chaur* dans ses bagages et son père lui avait dit d'attendre avant de continuer. Il voulait voir quelle serait la *lîlâ* de Mâ. Et Mâ était précisément en train de parler de *chaur* et Elle se montrait préoccupée. Puis Elle déclara que le Seigneur Lui-même procédait à Ses aménagements et qu'il n'y avait pas lieu de s'inquiéter. Quelque chose se passerait. A ce moment-là, mon beau-père dit tranquillement à ma femme de prendre le *chaur* et d'aller le remettre à Mâ. Ce qu'elle fit. Mâ, heureuse, se mit à rire et lança : « N'avais-je pas dit que le Seigneur procédait Lui-même à Ses aménagements ? ». Nous restâmes bouche bée devant la façon qu'avait eu Mâ, Elle qui est omnisciente, de préparer Sa *lîlâ* pour convaincre les personnes présentes.

Lorsqu'on commence à parler de Mâ, on perd totalement la notion du temps et de l'espace. Il y a tant à dire sur Elle qui est omnisciente, omniprésente et sans limites ! Mais je me dois de tempérer mon enthousiasme. Puisse la grâce de Mâ être avec chacun de nous. Jay Mâ.

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

## *Ma rencontre avec l'Inde*

### *Un récit de Frère Antoine*

*Jacques Vigne a rendu visite dernièrement à Frère Antoine, dans sa grotte, et a trouvé ce vieux jeune homme de 94 ans, toujours espiègle et cinglant d'humour, dans une très bonne forme, mais prêt quand même, peut-être un jour prochain, à quitter cette grotte sous les rochers rouges de Provence, où il a vécu pendant 50 ans...Le petit homme aux yeux bleus perçants, au vocabulaire plutôt mal embouché, lui a donné ce récit de son cru, qui résume en peu de mots, la magie de son existence...Une*

*émission de télévision célèbre l'avait montré, il y a quelques années, comme une sorte de phénomène original aux yeux ébahis des téléspectateurs !!! La 'montée' à la grotte, en crapahutant au milieu des sentiers sauvages parsemés de grosses pierres glissantes, bordés d'arbres de la Provence sous un ciel bleu garanti, vaut toujours son pesant d'or !!!*



*L'entrée de la grotte de Frère Antoine à Roquebrune sur Argens*

*Il se définit lui-même comme étant SDF : 'Super Domicile Fixe' !*

*A une certaine époque, Frère Antoine avait fait le long périple à pied pour rendre visite à Swami Vijayânanda à l'ermitage de Dhaulchina, en Inde.*

*Il est intéressant de signaler une synchronicité qui est arrivée à Jacques Vigne lors de sa visite à la grotte de Roquebrune sur Argens. Il a essayé de faire dédicacer par Frère Antoine son récent livre Les Chansons du Rocher, mais ce dernier a fermement refusé en disant « C'est Rachel Guimbaud qui a fait tout le travail pour éditer ce livre, c'est elle qui doit mettre la dédicace ». Ensuite Jacques est redescendu à la gare des Arcs-Dranguignan pour prendre le train de Nice, il avait raté le précédent, et en allant à la borne pour retirer son billet, il a vu que la personne debout à la borne d'à côté était justement Rachel qui prenait son billet pour Toulon. De ce fait, elle a pu effectivement lui mettre une dédicace sur le quai de la gare, trois minutes avant l'arrivée du train : ce qui devait se faire s'était fait !*

Voilà le récit de Frère Antoine :

Je vivais dans une grotte du Rocher de Roquebrune sur Argens, quand un industriel marseillais qui était amoureux de l'Inde à travers les livres de Gandhi et Vinoba, eut l'idée de m'offrir un pèlerinage au pays des sages.

C'était en 1967

Je partis donc avec beaucoup d'enthousiasme et plein de sous. Mais voilà qu'à peine arrivé, Mai 68 survenait avec sa petite révolution. De ce fait, je ne savais plus comment transformer les roupies en francs qu'on m'envoyait. Cet argent restait donc bloqué dans les banques.

Ce qui fit qu'après avoir passé les premiers mois tel un maharaja, débordant de générosité, sans mérite aucun, je devins comme un moine-errant. J'en suis ainsi arrivé à penser que cette révolution 68 s'était déclenchée exprès pour moi, afin de me remettre dans ma vraie vocation.

C'est alors que je rencontrai Vinoba et l'ashram Samanvaya, c'est à dire de l'harmonie à Bodhgaya et l'Ecole de la jungle. C'est précisément à cet endroit que je construisis un four à biscuits afin d'utiliser les subsides que l'Amérique envoyait. D'ailleurs, depuis lors, les anciens m'appellent encore 'Frère Biscuit'.

Je suis revenu vivre dans ma grotte pendant 30 ans, jusqu'à ce que le tourisme organisé ayant découvert mon repaire, en fasse son aire de chasse en traquant la bête curieuse à coup de caméra. Cela sans tenir compte évidemment des périodes organisées d'ouverture ou de fermeture de la chasse, comme pour les sangliers...

Pendant ces trente années de grotte, je n'avais aucun souci d'argent. La nourriture arrivait de tous côtés. Il paraît même que j'étais le meilleur pourvoyeur du restaurant du cœur de Fréjus.



*Frère Antoine et Mahâjyoti dans la grotte de Roquebrune sur Argens*

J'essayais en vain de me dérober comme je pouvais au rush touristique, en me déguisant moi-même en touriste. Trouver une casquette n'était pas difficile en soi, mais trouver la tête adéquate pour mettre dessous était une autre histoire ! Aussi je décidai un beau jour de m'échapper pour vivre dans une petite maison à Dieulefit.

Par ailleurs, je ne savais pas que j'avais droit depuis dix ans à une allocation vieillesse. Je me félicitai du cadeau que j'avais fait à la bonne Marianne, tout en remplissant les formulaires qui allaient m'ouvrir droit à cet avantage, pensant que dans ma nouvelle situation, ce dernier me serait bien utile...

Mais cette demeure m'était gratuite et les dépenses pour y vivre si minimes, qu'ayant dit au Receveur des Postes que je ne dépensais pas 100 francs par mois, il me répondit qu'il allait m'envoyer sa femme en stage.

### *Œil pour œil*

Je pris donc la décision de rentrer en relation avec l'Ashram de l'Harmonie où j'avais si gracieusement été reçu trente ans plus tôt.

J'appris qu'on y faisait des opérations des yeux. Tous les ans des médecins opéraient gratuitement des milliers d'aveugles, et, depuis peu, des enfants nés aveugles (180 en septembre 2002).

Le jour où je décidai d'offrir le trop plein de ma pension pour opérer des yeux ces enfants nés aveugles, j'ai perdu mes lunettes en faisant les foins.

Je portais des lunettes depuis l'âge de 9 ans et j'en avais besoin pour lire et conduire. Je perds donc mes lunettes qui sont d'ailleurs demeurées introuvables depuis lors...

Le soir de ce jour-là, je prends un livre et voilà que je lis très bien sans lunettes ! Mon contrat avec le ciel avait été opérationnel. Tous les sous que j'aurais pu déposer en frais d'oculistes et d'appareillage, je pouvais enfin les consacrer sous forme de dons aux enfants indiens nés aveugles

Mais ce n'est pas tout ! A ce miracle s'en joignit un autre. Je vois Dieu dans le sourire des enfants ! De tous les enfants, mais spécialement dans le sourire des enfants indiens.

C'est inexplicable et inénarrable.

Frère Antoine.

#### **A lire :**

*Le paradis c'est ici*, aux éditions Presse du Châtelet

*Une bouffée d'ermite*, aux éditions de la Table Ronde

*La Voie du Rocher*, aux éditions de la Table Ronde

*Frère Antoine, Le Cosmomoine*, aux éditions ALTESS

*Frère Antoine, Ermite de l'Ordre du Jour*, éditions Campanile

*Merci pour tout*, éditions Accarias l'Originel

*Frère Antoineries*, Editions Unicité

#### **A voir :**

'BALLADE POUR UN ERMITE' – Documentaire de 52mns réalisé par Bruno Vienne

En DVD : 20 Euros + 7 Euros de frais d'envoi (TTC 27 Euros frais d'envoi inclus)  
Merci de libeller le chèque à MONA LISA production, MONA LISA, 3 Place Chazette, 69001  
LYON – Tel : 04 78 39 04 04

Le film est en ligne sur Vimeo. Entrez le lien suivant :

<http://vimeo.com/ondemand/baladepourunermite2>

## *LA VIE S'ENVOLE, QUE DEVENONS-NOUS ?*

*(Poème de Monique Manfrini - 04-11-2016)*

Voici une jolie présentation de Monique par elle-même :

« Mon nom est Monique Manfrini. J'ai pu connaître Swami Vijayânanda à Kankhal (près de Hardwar) lors de visites à l'ashram de Mâ Anandamayî. Sa présence, sa vitalité, son optimisme, sa générosité continuent de m'inspirer dans la vie de tous les jours et dans ma recherche spirituelle. C'est là aussi que ma rencontre avec Jacques Vigne a eu lieu en 2000-2001. J'ai suivi des enseignements de l'advaita vedanta en anglais auprès d'un élève de Swami Dayananda en Inde du Sud. Ce fut une révélation tant ces enseignements ont trouvé d'écho au plus profond de moi. C'est sur cette voie de la Connaissance - jnana - que s'inscrit ma recherche. Mais, la bhakti n'est jamais très loin... Mes poèmes reflètent cette philosophie qui m'inspire toujours. La recherche continue... » Monique nous a promis de nous envoyer également quelques extraits de sa recherche spirituelle et personnelle, suite à son séjour en Inde, recherche transcrite dans un texte qu'elle a intitulé 'Dévider le fil à soie'... Nous en reparlerons.

**La vie s'envole et nous n'évoluons pas ou si peu,  
Absorbés par notre mental, ne sachant pas que ce temps  
Qui fuit en permanence se rit de nous et de notre importance.  
Quand le comprendrons-nous et consacrerons-nous chaque  
Instant de la vie qui nous reste à nous transformer ?  
??**  
**Avant-hier, nous sommes allés fleurir les tombes de ma mère,  
De ma grand-mère paternelle et de mes grands-parents maternels.  
Il y avait aussi la tombe de mon arrière-grand-mère maternelle...  
J'ai vu toutes les autres tombes alentour dans les cimetières  
D'Avignon et de Villeneuve, de l'autre côté du Rhône.  
??**  
**J'ai lu les noms et les durées de vie de tous ces défunts inconnus.  
Certains ont eu si peu de temps pour connaître la vie  
Et l'ont quittée si vite. Que penser de ces vies fauchées si tôt ?  
Certaines tombes sont délaissées par les familles ou parfois,  
Les familles se sont éteintes et nul ne vient s'y recueillir...  
??**  
**Quelle tristesse, quel abandon, quel oubli !  
Pourtant, tous ces morts ont vécu, aimé, parfois même, détesté leurs  
Semblables et puis, plus rien, le vide les a absorbés totalement.  
Un tourbillon mortel, un trou noir les a avalés. Où sont-ils allés ?**

**Ce lieu existe-t-il ? Est-il quelque part ? Où sommes-nous maintenant ?**

**??**

**Qui peut répondre à ces questions ? Nul n'a la réponse.**

**Les squelettes désagrégés ne parleront pas. Leur mémoire s'est effacée.**

**Toutes leurs souffrances ont disparu. Que reste-t-il de leurs vies ?**

**Quand même le souvenir de leur existence n'est plus...**

**Qui se rappellera qu'ils sont nés et ont séjourné sur cette terre ?**

**??**

**A quoi sert cette existence qui nous paraît si importante**

**Lors de notre séjour parmi les vivants et auprès des nôtres ?**

**Un jour, nous aussi, nous ne serons plus de ce monde.**

**Qui saura alors que nous avons vécu et cherché à percer**

**Le secret de cette vie et son sens caché qui nous échappe.**

**??**

**La mémoire s'enfuit. Le temps nous ensevelit peu à peu.**

**Qui saura ce que nous avons pensé, appris, compris de cette vie ?**

**Qui s'en souciera lorsque même nos proches ne seront plus ?**

**Le temps nous supprime chaque jour, chaque minute, chaque seconde**

**Jusqu'à l'effacement radical comme encre sous la pluie.**

**??**

**La page sera lavée et même la trace colorée ne sera plus visible.**

**Nous devenons le vide et le vide n'a ni commencement**

**Ni fin. Il est partout et nulle part, comme nous après notre mort.**

**Mais, pouvons-nous devenir le vide ? Ne le sommes-nous pas déjà ?**

**Notre ego, seul, ne veut pas mourir mais vivre à jamais.**

**??**

**Qui veut si ce n'est l'illusion d'exister ? Nous croyons être vivants.**

**Nous refusons d'accepter que nous croyons être sans être.**

**La créature humaine est un phénomène transitoire**

**Qui se veut immortel et inchangé dans un monde précaire.**

**Comment l'accepter et vivre avec cette réalité ?**

**??**

**Aller dans un cimetière pour la Fête des Morts,**

**Peut nous aider à sentir que nous sommes en sursis**

**Sur cette terre qui nous a été prêtée pour comprendre**

**Ce que nous sommes venus y faire et non pour s'y croire**

**Propriétaires de droit et héritiers légitimes de tout...**

**??**

**Nos existences sont fragiles comme ailes de papillon**

**Dans la tourmente. Ne l'oublions jamais et agissons**

**Comme des voyageurs qui passent et sont vite oubliés !**

**Acceptons cette précarité de la vie qui seule, peut nous**

**Amener à évoluer vers le Sens de l'existence, notre vrai Moi.**

**??**

## **VOYAGE AU BHOÛTAN**

*Du 12 au 25 novembre 2016*

*Par Joëlle COIRET*



### *TAKTSANG 'La tanière du tigre' près de PARO*

*Joelle COIRET. Professeur de français à la Réunion et Madagascar pendant 37 ans. Professeur de yoga: formation Yoga de l'Energie Bordeaux 1991. Nombreux stages avec les formateurs de différents courants, dont Viniyoga. Elève de Jacques VIGNE depuis 2006. Joelle vit désormais à Ciboure, au Pays Basque. Voilà son récit :*

Nous étions un groupe d'une vingtaine d'amis du yoga -dont cinq ayant eu le privilège de visiter le Tibet, le Lac Manasarovar et de faire la kora du Mont Kaïlash en mai 2011- qui nous retrouvions à Delhi autour de Jacques VIGNE et de Dinesh SHARMA. Chaque journée sera ponctuée de méditations, de rencontres, de visites des dzongs (forteresses à la fois civiles et religieuses) et des monastères.

Dès l'atterrissage à **PARO** entre les collines et après un virage sec sur l'aile gauche, nous voilà plongés dans l'enchantement de ce petit pays (650.000 habitants), silencieux et pur dont nos guides Tenzin et Yeshé répèteront les cinq fondements: compassion, compréhension, générosité, sagesse et égalité. L'aéroport vide semble un grand monastère posé sur la plaine et nous retrouverons tout au long de notre voyage, dans les lieux publics et privés, le même souci esthétique et le respect de l'architecture traditionnelle ornée de sculptures en bois et de peintures extérieures et intérieures raffinées. Le pays du «Dragon-Tonnerre», Druk Yul en dzongkha, langue nationale tibéto-birmane, tient à cultiver son originalité, ses traditions et la vénération de la famille royale, en particulier du Roi actuel JIGME KESAR NAMGYEL WANGCHUCK, le cinquième de la dynastie.

Le pays tout entier -qui resta isolé jusque dans les années 70 – est sacré: chaque vallée est un lieu de pèlerinage, les torrents font tourner des moulins à prières, les Bhoutanais sont profondément habités par leur foi et les valeurs bouddhistes. C'est le seul pays au monde où le bouddhisme Mahayana dans sa forme Vajrayana tantrique est la religion officielle. Notre première visite fut consacrée au site le plus impressionnant, accroché entre ciel et plaine à 3000 m. d'altitude: TAKTSANG («la Tanière du Tigre»), où selon la légende, au 8<sup>ème</sup> siècle, Guru Rinpoché Padmasambhava arriva sur le dos de son épouse tibétaine métamorphosée en tigresse. C'est ainsi qu'il introduisit le bouddhisme au Bhoutan. Les différents temples sont

accrochés à la falaise sombre, 800 mètres au-dessus de la vallée, et tout au long de la montée dans la forêt de cyprès, de chênes et de pins bleus, nous découvrons progressivement leur implantation vertigineuse qui en fait un des lieux de pèlerinage les plus secrets et les plus vénérés du monde himalayen. Les drapeaux de prières tendus de part et d'autre de la falaise claquent au vent. Un premier temple fut construit au 14<sup>ème</sup> siècle autour de la grotte de méditation de Guru Rinpoché, puis d'autres bâtiments furent élevés en 1692 par Gyaltse Tenzin Rabgye. On se demande par quel mystère les premiers moines ont pu escalader cette lisse paroi verticale, atteindre le sommet et y transporter les matériaux nécessaires à la construction. Un incendie détruisit en 1998 une partie de l'ermitage qui fut reconstruit ainsi que les hautes statues de Padmasambhava et d'Amitabha. Dans ce lieu d'isolement et d'élévation, Dilgo Khyentse Rinpoché (1910-1991), maître du Dalai Lama et de Matthieu Ricard, aimait venir se recueillir jusqu'à la veille de sa mort.

La journée se termine par la visite du KYICHU LHAKHANG, l'un des joyaux du pays, élevé au 7<sup>ème</sup> siècle par le roi bouddhiste tibétain Songtsen Gampo qui décida d'épingler selon la légende 108 temples sur 108 points du corps d'une démons hostile à la propagation du bouddhisme. Cette cartographie mythique explique le lien particulier entre ce temple édifié sur le pied gauche et le Jokhang de Lhasa construit sur le cœur même de la créature. Les peintures des quatre Gardiens des Orient protègent l'entrée. Des turquoises et des coraux offerts par les fidèles sont incrustés dans le plancher à l'endroit des prosternations. Les statues sont nombreuses, dont la plus belle est celle d'Avalokiteshvara aux mille mains et mille yeux, bodhisattva de la Compassion. Il y a aussi la statue du roi tibétain Songtsen Gampo à la coiffure blanche en chignon et celle d'Amitayus en position de méditation tenant dans les mains un vase de Vie Infinie. Le temple neuf commandé par la Reine Ashi Kesang en 1968, dédié à Guru Rinpoché, renferme une grande statue en argile de ce maître ainsi que celle de son propre maître spirituel, Dilgo Khyentse Rinpoché.

La soirée s'achève par un spectacle de danses dans la cour de l'hôtel: danse de bienvenue, danse des archers, danse des nomades des montagnes du nord de Paro, danse des divinités des champs de crémation sur l'impermanence de la vie, les cinq crânes en couronne sur la tête des danseurs représentant les cinq sages du Bouddha courroucé contre nos cinq tendances négatives: haine, désir, confusion mentale, arrogance et jalousie. La dernière danse est celle des Ging, divinités reliées au monde des énergies spirituelles qui constituent la charnière entre le corps et l'esprit.

Le lendemain, la visite du MUSEE NATIONAL de Paro nous permet d'admirer non seulement des œuvres d'art comme les thanka ou les ardoises gravées, mais aussi des objets rituels ou artisanaux comme les vases ou les dö, constructions géométriques de fils colorés pour protéger les maisons des mauvais esprits ou les torma, sculptures de beurre offertes sur les autels. L'utilisation des dö et des torma pour conjurer le mauvais sort date de la religion pré-bouddhiste Bön. Les costumes traditionnels des différents districts sont aussi présentés ainsi que des animaux empaillés tels le takin, animal national menacé de la famille des caprins, le mouton bleu, le léopard des neiges, le grand Hornbill ou de très beaux papillons.

Un peu plus bas, le DZONG de Paro fut consacré en 1646. Autour de la première cour intérieure se répartissent les locaux de l'administration. La tour centrale est très ouvragée et remarquable par ses sculptures de bois peintes. La galerie est ornée de fresques dont celle des Quatre Amis, inspirée par la fable des Jataka, que l'on voit dans tous les monastères et qui illustre la nécessité de l'unité et de l'entraide pour mener à bien une œuvre et en récolter les fruits: l'oiseau a apporté la graine que le lapin a arrosée; le singe lui a donné de l'engrais et l'éléphant l'a protégée.

La deuxième partie du dzong abrite un monastère de 400 moines. Les galeries sont peintes de mandalas cosmiques représentant l'univers, d'épisodes de la vie de Milarepa ou de celle du Bouddha.

Paro est une très jolie petite ville calme, silencieuse, avec des maisons traditionnelles peintes. Les piments rouges, élément incontournable de la cuisine bhoutanaise, sèchent aux façades et l'espace sous le toit est entièrement ouvert et ventilé pour permettre le séchage des légumes, de la viande ou du foin.

A 2300 m. d'altitude, **THIMPHU** (100.000 habitants), la capitale, est un peu plus développée mais reste très agréable, hors du temps. Nous y visiterons l'ECOLE DES TREIZE ARTS décoratifs traditionnels, un atelier de tissage et le MEMORIAL CHORTEN, construit en 1974 par Sa Majesté la Reine Phuntsho Choden Wagchuck à la mémoire de son fils le 3<sup>ème</sup> roi JIGME DORJI WANGCHUCK né en 1928 et mort en 1972. A l'entrée à gauche, d'énormes moulins à prières sont actionnés par les fidèles. La porte est ornée d'ardoises sculptées représentant les trois *bodhisattva* protecteurs du bouddhisme: Avalokiteshvara, symbole de la Compassion; Manjushri, symbole de la Connaissance; Vajarapani, symbole de la Puissance. Le foisonnement des statues surprend et révèle la complexité du bouddhisme tantrique et de ses enseignements ésotériques.

Dans la NATIONAL LIBRARY sont précieusement conservés les 103 volumes du Kangyur (les paroles du Bouddha), les 240 volumes du Tangyur (commentaires des paroles), les 100 000 vers de la Prajnaparamita, le sermon du Bouddha sur la Sagesse Transcendantale ainsi que le plus grand livre sur le Bhoutan réalisé en 2004 par le M.I.T., aux USA.

En bas de notre hôtel, les archers s'entraînent avec des arcs modernes sophistiqués. Le tir à l'arc est le sport national.

De loin, sur la colline du Kuensel Phodrang, nous voyons une nouvelle construction et une statue dorée du Bouddha Shakyamuni gigantesque qui domine la capitale. La hauteur du GREAT BUDDHA DORDENMA de 51 mètres en fait une des plus imposantes statues de Bouddha au monde. Elle célèbre le 60<sup>ème</sup> anniversaire du 4<sup>ème</sup> roi Jigme Singye Wangchuck et le centenaire de la monarchie bhoutanaise. Avec des financements chinois et singapouriens, elle a été fabriquée en partie en Chine et en Inde et contient plus de 100.000 petites statues identiques. La construction a duré de 2006 à 2015 et une prière pour la paix universelle s'y est tenue la première semaine de novembre 2016. Une grande terrasse peut accueillir des milliers de personnes et est ornée de nombreuses statues de Tara dorées, toutes différentes.

En route pour **PUNAKHA**, nous nous arrêtons au col de DOCHULA (3050 m.), où la Reine-Mère Ashi Dorje Wangmo a fait élever en 2003 108 chorten blancs et rouges pour commémorer la victoire bhoutanaise sur l'U.L.F.A., front de libération de l'Assam. Nous pouvons admirer le panorama grandiose de la chaîne enneigée de l'Himalaya avec, d'ouest en est, les pics du Masagang (7200 m.), du Terigang (7060 m.) et du Gangkar Puensum (7541 m.), le plus haut sommet du Bhoutan. Les pentes boisées de feuillus, rhododendrons, pins Chir et cerisiers sauvages (*prunus cerasoides*) à la délicate floraison rose, offrent un paysage magnifique tout au long de la route en construction, où travailleurs népalais et bengalis en famille s'efforcent dans des conditions périlleuses. Cette *Lateral Road*, qui n'est pour le moment en beaucoup d'endroits qu'une piste et qui traverse tout le pays, devrait être terminée en 2018.



*Le Dzong de PUNAKHA*

La vallée de PUNAKHA arrosée par les deux rivières Pho Chu («rivière mâle») et Mo Chu («rivière femelle») est fertile et le DZONG placé à leur confluence fut construit en 1637 par le Shabdrung Ngawang Namgyel (1594-1651), chef religieux drukpa qui unifia le Bhoutan et lui donna ses institutions. Il fut le siège du gouvernement jusqu'en 1955 et reste la résidence d'hiver du Je Khenpo, chef spirituel du pays. On y accède par un joli pont en bois couvert. De ce site très harmonieux, baigné par les flots et entouré d'un parc planté de jacarandas, émanent une grande beauté et une sérénité qui l'apparentent au Zangtopelri, le paradis de Guru Rinpoché. Malgré plusieurs incendies et inondations, l'état de conservation et de restauration est remarquable. Au centre de la première cour réservée à l'administration s'élève un grand chorten blanc. La deuxième partie est réservée au monastère où mille moines passent l'hiver, retournant à Thimphu l'été. Parmi les 21 temples du dzong, le Machen Lhakhang, où seul le Roi peut entrer, abrite le corps auto-conservé du Shabdrung mort en 1651. Nous admirons les dimensions de cet ensemble architectural, la finesse des peintures et sculptures et des mantra en pali, inscrit sur les colonnes.

Dans la soirée nous avons le plaisir de méditer dans la salle de prières de la Songchhen Dorji Lhuendrup Nonnery, construite en 1975, qui abrite soixante nonnes et de recevoir les bénédictions et les kata (écharpes blanches honorifiques) de l'abbé aux yeux souriants. Du bâtiment principal flanqué d'un très beau stupa de style «Bodhnath», nous avons une vue magnifique sur toute la vallée.

Le lendemain matin, nous visitons à pied les villages et rizières autour du **CHIMI LHAKHANG**, temple de la Fertilité construit au 14<sup>ème</sup> siècle sur une jolie colline plantée d'eucalyptus et bénie par le «Fou Divin» Drukpa Kuenley (1455-1529) dont la signature virile est un phallus protecteur qui orne les façades des maisons et les murs du monastère. Ce yogi utilisait dans son enseignement des chansons triviales et des comportements anticonformistes. Des couples, avec ou sans enfant, viennent demander la bénédiction du lama que nous-mêmes recevrons de façon très originale, en étant frappés sur la tête par un arc et un phallus sculpté. (A suivre...)

## *Les voyages en Inde*

*(Suite...)*

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

*Cette fois-ci : Le Dalaï Lama*

*Comme nous l'avons évoqué dans les deux derniers numéros 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. (Suite des N° 123 et 124, avec de nouveaux extraits de ses impressions, qu'elle nous livre, non sans HUMOUR) :*

### Le Dalaï-Lama

Notre voyage continue. Après avoir rencontré différents interlocuteurs, certains intéressants et d'autres plus décevants, nous effectuons un petit détour touristique par Katmandou. A cette époque, il n'existe encore que ce qu'on appelle aujourd'hui la vieille ville, avec ses merveilleux temples anciens. Je me rappelle surtout le dôme de Swayambunath dans le quartier Tibétain, sur la colline de Bodnath, encore entouré de terre non goudronnée, avec L'Himalaya visible derrière. Et sur le *stupa* surmontant le dôme, les yeux du Bouddha sont très frappants à cette époque. Nous passons la dernière semaine à Mac Leod Ganj, tout près de Dharamsala. Beaucoup de Tibétains qui ont franchi la frontière, fuyant les combats et persécutions chinoises, se sont réfugiés là, au nord de l'Inde. On voit la chaîne de l'Himalaya de n'importe quelle partie du village. Notamment le Hanuman Ka Tibba, qui culmine tout de même à 5639 mètres. Deux vallées plus loin c'est déjà la frontière avec la Chine, et le Tibet est là, à peine à 200 kilomètres. Si près, si loin...

Mac Leod Ganj, qu'on appelle aussi « Upper Dharamsala » à cette époque, c'est à dire le Dharamsala du haut, se trouve à 2000 mètres d'altitude, et fait partie de la « région des collines », ou contreforts de l'Himalaya. Cela ressemble beaucoup aux Alpes mais avec des quantités de singes, notamment des singes gris argentés, très paisibles, très jolis à voir, à cette époque, car aujourd'hui les singes gris se cachent loin dans les forêts du fait de la densité des populations humaines. Je me souviens de cette chapelle abandonnée non loin de là, avec ce beau singe gris, d'environ 80 cm de haut, assis pensif, juste à côté, il en émane une poésie, une nostalgie, une douceur envoûtantes. La chapelle désaffectée a sa porte ouverte, certains d'entre nous entrent s'y recueillir au cours de la semaine.

Dès notre arrivée au village, on nous invite dans le temple du Dalaï Lama pour une cérémonie de bienvenue qui dure une demi-heure. Car à cette époque, les visites d'un groupe d'études d'occidentaux sont encore rares. Tout le village est au courant de notre arrivée, qui constitue un événement. Les Tibétains ont à cœur de nous accueillir comme il se doit dans ce qui est encore un petit village. Nous voici bientôt tous assis par terre, en tailleur. Des moines scandent des phrases en Tibétain d'une voix très grave. Probablement des prières pour que notre visite se passe sous de bons auspices, en plus des prières Tibétaines classiques. Au bout d'un moment la cérémonie est ponctuée par les trompes Tibétaines. La musicienne en moi a bien envie de rire, car non seulement ce n'est pas très joli sur le plan musical, mais cela ressemble, pour mes oreilles, à de profonds meuglements de vache... Mais je veux faire honneur au groupe et réprime le fou rire naissant. Je réussis à me recueillir à nouveau. Quelque chose de très étonnant se produit bientôt à chaque coup de trompe : ils sont très efficaces pour interrompre le cours incessant des pensées.

Depuis fort longtemps sans doute, mon esprit a l'habitude d'enchaîner une pensée après l'autre, sans interruption. Ce mécanisme est en réalité un dysfonctionnement, une maladie spirituelle, mais je n'en ai jamais eu aucune conscience. Je crois que c'est le fonctionnement normal de l'esprit, de constamment remuer des pensées. Or là, chaque coup de trompe a un effet particulier : il gêne leur enchaînement automatique et même, les arrête pour quelques secondes. C'est une expérience étonnante : la conscience sans les pensées, je ne croyais pas cela possible. Dès que les trompes s'arrêtent, mes pensées reprennent aussitôt et se trouvent à nouveau arrêtées par le coup de trompe suivant. Je ne peux plus penser automatiquement. Il se passe la même chose dans les temples hindous à la fin des *pujas*, (cérémonies) quand résonnent les conques, les tambours et tous les instruments. Ils sont joués le plus fort possible pour appeler les dieux afin qu'ils viennent en aide aux hommes. Aux oreilles occidentales, ils font surtout un beau vacarme. En réalité, ils favorisent plus de présence, nous arrachent à la tyrannie des pensées. J'ai découvert par la suite qu'on pouvait goûter un grand repos mental au beau milieu de ce qui paraît être un joli tintamarre.

La cérémonie se termine, et je sors à regrets, j'aurais bien voulu continuer l'expérience des pensées. Nous sommes tous dehors, mais où est passé Philippe ? Je retourne le chercher dans le temple : il se tient dans une position bizarre, le dos soutenu par une colonne : il

m'explique à voix basse - mais avec son humour habituel - que, quand il a dû s'asseoir en tailleur, ses genoux lui arrivaient presque aux épaules (il est très raide) et qu'à chaque coup de trompe, ses jambes baissaient d'un cran ! Il mime avec les mains ses genoux qui descendent par crans successifs... Il ne peut manifestement plus remettre genoux et hanches dans l'axe, tout ankylosés qu'ils sont. Incapable de marcher, ni même de se tenir debout pour le moment, il est donc appuyé contre une colonne, le temps que ses articulations se remettent... (Fou rire étouffé...)

Juste après la cérémonie, on nous offre du thé Tibétain. J'avais lu auparavant que les Tibétains mettaient du beurre de yak rance dans leur thé, ce qui ne me donne guère envie d'en boire. Mais bien sûr, pas question de refuser leur thé de bienvenue. Je prends donc mon souffle et avale le breuvage, qui s'avère en fait être un thé salé très correct et qui a le goût de bouillon.

Nous sommes particulièrement bien accueillis à Dharamsala. On nous montre l'école, remplie de petits enfants dont la joie de vivre fait plaisir à voir. Ils sont environ 150, chouchoutés dans l'exil par Jetsun Pema, la sœur du Dalaï Lama. Nous apprenons que beaucoup d'entre eux ont un de leurs parents infirme (du fait d'un pied ou d'une main gelés), que certains sont morts et parfois les deux : fuyant les persécutions chinoises, les familles ont dû franchir les redoutables cols himalayens à plus de 5500 mètres. Si la météo tourne mal, que le vent ou la neige arrivent, le froid descend extrêmement vite, et les parents privilégient alors la vie de leurs enfants : ils leur donnent les couvertures, les vêtements chauds, les couvrent parfois de leur corps pour les protéger contre les vents glacials... Au prix de leur vie s'il le faut.

Pourtant, chaque fois que je passerai devant le « village des enfants » je les entendrai rire. La pédagogie Tibétaine est très différente de la nôtre et le rire y tient bonne place. Il s'agit aussi de sauver la culture Tibétaine. Tous les matins, au début de la classe, on leur fait chanter l'hymne national Tibétain. On veille à leur donner une très bonne instruction et je suppose qu'ils en sont très fiers. D'où leur caractère joyeux. Mais cela n'explique pas tout ; je commence à mesurer que le Bouddhisme, qui enseigne la paix, la compassion, la loi du *Karma*, et des pratiques pour réussir à ne surtout pas se fixer sur les offenses reçues (et encore moins se venger) doit jouer un rôle prépondérant dans leur bon équilibre psychologique...

Il y a aussi les joutes oratoires. Elles se font devant le Namgyal Monastery (le temple du Dalaï Lama), dans un simple espace qui peut contenir une trentaine de personnes, entouré d'un petit muret sur lequel je viens m'asseoir pour les regarder. Juste en arrière-plan, l'Himalaya, le ciel pur. De jeunes moines en robe rouge foncé se posent des colles métaphysiques et philosophiques. Celui qui est interrogé est assis, ceux qui l'interrogent sont debout devant lui et le font en claquant des mains (comme un unique applaudissement que l'on répète à chaque interrogation). Je vois ces moines dont beaucoup ont mon âge, joyeux, sereins, par petits groupes de 3 ou 4. Chaque fois que la réponse à la question posée ne convient pas ou

n'est pas suffisante, nouveau claquement de main. Parfois, ils s'y mettent à 2 ou 3 pour tenter de déstabiliser l'interrogé. J'entends les claquements de mains, et souvent les rires. J'adore les regarder. Tout autour, de la simple terre, un peu poudreuse, de grands arbres résineux un peu plus loin qui ont un charme fou. Dans le village, qui comporte deux rues principales et quelques ruelles, on croise de nombreuses échoppes et parfois des mangoustes attachées là, comme un chien en laisse. Ici encore, l'ambiance est joyeuse et sereine, tellement différente de celle que je connais en France.

A propos de moine, on me présente Wangchen, âgé de 21 ans. Ce jeune homme est alors l'interprète officiel de Dharamsala, et à nous deux, nous allons assurer la double traduction français-anglais, anglais-Tibétain des nombreux échanges qui vont avoir lieu avec l'école de Médecine Tibétaine. Wangchen s'intéresse autant à l'Europe que moi au Tibet et au Bouddhisme. Aussi, toute la semaine, nous sommes systématiquement fourrés ensemble et dès que nous ne traduisons pas, nous nous mitraillons mutuellement de questions sur le monde de l'autre. Apparemment, mes descriptions l'ont séduit, car quelques années plus tard, Wangchen partira vivre dans des centres Tibétains occidentaux.

Au cours de nos conversations, j'apprends que Wangchen a franchi l'Himalaya âgé de 4 ans, et que sa mère y a laissé la vie. Il a dû avoir beaucoup de chagrin. Un de mes amis a perdu sa mère à l'âge de 15 ans, j'ai vu les dégâts. Wangchen me parle souvent, avec un grand sourire, de la compassion. Et moi, je veux savoir si c'est du solide ou juste une belle vitrine. Alors, je l'interromps brusquement un jour en le regardant droit dans les yeux et en lui demandant : « Et les Chinois, qu'est-ce que tu en penses ? » Il marque une petite pause, mais son regard reste ferme. « Eh bien ils atteindront eux aussi un jour la Nature de Bouddha.... Simplement, cela prendra peut-être un peu plus de temps que prévu ! » Je ne le quitte pas des yeux : Wangchen est calme, ferme, tout son être s'est rassemblé dans une intention très forte de rester en paix. Il a compris que je fais allusion au sort de sa mère. Il concède tout de même que les Chinois se sont fait un « mauvais *karma* » en faisant souffrir le peuple Tibétain et que cela les éloigne de la Nature de Bouddha, rendant leur Eveil plus difficile, car ils devront d'abord se purger de leur *karma* négatif. Je sens qu'il y a encore en lui des zones de douleur, et comment pourrait-il en être autrement ? Mais il s'efforce de n'en rien laisser paraître. Il veut pardonner. Et ce qui me semble évident, c'est qu'il n'est pas envoyé au tapis par la mort de sa mère, ni par son statut de réfugié politique. Il reste debout. Plus tard, je découvrirai ces paroles du Dalaï Lama :

**« Quelle que soit votre vénération pour les maîtres tibétains  
et votre amour pour le peuple Tibétain,  
ne dites jamais de mal des Chinois.  
Le feu de la haine ne s'éteint que par l'amour et,  
si le feu de la haine ne s'éteint pas,  
c'est que l'amour n'est pas encore assez fort. »**



A adresser à : Joelle MAUREL, ESPACE HARMONIE, Chemin de Rouffiac, Lieudit Verdenne, 81000 ALBI.

Joelle Maurel - Tél 06 20 11 20 07 - Site : [www.joelle.maurel.pagesperso-orange.fr](http://www.joelle.maurel.pagesperso-orange.fr)

- **Du 2 au 8 Juillet – Sahaj Neel (Florence Pittolo) - Ardèche, Domaine du Taillé** : Stage Tantra de la non-dualité [www.domainedutaillé](http://www.domainedutaillé) 0475879038 - Lieu en pleine nature, rivière, bassins d'eau naturelle, nourriture du jardin, et ...silence...Voici le lien pour juillet au Taillé : <http://etrepresence.org/fr/224-du-2-au-7-juillet-tantra-de-la-non-dualite-vivre-pleinement-nattend-pas.html>
  
- **NOTE : C'est du 11 au 16 juillet 2017 que se déroulera la Retraite organisée par Sahaj Neel (Florence Pittolo) psychologue et elle aura lieu Au Val de Consolation** - Rencontres de Psychologie Spirituelle : *Méditation, entre traditions et neurosciences*. **Jacques Vigne, Sahaj Neel et Jean-Marc Clément**. Rencontres pour praticiens et intéressés : ressourcement personnel, conférences, échanges, « partages de bâtisseurs d'un monde serein ». **Seconde arrivée possible le 13 Juillet** : Sahaj Neel 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* »  
*Attention, changement de programme : Mr Jean-Marc Clément ne sera pas présent.*

*Contacts Inscriptions, hébergement [www. Val de Consolation](http://www.artisansdepaix.org/programme/122-11-au-16-juillet-2017-meditation-entre-tradition-et-neurosciences.html) :*  
<https://www.artisansdepaix.org/programme/122-11-au-16-juillet-2017-meditation-entre-tradition-et-neurosciences.html> ou :  
[assistantestage@gmail.com](mailto:assistantestage@gmail.com) (Patricia)

*Pour le contenu: Florence Pittolo (Sahaj Neel), organisatrice.*  
[Florence\\_pi@yahoo.fr](mailto:Florence_pi@yahoo.fr)

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), peut-être 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, l'Ardèche, le Val de Consolation...) le tout en partenariat avec l'**Association Etre Présence** : [www.etrepresence.org](http://www.etrepresence.org) - Contact : [florence\\_pi@yahoo.fr](mailto:florence_pi@yahoo.fr) ou [sahajneel@yahoo.com](mailto:sahajneel@yahoo.com) – Tel : 06 68 54 73 87

*Concernant les pratiques spirituelles du matin entre 7h et midi, au Val de Consolation, Jacques Vigne conduira (du jeudi 13 au dimanche 16 juillet) entre 1h30 et 3 heures de pratiques le matin, et fera de même pour toutes celles du soir. Le reste des matinées sera partagé par les deux autres intervenants.*

- **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)*) :

**Parmi les premiers inscrits, qui sont déjà nombreux, nous aurons deux chats et une petite chienne (Hanna)...Nous sommes presque au complet !**

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). 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'*

**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 vont bon train - 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. (Premières 'Méditations/Enseignement' à l'arrivée le samedi 3, de 18h à 19h et de 20h30 à 21h)**

*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"

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

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

Notre dernière session de deux ans, avait 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 dernière session, qui allait de Mars 2015 à Mars 2017, s'est donc terminée avec le dernier N°124 du printemps, un numéro 'charnière' qui a débuté la nouvelle session actuelle pour les deux prochaines années. Merci aux nouveaux inscrits, et aux fidèles d'être restés dans la Grande Famille de Mâ !

**Les abonnés habituels peuvent renouveler leur abonnement sans tarder (voir ci-dessous). Cet abonnement ira désormais de Mars 2017 à Mars 2019. On vous attend... Vous pouvez aussi le prendre 'en vol'...**

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, 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** (*Incarnation Spirituelle et Culturelle de l'Inde*) Shri Mâ la Flamme Eternelle - Par Sri Govind Narain

**Ma rencontre avec l'Inde** (*Récit de Frère Antoine*)

**La vie s'envole, que devenons-nous ?** (*Poème de Monique Manfrini*)

**Voyage au Bhoutan** (*Par Joelle Coiret*)

**Les voyages en Inde-Rencontres avec des Maîtres-Le Dalai Lama** (*Par Sundari*)

**Nouvelles**

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

**Table des Matières**