Jay Mâ N° 131 – Hiver 2018-19

Paroles et Souvenirs de Mâ

Tirés de Mâ Anandamayî

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

La contribution de Sri Mâ Anandamayî

à l'héritage spirituel de l'Inde

Prof. (Retd.) Debiprasad Bhattacharya

Il y a un autre fait – en corrélation étroite avec le point central qu'est Cela, le Un – et nous nous devons de le mentionner car il est d'importance primordiale et nous concerne tous, dans notre vie de tous les jours, à savoir : l'**indifférence totale de Mâ pour tout ce qui était terre-à-terre et transitoire.** Elle était cependant très vive d'esprit et particulièrement attentive à de multiples détails que la plupart d'entre nous trouveraient sans doute insignifiants. Dans son inestimable journal, Gurupriya Devi rapporte, fidèlement et avec maestria, une série d'épisodes qui ont trait à cela. Sri Mâ Anandamayî nous a ouvert les yeux sur cette immense vérité : rien, dans l'univers, n'est fortuit, rien n'est le simple fruit du hasard, tout évènement a une cause et une conséquence et les choses qui paraissent à première vue banales et insignifiantes ont en fait une signification. Le sentiment que nous avons de la banalité ou de l'inanité des choses qui nous entourent et du caractère fortuit d'évènements qui nous arrivent ou qui arrivent à d'autres personnes, ce sentiment n'est que la conséquence de notre ignorance. Tout évènement, tout objet, toute action, a une cause et une signification.

Il ne serait pas totalement absurde de penser – c'est d'ailleurs ce que je fais – que le sourire qui illuminait si souvent le visage de Mâ lorsqu'Elle parlait, était dû en partie au fait qu'Elle voyait des choses que nous ne voyons pas. Je dis bien « en partie », car ce sourire exprimait beaucoup plus qu'une manière de doux amusement devant notre ignorance : il exprimait une chaude compassion et une profonde tendresse. Et qui plus est, cet amour, ce tendre intérêt et cette douce affection qui jaillissaient de son cœur en une divine profusion, ne nous étaient pas

exclusivement destinés, à nous Indiens, mais s'adressaient aussi à tous les visiteurs étrangers en provenance de nombreux pays et notamment de pays occidentaux. Ils venaient toujours en grand nombre, le cœur plein d'espérance. Et cette espérance n'était jamais déçue. A vrai dire, ce que ces étrangers recevaient du *darshan* de Mâ, allait souvent bien au-delà de leurs attentes. Et lorsqu'ils partaient, ils savaient déjà qu'ils ne tarderaient pas à revenir. Certains prolongeaient leur séjour pour une durée qu'ils n'avaient pas envisagée au départ, bouleversant quelque peu les programmes qu'ils avaient établis parfois de longue date. L'attrait de Mâ était tel, au cœur de ces visiteurs, que nombre d'entre eux changeaient leur façon de voir et de penser, allant même jusqu'à modifier à différents degrés leurs habitudes de vie. Et cela n'a rien de surprenant**, car Mâ n'est pas seulement pour nous. Elle est là pour l'humanité toute entière. Et cela aussi est en accord parfait avec l'héritage spirituel de l'Inde. Un héritage qui est en fait celui de tout le genre humain, même s'il a ses origines sur cette terre antique qui est la nôtre, cette terre sanctifiée par la présence des grands *rishis* et des grands sages qui ont légué au monde un trésor impérissable – *brahmavidyâ*, la pleine révélation de la nature de la Réalité, la Réalité spirituelle au-delà du phénomène.**

Sri Mâ Anandamayî

Un don de Dieu à l'humanité

Dr. Indu Tikekar

Un jour, alors qu'Elle se trouvait à Varanasi, Mâ reçut la visite d'un groupe conduit par Sri Shankarao Deo, un important leader social engagé dans la spiritualité. Ce dernier lui posa une question, une de ces questions que posent souvent les chercheurs qui mènent leur lutte sur le chemin de la spiritualité, à savoir : « Mâ, comment peut-on donner fermeté et stabilité à notre mental durant la *dhyana* ? » Mâ le regarda avec un sourire radieux et lui répondit comme à l'accoutumée de façon simple en même temps qu'énigmatique : « A vous de saisir cette fermeté à bras-le corps et de la lui donner totalement. Vous pourriez y parvenir en un rien de temps, disons cinq minutes ! Une graine ne peut pas germer si elle est endommagée lorsqu'on la plante ! » **Une attention totale et absolue, telle est, dans la spiritualité, la condition première requise pour atteindre le but de façon totale et absolue, précisément**. Et quelle que soit l'action accomplie ou le travail effectué, quelle que soit l'ardeur ou la bonne volonté mises à la tâche, il n'en reste aucune trace ! Inutile donc d'en attendre un profit quelconque en matière d'argent, de pouvoir ou de statut social, profit qui en fait pourrait entraver l'éveil en nous d'une conscience totale.

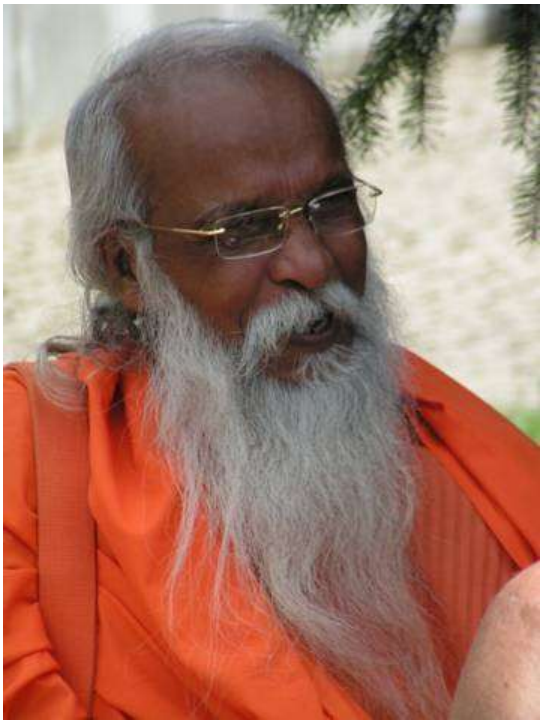
Si, dans notre recherche et nos efforts, nous nous oublions nous-mêmes, alors nous pouvons sentir la présence de Mâ dans le vide qui s'est formé. Sa présence est comme la douce mélodie de la flûte de Shri Krishna et la flûte n'est en mesure de jouer cette douce mélodie spirituelle que si elle est vide en son intérieur et libre de tout obstacle. Cette humilité est le

souffle vital de la spiritualité. Toute *sâdhanâ* doit passer par ce néant, cette vacuité. La voie spirituelle qu'enseignait Mâ Anandamayî ne prenait pas en compte les divisions entre les religions, pas plus qu'entre les pays. Elle attirait tout le monde et l'on venait la voir de tous les coins de la planète. Elle avait autour d'Elle de nombreux disciples musulmans et chrétiens qui voyaient en Elle l'incarnation de la paix et de l'amour. Durant la seconde guerre mondiale, un disciple allemand de Shri Mâ (Alfred Wuerfel, employé au consulat d'Allemagne) avait été incarcéré dans une prison de Dehradun. Eh bien cet homme avait trouvé le moyen de fausser compagnie, tous les jours, à ces geôliers, dans la seule intention de pouvoir ne serait-ce qu'entrapercevoir son gourou spirituel, Sri Mâ Anandamayî ! Les surveillants de la prison étaient bien évidemment au courant de ces escapades quotidiennes, mais ils savaient cet homme profondément dévot et le laissaient donc effectuer ses petites visites à sa Mère spirituelle !

(Deux textes traduits de l'anglais par Jean E. LOUIS)

L'évolution spirituelle est prédictive

Par Swami Nirgunananda



Conférence pour la Fondation en mémoire du Professeur de chimie biologique de Swamiji quand il était chercheur à Kolkatta, 2017, devant une assemblée de chercheurs et scientifiques.

(Swami Nirgunananda réside à Dhaulchina en Himalaya, c'est le voisin d'ermitage de Jacques Vigne. Il est chimiste de formation, chercheur, scientifique et ermite...et a été le dernier secrétaire particulier de Mâ Anandamayî pendant les trois dernières années de sa vie.
Jacques a traduit de l'anglais cet article récent de Nirgunananda qui vient de faire un séjour en France avec un programme de conférences et retraites, que nous avions annoncé dans le précédent JAY MA).

La vie pourrait être définie comme le continuum d'actions sur la plate-forme de la conscience. Les actions ne sont perçues que dans les coordonnées de l'espace et du temps. Les actions peuvent être de deux types, physique et instinctif. Chacun des deux types est subdivisé en deux catégories : volontaire et involontaire.

Les actions physiques volontaires sont déclenchées par les traits inhérents affectés par les impressions instantanées des interactions avec le monde extérieur ou par le bouillonnement aléatoire des impressions déjà stockées dans le cerveau instinctif sur la toile de fond de la conscience immédiate.

Les actions, ou changements physiques involontaires en général, sont principalement les actions programmées pour le maintien de la vie conformément aux conditions des constituants organiques du corps à un moment donné. Il faut se rappeler que ces programmes sont sujets à des changements comme le dicte l'instinct de survie et la sélection naturelle. Tout organisme est en cours d'adaptation en raison de changements phénoménaux continus. Ces adaptations peuvent se produire par mutations subites, d'un coup, ou être évolutives, progressives. Les changements par mutations suivent à leur tour un processus évolutif donnant naissance à de nouvelles formes d'organismes.

Dans l'ère scientifique moderne, il ne sert à rien de nier la théorie darwinienne de l'évolution dans sa totalité, bien qu'elle soit en contradiction avec les croyances religieuses de par le monde. La théorie de Darwin nous fournit les esquisses probables, les preuves pertinentes, les explications plausibles et la chronologie de millions d'années de voyage évolutif et des transformations progressives, allant d'une entité amiboïde consciente unicellulaire, à un organisme humain multicellulaire complexe. Si l'on croit que l'évolution est un continuum de différenciations organiques et de changements morphologiques, toute espèce actuellement existante, y compris l'être humain, doit être considérée comme intermédiaire seulement, et non comme le point culminant final. Cependant, la prévisibilité quant au but futur final est, on peut dire, absente dans cette théorie darwinienne de l'évolution.

En plus de l'évolution organique brute, l'évolution subtile semble également se dérouler parallèlement. L'évolution subtile signifie les changements dans les perceptions et la connaissance d'un objet (à la fois matériel et subtil) et de ses attributs, qui doivent être ajustés pour faciliter l'existence, la subsistance et la propagation du processus de vie. Avec les différenciations des espèces, c'est-à-dire les mutations et les adaptations structurelles des organismes, influencées ou induites par les changements de l'environnement, apparaissent au cours de l'évolution des modifications dans les comportements et caractéristiques qui deviennent donc différents, en apparence, de ceux des espèces précédentes. L'approche

déterministe des scientifiques en prenant comme seuls outils l'espace-temps et la causalité est capable, dans une certaine mesure, de démêler et de prédire les mystères des phénomènes inorganiques. L'ère scientifique qui a commencé au XVIIe siècle s'est principalement limitée aux causes matérielles et directes présentes à l'intérieur du monde phénoménal, l'accent étant moins mis sur la cause finale, laissant celle-ci au domaine de la religion et de la spiritualité. Ces approches sont tout à fait pratiques et réalistes, mais elles ne sont pas suffisantes à long terme pour tenir compte des nouveaux développements scientifiques. Ils gardent le silence dans la plupart des cas sur les causes finales. L'approche métaphysique pour résoudre les problèmes des phénomènes inorganiques et organiques, semble acceptable pour l'esprit rationnel en termes de cause finale, un thème qui a été ignoré jusqu'à présent par la science moderne.

Dans presque tous les textes religieux il y a des mentions à la fois de la cause efficace et ultime de la création (c'est-à-dire la volonté du Créateur) et de là a commencé – selon les croyances religieuses respectives – le continuum évolutif séquentiel dans le temps et l'espace. Il est intéressant de noter que dans les Vedas, on peut trouver des dizaines de références et de points de vue sur l'origine et la cause efficace de la création. Dans *l'Aitareya Upanishad* (du *RigVeda*) et la *Taittariya Upanishad* (du *Yajurveda*), il est fait mention du facteur causal de la création et de la transformation ainsi que du processus d'évolution progressive de l'univers jusqu'à nos jours. *L'Anandavalli* de la *Taityariya Upanishad* déclare : "En vérité, tout cela dans la création est né *d'Ananda* (la Béatitude), continue avec elle et finira en elle". (T.U. Ch 3, Shloka 6). On trouvera de nombreux exemples de ce genre d'expressions dans les Védas et les Ecritures. Etant dans le cours d'un processus évolutif divergent et progressif, les êtres vivants, et l'être humain en particulier, sont en lutte constante pour maintenir leur existence et s'ajuster au monde phénoménal, déviant ainsi de l'origine. Il est inhérent à tout organisme vivant de revenir à l'état originel alors qu'il n'y avait que l'existence mais pas la lutte pour l'existence. Toutes les actions des organismes (physiques et mentales ; grossières et subtiles) sont dirigées vers cette caractéristique unidimensionnelle et unidirectionnelle qu'on pourrait appeler « état de félicité /paix/bonheur perpétuelle ».

Shree Shree Ma Anandamayee a expliqué : "Il est naturel pour un être vivant de demander le bonheur. Il le veut parce qu'il est déjà inhérent en lui. Sinon, il ne l'aurait pas demandé. (Note : On ne peut pas demander quelque chose d'inconnu, c.-à-d. si quelqu'un dit : "Je veux une chose dont je ne connais absolument rien", cela n'aura aucun sens, bien que grammaticalement, ce soit une phrase complète). Il ne peut qu'exiger le bonheur. Cette soif de paix et de bonheur peut être observée chez tous les êtres vivants. Même les petits organismes comme les araignées et les insectes ne vont jamais vers une chaleur trop forte. Ils veulent la paix, la protection et une vie à l'aise. Sentant le poids des trois types de souffrance (*adhibhautic*, physique, *adhidaivic*, provoquée par des troubles dans la nature extérieure, et *adhyatmic*, psycho-spirituelle), les hommes eux-aussi cherchent en Dieu la demeure de paix et la source de félicité." (Vangmayee MA, 23, Ist.ed.Beng.1983, page10)

Émus par la pitié pour les masses souffrantes de ce monde, les grandes âmes des temps anciens, les visionnaires et les fondateurs des différentes religions à travers les âges, ont prescrit des voies et des moyens pratiques spirituels pour atteindre le but de la vie, c'est-à-dire l'état perpétuel de paix et de béatitude. Contrairement au processus de l'évolution brute par sélection naturelle pour la survie physique, la pratique spirituelle, la *Sadhana*, ouvre la voie à une évolution orientée vers l'avenir, subtile et ascendante, pour revenir à la cause finale.

Il a fallu un temps incommensurablement long pour que le processus d'évolution physique et organique atteigne l'état actuel de l'existence humaine à partir d'un organisme vivant unicellulaire, lorsque le premier élan de vie a été lancé. Les scientifiques d'aujourd'hui, avec des outils comme l'espace, le temps et la causalité, se sentent impuissants pour discerner quelle sera la prochaine étape de l'évolution. Dans le contexte spirituel indien, la Réalité ultime est appelée le Brahman, qui est le facteur causal et matériel indifférencié de la création. Pour une compréhension intelligente, on nomme le Brahman *Sat-chit-ananda* (i.e. *Sat*=existant, *chit*=conscience et *ananda*=félicité) mais en fait, *sat* est *chit* et *chit* est *ananda*.

Dans l'*Aitareya Upanishad*, il est dit : *Aatmaa va idameka evaagra evaagra aasit. Naantat kinchan mishat. Sa ikashta lokaannu lokaannu srija iti.* i.e. Avant toutes ces créations de noms et de formes, il n'y avait qu'un seul Soi. Il (le Créateur) a émis le souhait suivant : "Je créerai la Demeure (c'est-à-dire l'espace)". Ensuite, selon cette Upanishad, la séquence de création/évolution matérielle s'est mise en branle et s'est poursuivie jusqu'à nos jours.

Les enseignants spirituels indiens ont prédit avec succès les étapes de l'évolution subtile et intérieure pour atteindre le but ultime de la vie. Les Vedas ont prédit avec certitude que par la pratique spirituelle, la proportion de bonheur dans sa vie augmentera progressivement et que donc les étapes subtiles d'une l'évolution pourront être atteintes de cette façon :

Dans la *Taittariya Upanishad*, l'évolution subtile en termes objectifs de proportion de bonheur à développer et de diminution des désirs du monde a été détaillée. Elle vise à atteindre le but ultime de la vie, c'est-à-dire à être établi dans l'état de félicité perpétuelle. Les étapes séquentielles ascendantes sont les suivantes : *manusya-- manusyagandharva-devagandharva- pitr-- ajan devata—karma—devata,--devata--indra--, indra--, brhaspati,--prajapati,--brahma/(hiranyagarbha*[ch.2, de 8/2 à 8/8/4].

Il faut noter qu'au cours de l'évolution organique et matérielle, des changements se produisent également dans l'existence subtile, c'est-à-dire dans le modèle comportemental conscient de l'espèce en cours de progrès, ce qui correspond, de fait, à la séquence ci-dessus.

Bien que la quantification de tout ce qui est abstrait ne soit pas possible en raison du manque d'unités de mesure, les Vedas ont pris l'homme le plus heureux pour mesurer son « quotient » de bonheur et approcher dans ce domaine une compréhension intelligente et rationnelle. Le texte déjà cité déclare : "Si quelqu'un est non seulement jeune, mais de plus honnête, bien versé dans les Védas, a une autorité souveraine dans son domaine, est le plus fort des hommes avec un physique robuste et de plus possède toute la richesse du monde, on pourra le définir comme le plus heureux des hommes". Le bonheur d'un tel être humain, quand il est multiplié par cent, atteint le niveau des :

(i) *manusya-gandharva* ("le premier état d'évolution après l'être humain ordinaire"). Pour faire cette transition, il faut qu'il soit *Akaamahata* et *Shrotriya* : *Akaamahata*, c'est-à-dire *a*=non, *kaama*=désir, *hata*=victime ; c'est-à-dire celui qui n'est pas victime du désir (on parle aussi de *a-kaama-kaami, celui qui ne désire pas les désirs* N.d.t). Ensuite, on lui demande d'être *shrotriya*, littéralement « auditeur », c'est-à-dire celui qui a bien écouté, et donc est bien versé dans les Védas avec ses six membres et toujours engagé dans la pratique spirituelle selon les prescriptions religieuses, absorbé dans la célèbre triade de la pratique : *shravana* (écouter et comprendre les enseignements spirituels), *manana* (bien réfléchir sur ce qu'est la substance d'un enseignement donné) et *nidhidhyasana* (se mettre en présence encore et encore de la Réalité ultime). Ainsi, il atteint le but de la vie c.-à-d. un état perpétuel d'une conscience (*chit*) étant (*sat*) dans la félicité (*ananda*).

ii) Un *manusya-gandharva* qui multipliera son bonheur par cent deviendra un *deva-gandharva* (intermédiaire avec le stade supérieur suivant)

iii) Un *deva-gandharva* qui multipliera son bonheur par cent deviendra un *pitri* (l'âme pieuse d'un défunt)

(iv) Un *pitri* qui multipliera son bonheur par cent deviendra un *ajan-devata* (né dans la demeure des dieux, c'est-à-dire la forme la plus basse des dieux, par naissance)

(v) Un *ajan-devata* qui multipliera son bonheur par cent deviendra un *karma-devata* (un dieu inférieur, qui se contente de rétribuer les gens selon leur karma

(vi) Un *karma-devata* qui multipliera son bonheur par cent deviendra un *devata*, un être de lumière, un ange ou un dieu.

(vii) Un *devata* qui multipliera son bonheur par cent deviendra un *indra* un prince des dieux.

(viii) Un *indra* qui multipliera son bonheur par cent deviendra un *brihaspati*, un précepteur des dieux.

(ix) Un *brihaspati* qui multipliera son bonheur par cent deviendra un Brahma ou *l'Hiranyagarbha*, « la Matrice d'or » (qu'on pourrait définir comme l'agrégation, la synthèse de divers éléments de conscience des êtres vivants).

(x) *L'ananda* d'un de ces *Brahmas* ne peut être atteinte que par celui qui est *Akamahata-Shrotriya*.

(*Taittariya Up.* ch2, section8, shloka 1-5)

Il est intéressant de noter qu'à chaque étape de ces évolutions progressives et subtiles, le niveau de bonheur est lié au fait de pratiquer comme un *Akaamahata Shrotriya* (non victime des désirs et qui sait écouter les enseignements).

Les niveaux de bonheur de chacune des étapes (i) à (x) détaillées ci-dessus, suivent une progression géométrique, étant multipliés par cent à chaque fois. On peut se demander comment, indépendamment de ces augmentations, le bonheur de l'*Akaamahata Shrotriya* reste

inaltéré. Apparemment, cela semble être une équation illogique et irrationnelle. Il faut noter que le bonheur étant une disposition mentale abstraite n'ayant pas d'unité, il ne peut donc être ni quantifié, ni qualifié. Cependant, les manifestations du bonheur pourront être qualifiées ou quantifiées en termes de réalisations objectives. Le désir de bonheur est inhérent à l'être doué des sens, depuis les fourmis insignifiantes jusqu'au Brahma principal, le Créateur. Mâ Anandamayî a également corroboré ce point de vue dans cette réflexion déjà citée ci-dessus : "Cette soif de paix et de bonheur peut être remarquée chez tout être vivant. Même les petits organismes comme les araignées et les insectes ne vont jamais vers une chaleur trop intense. Ils veulent la paix, la protection et la facilité de vivre…"

L'akaamahata srotriya ou le *jnaani* (celui qui a la Connaissance), contrairement aux personnes qui suivent les stades subtils d'évolution décrits ci-dessus, transcende les chaînes du bonheur qualifié ou quantifié et devient le bonheur lui-même, en tant que tel. En d'autres termes, on peut dire que toutes ces différenciations dans les niveaux de béatitude sont *khanda Aananda* ou des béatitudes au coup par coup (*khanda* signifiant 'partie', 'morceau') et toutes ces différenciations sont, en fait, incluses dans la béatitude de l'*Akaamahata Srotriya*. Mâ *disait Akhende khanda*, c'est-à-dire que la partie est dans le Tout, la pluralité est incluse dans l'Unité.

Des activités spirituelles effectuées avec une conscience pleine et avec l'intention d'accomplir le but suprême de l'existence, induisent petit à petit une évolution subtile. Elles apportent un affinement de l'état intérieur en plaçant le sujet dans un état perpétuel de béatitude et de paix.

Dans un contexte donné, Mâ a qualifié l'évolution de *Jibdhara*. Une fois, elle a déclaré (en bengali), "*ek jib hate bahu jib bahu jib -ei hala jibdhara. Ek bhagavan bibhinna haye sarvajib rupe. Tai bale thake yatra jib tatra Shiv.* "D'un seul être vivant en proviennent un grand nombre. C'est la tendance de l'évolution. Un seul Dieu s'est manifesté sous toutes ces différentes formes d'êtres conscients. On dit dans ce sens : *Yatra jib tatra Shiv* "Là où il y a de l'être conscient, il y a Shiva."

Cette parole de Mâ a sa source au niveau le plus évolué de la spiritualité. Dans cet état, la dualité de la connaissance dualiste, fondée sur la différence sujet-objet, est totalement oblitérée, entraînant l'union de la conscience ordinaire (*jiva*) dans la conscience omniprésente (*Shiva*), la béatitude totale ou *chidananda*.

Le cœur

Ce matin un enfant m'a demandé : « Mais, le cœur, le cœur, il est toujours au même endroit ou bien il se déplace quelques fois ? Il va à droite et puis à gauche ? «

Moi : « Non, le cœur reste toujours au même endroit, à gauche ! »

Certaines pensées me sont alors venues. « Ce n'est que quand tu auras grandi que tu te rendras compte que le cœur peut se trouver en mille endroits différents, sans habiter pour autant en aucun endroit. Il remonte dans ta gorge quand tu es ému, ou se réfugie dans ton estomac quand tu as peur ou que tu es blessé. Par moment, il accélère ses battements et te donne l'impression qu'il va s'enfuir de ton estomac. Et puis d'autres fois, il va se loger dans ton cerveau. Tu verras, en grandissant, tu en arriveras à le prendre dans tes mains, ton cœur, et à le déposer dans d'autres mains. Et, bien souvent, on te le rendra mal en point. Mais ne t'inquiète pas, il continuera d'être beau, plus encore qu'il ne l'est maintenant. Mais ça, tu ne le comprendras que plus tard, beaucoup plus tard. Quelques fois tu auras l'impression de ne plus l'avoir, ton cœur. De l'avoir perdu. Et tu te mettras à le chercher. Partout. Dans un parfum. Dans un souvenir. Dans le regard d'un passant. Dans les vieilles poches d'un manteau chiffonné. Et un jour nouveau viendra. Un jour un peu particulier. Un jour plus important. Ce jour-là, tu comprendras qu'un cœur, tout le monde ne l'a pas. Mais ceux qui en ont un, un vrai, ceux-là enrichiront le tien quand ils te rencontreront ».

Toi, pense alors à l'envoyer à ceux qui ont enrichi ta vie.

Edmondo De Amicis

(Traduit de l'italien 'Il cuore' par Jean E. LOUIS)

LA TRANSMISSION DE L'ESPRIT

Histoires et anecdotes issues des Ecritures Hindoues et de la vie des Saints

Sélectionné, traduit de l'hindi et présenté par Jacques Vigne

7) LE BON COTE DE LA RÉCEPTION DE CRACHATS SUR LA TETE

Cette anecdote est attribuée à un sage maharashtrien du Moyen Age, probablement Eknath. (Le même genre d'histoire est aussi raconté au sujet d'un *sannyasi* de Bénarès du 20ème Siècle).

C'était un jour de fête, et le sage allait prendre son bain dans le fleuve sacré Godavari. Le chemin passait juste au-dessous de la terrasse d'une auberge en bordure de route, où résidait un Pathan brutal. Il semblait que son hobby principal était de persécuter les hindous. Quand il vit le visage radieux d'Eknath, son ressentiment s'intensifia dix fois plus. Il fit semblant de se laver la bouche sur le bord de la terrasse, et quand le sage passa, il cracha le tout sur son crâne rasé.

Tranquillement et sans commentaire, Eknath alla se laver dans la rivière Godavari. Encore plus furieux de voir que le sage n'était pas furieux, le rude Pathan attendit qu'il revienne et de nouveau lui projeta son rince-bouche sur la tête. Alors, Eknath retourna à la rivière pour un autre bain. L'histoire raconte que la même scène se répéta dix-huit fois. Lorsque le Pathan vit le baigneur pacifique revenir pour la dix-neuvième fois, sa colère s'effondra soudainement et il lui demanda humblement : « Comment diable pouvez-vous supporter une telle provocation avec tant de patience ? ». Eknath répondit : «Quelle provocation ? Aujourd'hui est un jour de fête et vous m'avez donné l'opportunité de devenir plus saint en prenant dix-huit bains dans la rivière sacrée Godavari ! ».

8) LE POT QUI N'ETAIT PAS BIEN CUIT

Jñaneshwar était venu avec un groupe à la maison de Gora, le potier. Namdev aussi était présent. Jnandev demanda à Gora : «Vous êtes certainement un expert en poteries, alors dites-nous qui est, parmi nous, le pot qui n'est pas très bien cuit. " Gora prit son bâton et commença à frapper la tête des saints ; tous restèrent immobiles, à l'exception de Namdev qui commença à s'agiter et protester. Gora dit seulement : « Voici celui qui n'est pas très bien cuit ». Humilié, Namdev rentra chez lui et se plaignit à Dieu qui répondit : « C'est vrai, tu es un de mes bons fidèles, mais tu fais toujours une différence entre « Je » et « Vous », en ce sens, tu n'es pas bien cuit. Sans un gourou, ce sentiment de différence ne peut pas être effacé. Va trouver Vithoba Khechar au temple de Shiva et il t'enseignera.

Lorsque Namdev arriva là-bas, il vit que Vithoba avait les pieds sur le *Shivalingam* lui-même ce qui est bien sûr très irrespectueux. Lorsqu'il lui demanda la raison d'une telle posture, Vithoba soupira : «O, Nama ! Je suis tellement vieux et cassé ! Je ne peux tout simplement plus bouger. S'il-te-plaît, bouge toi-même mes pieds à un endroit où il n'y a pas de Shivalingam !". Namdev commença à glisser les jambes du vieillard ici et là, mais à chaque endroit un Shivalingam apparaissait. Surpris, il tomba aux pieds du sage en implorant son pardon, et en demandant un enseignement. Vithoba mis les mains sur sa tête et éveilla en lui la conscience non-duelle. Le sentiment de la dualité de Namdev disparu complètement.

Le lendemain, quand il revint à la réunion des sages, il pouvait dire : « Maintenant, ce pot est devenu bien cuit ! ».

9) EFFACER LE NOM, EFFACER LA GLOIRE

Bharata était un "empereur du monde" (*chakravarti*). Il pensait qu'il était le premier à avoir jamais atteint cette position élevée, et eut l'idée de monter au sommet de la montagne Vrishaba, à la frontière du monde connu, pour graver son nom sur la roche. Mais quand il atteignit le sommet, les quatre côtés de la roche étaient recouverts du même nom, "Chakravarti, Chakravarti, ...". Il n'y avait pas même un centimètre carré où il pouvait espérer inscrire son « Chakravarti" personnel. Affolé, il effaça finalement un ancien "Chakravarti" pour réécrire le sien au même endroit. A moitié satisfait, il redescendit vers sa capitale. Lorsque le Très-Haut entendit l'histoire, il s'écria : «Hélas ! Quel malheur ! Tu as détruit la base même qui permet à quelqu'un d'immortaliser son nom. Maintenant que tu as commencé cette tradition pernicieuse d'effacer les noms, n'importe qui aura la possibilité de venir et d'effacer le tien pour mettre le sien à la place ! (*A suivre)*

Sanghadana

Une journée au Ladakh

Un rassemblement de 2000 moines bouddhistes au Ladakh,

et d'autres rencontres intéressantes de cette journée.

Choglamsar-17-9-18

Par Jacques Vigne

Jacques Vigne nous a envoyé cet article, ainsi que ce petit 'chapeau d'introduction' :

"En août septembre de cette année 2018, J'ai eu la chance de pouvoir passer sept semaines au Ladakh, au départ pendant quinze jours avec un groupe de Français que j'accompagnais, puis ensuite davantage par moi-même. Une journée a été particulièrement frappante et instructive, je me suis dit qu'il pourrait donc être beau d'en faire un compte-rendu détaillé. J'y parle en particulier du grand yogui tibétain Milarépa. Quand on lit l'histoire de Mâ, on voit qu'elle encourageait des pièces de théâtre jouées par les jeunes filles du Kanyapeeth de Bénarès sur des thèmes spirituels, et une fois, le sujet a été Milarépa. Sa tradition est bien vivante au Ladakh, c'est ce que j'ai pu voir de mes propres yeux et donc, je vous en fait le récit dans cet article"

Sanghadana signifie le don à la Sangha, à la communauté, en l'occurrence monastique, de la part des laïques. Nous habitions pour deux jours dans une communauté de moniales bouddhistes ladakhies, à 20 km de Leh en amont sur l'Indus. J'étais avec une amie qui était venue pour une brève découverte du Ladakh pendant ses vacances d'enseignante à Auroville. Le couvent de Nyerma où nous logions avait été bâti dans l'enceinte de la première grande université bouddhiste dans l'ouest du Tibet, Thiksey, fondée par Rinchen Sangpo au Xe siècle. Un mouvement de Taiwan, *L'association Chung-wa des mérites pour la buddha-puja et le sanghadana*, a soutenu ce grand événement de Sanghadana financièrement. Depuis 2003 qu'ils existent, ils ont déjà fait bénéficier de leur largesse 360 000 membres de la communauté monastique bouddhiste dans les pays à la fois du Mahâyana et du Theravâda. Cette association a été aidée sur place par l'*All Ladakh Gonpa Association*, qui réunit sous une même ombrelle tous les monastères de la région. Les moniales de Nyerma nous ont indiqué que nous pouvions nous rendre à cet événement, ce que nous avons donc fait. Il y a eu exactement 2030 moines qui se sont réunis pour cette grande occasion, avec des discours des Rinpoché, des Khempos (savants dans la tradition tibétaine), et aussi de moines theravâda-s. Le lieu de rassemblement se trouvait pratiquement sur les bords de l'Indus, à Choglamsar en contrebas de Leh, un emplacement où les réfugiés tibétains s'étaient installés il y a 60 ans, et où ils sont maintenant devenus plutôt prospères. Ce n'était pas loin du grand terrain, un carré de peut-être 800 m de côté, où le Dalaï-lamas enseigne tous les ans au Ladakh, en général en juillet. Il passe d'habitude un mois dans la région, y compris pour une retraite personnelle. Dans ses tournées internationales, il n'hésite pas à faire l'éloge des Ladakhis en affirmant qu'ils vivent leurs valeurs bouddhistes d'une façon fort cohérente.

Pendant peut-être une demi-heure, deux femmes occidentales étaient là avec nous, ensuite trois autres sont passées aussi pendant une demi-heure, mais nous sommes les seuls occidentaux à être restés, à deux donc, durant toute la cérémonie qui s'est déroulée de 10 heures du matin à 14 heures environ. À cause de la présence des Taïwanais, toute une partie des discours était en anglais et nous avons donc pu bénéficier de ces traductions. Les moniales étaient en minorité, mais représentaient quand même peut-être un tiers de l'assemblée. Elles et les moines ont tenu le coup placidement pendant les quatre heures de la cérémonie sans broncher, il faut dire qu'un bon repas nous a été servi. Des cadeaux divers leur ont été offerts, comme un grand châle, un sac à bandoulière, un thermos rempli de thé, mais aussi, et surtout, un gros livre d'environ 400 pages écrit en tibétain, sur lequel on pouvait lire le titre en lettres latines *Mila I Mgyur Bum*, ce qui signifie probablement les *Cent mille chants de Milarépa*. Certains moines se sont mis à le lire au hasard, et d'autres même à en discuter entre eux. Probablement, ils avaient tous lu et entendu un certain nombre de chants de Milarépa, mais lire l'édition complète est une autre affaire, je l'ai moi-même fait il y a une vingtaine d'années, et il s'agit, de toute façon, de textes qu'on peut reprendre souvent. Recevoir un tel livre au début de l'hiver Ladakhi où la température reste aux environs de -20° pendant trois mois, est certainement une bonne incitation à l'étude. Nous avions tout près de nous trois jeunes d'environ 30 ou 40 ans, avec le chapeau caractéristique de l'ordre Drugpa-Kagyu, qui

arboraient également, placé en travers du tronc, le châle blanc des yoguis tibétains, dans la lignée donc de Jetsün Milarépa.

Pour mieux comprendre le contexte de ce genre d'événements, on peut signaler qu'il s'agissait de la quatrième Sanghadana des taïwanais au Ladakh, mais il y avait eu une longue interruption de 19 ans depuis la troisième session. La Présidente de l'association des jeunes bouddhistes de Taiwan et en même temps Présidente de la branche de la Mahâbodhi Society, a reconnu qu'avoir été capable d'organiser ce grand événement avait tenu du miracle. Il aurait pu y avoir davantage de moines encore, si la plupart des disciples du Gyalwang Drugpa n'avaient été occupés par la fête des ornements de Naropa près du monastère d'Hémis, 30 km plus en amont sur la vallée de l'Indus. Nous y reviendrons à la fin de ce texte.

Nous sommes arrivés le matin en même temps que les moines eux-mêmes, et nous sommes passés avec eux à travers une haie d'honneur impressionnante : elle était composée des élèves de la *Mahâbodhi Society* en grande tenue traditionnelle, dont les jeunes filles en robes tibétaines colorées. Une fois arrivés dans le grand *panda*, c'est-à-dire une immense tente pouvant abriter 2500 personnes, avec de multiples piliers en bois et des cloisons latérales, nous avons eu aussi la haie d'honneur des femmes bouddhistes du Ladakh, avec leurs coiffes caractéristiques de turquoises qui descend comme une rivière bleutée de l'avant du front jusqu'à l'arrière des omoplates. Les assistants Ladakhis hommes, avaient la tenue traditionnelle avec le tablier gris ou noir qui ressemblait assez à ceux du Bhoutan, assortis d'une ceinture de couleur. Avec beaucoup de courtoisie, on nous a fait asseoir sur un côté de la salle au niveau des premiers rangs, c'est-à-dire avec les invités d'honneur.

Une vingtaine de Taïwanais, en fait principalement des femmes, étaient venus en groupe apporter leur soutien et accompagner leur présidente, Madame Wang-Chou-You. Si j'ai bien compris, c'était elle qui avait été la financière principale de l'événement, ou peut-être à travers une société qui lui appartenait. En tous les cas, il était organisé de main de maître. Quand ces 2000 moines et moniales ladakhis entamaient les prières de remerciement, on avait l'impression que tout l'Himalaya environnant avec les pics enneigés se mettait à vibrer… et même sans être particulièrement mystique ou visionnaire, il était facile d'imaginer une apparition d'Avalokiteshwara, Tchenrézi – avec son corps d'arc-en-ciel et ses mille bras – en train de dispenser ses bienfaits dans mille directions !

Le don des châles et autres objets matériels a été effectué dans les règles de l'art, avec la récitation de formules rituelles et de prières de la part des jeunes femmes qui dispensaient ces offrandes aux moines et aux moniales. Cette tradition des dons à la communauté, remonte à l'époque du Bouddha lui-même, et il était beau de la voir se réaliser avec une telle force, dans ce beau cadre des cimes enneigées du Ladakh, sur les bords de l'Indus. De plus, avec la présence non seulement des taïwanais, mais de grands moines et moniales bouddhistes de Thaïlande, de Birmanie, du Sri Lanka et du Bangladesh, l'événement devenait une manifestation du bouddhisme moderne et global. Le personnage politique principal du Ladakh, le président de l'*Autonomous Hill Council*, était présent et s'est exprimé.

Pour mieux comprendre le contexte de cet événement, nous pouvons parler de la Mahâbodhi Society de Leh. Elle a été fondée par Bikkhu Sanghasena, qui a organisé et présidé la célébration actuelle. Né aux environs de 1960, il s'est engagé tôt dans l'armée où il reconnaît avoir appris la vertu de la discipline. Cependant, son travail intérieur a mûri, et il a décidé d'aller étudier à Bangalore pour devenir moine dans la tradition Theravâda. Il est ensuite revenu au pays et a fondé, à quelques kilomètres de Leh, une succursale de la Mahâbodhi Society en 1996. En plus d'une école de peut-être 300 élèves, il a effectué un travail social considérable pour les classes défavorisées de cette société ladakhie qu'il connaissait bien, étant un de ses membres. En outre, il a accompli une œuvre non moins considérable de diplomatie pour rapprocher les bouddhistes théravâda et les bouddhistes mahâyâna du Ladakh. C'était lui-même qui avait invité la grande association taïwanaise à organiser cet événement pour les moines ladhakis. C'était un beau symbole de l'unité bouddhiste, au-delà des différences d'écoles, qu'un moine theravâdin puisse faire le lien entre les mahâyanistes de Taïwan est ceux du Ladakh, et ce, pour l'organisation d'une célébration d'une telle envergure.

Les moines étaient répartis en deux groupes de chaque côté de l'autel, d'un côté les ladakhis, de l'autre les théravâdins avec les mahayanistes de Taïwan, de Chine continentale et d'ailleurs. À la place d'honneur pour les moines ladakhis siégeait un petit *tulku*, garçon d'environ huit ans qui devait être la réincarnation d'un des moines principaux du Ladakh, je n'ai pas bien compris lequel. Il avait un comportement naturel, était certes moins immobile que les moines adultes, mais pouvait déjà réciter la plupart des prières par cœur, savait refuser un pack de jus de fruits qu'on distribuait après le repas, pensant sans doute que cela faisait trop de sucre, et n'a pas hésité à se boucher les oreilles pendant plusieurs minutes lorsqu'un groupe de musique plutôt moderne, avec batterie, s'est mis à jouer une musique ladakhie de genre populaire : cela changeait certes des graves psalmodies qui émanaient de cet océan de 2000 moines et moniales en train de réciter des soutras, ou des actions de grâces en tibétain classique…

Les prières pour la paix étaient de mise, et elles prenaient un relief particulier dans cette région de civilisation bouddhiste militairement sensible du Ladakh, menacée par les islamistes pakistanais à l'ouest et les communistes chinois à l'est : signalons que le Ladakh a une population de 350.000 habitants, mais qu'il est protégé par un nombre plus important de soldats de l'armée indienne.

Mme Wang-Chu-You, une dame de peut-être 70 ans avec une jolie blouse rose, la donatrice principale donc de l'événement, a distribué elle-même un dépliant de son association à la centaine de moines principaux qui siégeaient à l'avant de l'assemblée. Elle a fait montrer aussi une grande photo du dernier événement de Sanghadana qu'ils ont organisé à Taïwan, c'était dans le stade avec peut-être 20.000 personnes… Au-delà du don de nourriture et d'objets matériels, il s'agit d'affirmer la force et l'unité de la Sangha et de faire passer des messages importants par les enseignants les plus éminents de la communauté. Les donateurs taïwanais ont reçu en remerciement des moines et moniales du Ladakh, de belles tankas du Bouddha Sakyamuni (le Bouddha historique). Diplomatiquement, on a évité de leur offrir des représentations par trop tantriques, qui les auraient sans doute choqués.

Nous avons mentionné le festival des ornements de Naropa à Hémis, à 30 km en amont sur l'Indus. Hémis n'est pas le monastère le plus ancien du Ladakh, mais celui qui compte le plus grand nombre de moines. Contrairement à la plupart des autres, et n'est pas fièrement juché sur une crête de rocher, mais plutôt discrètement niché au fond d'une vallée close. La rivière qui coule permet l'irrigation et l'existence d'une véritable oasis autour du monastère. La communauté a conservé des objets très anciens, qu'ils exposent dans un des musées les mieux organisés, que j'ai pu visiter en Inde depuis 30 ans que j'y vis, en particulier des bronzes bouddhistes du Cachemire du VIIe ou VIIIe siècle. Il y avait une grande culture hindoue et bouddhiste au Cachemire avant qu'elle ne soit détruite par les invasions islamistes à partir du XIe siècle. Heureusement, elle a pu passer en grande partie au Tibet pour sa part bouddhiste, et pour sa part hindoue, elle s'est transférée dans l'école de la *Shri Vidya* dans le sud de l'Inde.

Tous les 12 ans donc, on sort les ornements de Naropa, il s'agit d'une grande fête qui réunit plusieurs centaines de milliers de personnes, et quelques centaines d'occidentaux qui sont tous logés sous tentes individuelles. Il s'agit donc d'une grosse organisation. Cette année, il y a eu pendant quatre jours une version mineure de ce festival. C'est à la fois un évènement culturel avec de nombreuses danses traditionnelles, effectuées en particulier par les jeunes moniales de l'ordre drugpa kagyu. Un groupe de Bhoutanais est venu aussi faire une démonstration de leur art du tir à l'arc, et le tout s'entremêlait avec des enseignements religieux dans un cadre festif, qui permet au Ladakhis bouddhistes d'affirmer leur culture. En effet, l'ordre Drugpa qui organise cet événement a des racines dans la région depuis pratiquement ses débuts, c'est-à-dire le XIIe siècle, et on sent qu'il a un dynamisme qui lui est propre, par exemple dans sa façon de gérer la société, en particulier à travers une grande école, Pema Karpo, *l'école du Lotus blanc* qui rayonne dans toute la région. Dans ce sens aussi, pour montrer au Ladakhis et aux Indiens qu'il fallait compter avec la femme moderne, le Gyalwang Drugpa a effectué pour se rendre à la fête des ornements de Naropa qui revenait après 12 ans, un pèlerinage en vélo avec 214 moniales, en été 2016, de Katmandou jusqu'à Leh, en passant par plusieurs cols à plus de 5000 m d'altitude sur la route de Manali au Ladakh. Le vélo qui lui a servi pour cet exploit est exposé au musée du monastère d'Hémis. Voilà un gourou qui ne se prend pas la tête, mais qui se prend quand même peut-être les pieds dans les pédales de son vélo, le temps de couvrir environ un millier de kilomètres…

Nous sommes allés visiter le village traditionnel de Sabou à 5km au-dessus de l'Indus et de la Mahabodhi Society où nous avions participé au Sanghadana. Une amie française qui connaît très bien le Ladakh nous avait dit qu'il s'agissait d'un de ses villages préférés et effectivement, la vue qu'on avait de là sur la vallée de l'Indus et les sommets enneigés de la chaîne du Zanskar au sud, était impressionnante. Nous avons longé des séries de vieilles stoupas, en passant par la gauche comme le veut la tradition, nous avons échangé des sourires avec une institutrice assise sur sa chaise sous un arbre et les petits enfants par terre autour d'elle, en train d'étudier dans la cour de l'école du village. Il y avait aussi dans cette petite bourgade, à moins de 10 km de Leh, un centre de méditation *vipassana*. En passant ensuite par un sentier le long d'une rivière à sec, nous avons encore rencontré une femme qui nous avait invités à prendre le thé chez elle. Probablement, elle ne voyait passer que très rarement

des occidentaux sur ce petit chemin en face de sa maison. Il s'agissait d'une musulmane, non mariée, qui vivait avec son frère et sa sœur chez leur mère. Ils étaient d'une vieille famille ladakhie musulmane. Quand j'ai demandé au frère si leurs ancêtres étaient arrivés dans la région avec les troupes d'Aurangzeb, qui avait cherché à envahir le Ladakh sans succès au XVIIe siècle, il a vigoureusement dénié cela. Il n'avait visiblement pas envie d'être associé à ce grand destructeur de cultures qu'a été cet empereur moghol. Au contraire, sa famille avait été pendant des siècles au service des rois bouddhistes du Ladakh. Aurangzeb avait certes, imposé une épouse musulmane au roi de son époque, en espérant qu'il se convertirait à l'islam, mais les moines ont vu en elle une manifestation de Tara, et c'est donc elle qui a été assimilée dans le système bouddhiste. Le ladakhi, donc un dialecte du tibétain, et non l'ourdou, était la langue maternelle de nos hôtes. Ainsi, ils faisaient partie de ces musulmans intégrés depuis très longtemps à la culture bouddhiste tibétaine. Il nous a dit être pratiquant de sa religion à titre personnel, mais n'avoir guère le temps d'aller à la mosquée. Peut-être était-ce aussi parce qu'il n'était pas d'accord avec le contenu des prêches qui s'y donnaient. À Lhassa aussi, depuis le XVIe siècle environ, il y a eu une communauté musulmane. Il a été question à un moment d'envoyer des Tibétains dans une université musulmane au Moyen-Orient, le dalaï-lama a pensé d'abord aux membres de cette communauté, mais les enseignants de l'université lui ont fait savoir qu'ils préféraient recevoir des Tibétains bouddhistes, pour qu'eux-mêmes puissent apprendre quelque chose de ces derniers… Je ne sais pas ce qu'est devenu ce projet.

Une autre rencontre fort intéressante que nous avons faite le même jour, juste après le thé chez les musulmans, a été avec deux peintres bouddhistes traditionnels. Ils travaillaient pour deux ans afin de réaliser les fresques d'un temple de Padmasambhava sur une colline qui dominait toute la vallée de l'Indus. Cet édifice avait été inauguré en 2012 par le Dalaï-lama, mais les peintures murales restaient à réaliser. J'ai pu m'entretenir en hindi avec ces deux artistes. Ils m'ont expliqué qu'ils travaillaient avec des livres qui donnaient la description des représentations effectuées, mais qu'après, leur peinture provenait purement de leurs visualisations, ils ne recopiaient pas de modèles. L'un des deux, qui semblait le plus avancé, étudiait donc ce qui était écrit dans les textes en tibétain. Il effectuait à partir de cela le dessin au crayon directement sur le mur blanc, et l'autre remplissait avec la couleur. À propos de leur manière de travailler, l'un des deux nous a répété plusieurs fois en anglais *Everything from the mind !,* « Tout vient de l'esprit !». Cela fait penser directement à l'une des quatre grandes écoles du bouddhisme tibétain, *Chittamatra,* dont le nom signifie en sanskrit : « seulement, *matra*, l'esprit, *chitta* ». L'idée est que toute notre représentation du monde passe par l'esprit, et se trouve donc être conditionnée par cet esprit.

En allant plus loin, on distingue deux types de manifestations de cet esprit : le monde matériel ordinaire, avec ses imperfections et contradictions, qui est une manifestation de *sem,* l'esprit dualiste du *samsara*. La seconde manifestation est celle de *yeshe,* la conscience primordiale non dualiste, glorieuse, du *nirvâna*. Elle est unifiée-purifiée et donne lieu aux visions des différents paradis, ce qu'on appelle les champs de bouddha et des quatre corps : corps de manifestation, corps subtil, corps fondamental et corps spontané, respectivement *nirmana, sambhoga, dharma* et *svabhava-kâyâ*. Dans la tradition chrétienne, on parlerait

probablement de corps de gloire. Certainement, la concentration de ces peintres était *sattvique* comme on dit dans l'hindouisme, c'est-à-dire pure et lumineuse. Ils consacraient deux ans de leur existence centrés sur les murs d'un cube d'une quinzaine de mètres d'arête, à vivre dans un monde de bouddhas et de saints, une expérience en quelque sorte digne de Fra Angelico dans les cellules de son couvent de Florence. L'un des deux peintres nous expliquait par exemple qu'il était justement en train de représenter Padmasambhava, Sangharakshita et le roi du Tibet, qui ont collaboré pour fonder le monastère de Samyé, au sud-est de Lhassa, vers 670. C'est donc comme s'il était en ce moment 'un' avec eux. Le temple avec sa vue large sur la vallée de l'Indus était très silencieux, les visiteurs devaient être rares, les deux peintres avaient donc le temps de vivre pendant deux ans dans leur monde lumineux, et en plus, bénéficiaient de la possibilité dans le futur de faire participer à leur vision les fidèles qui allaient fréquenter ces lieux.

Puisse ce texte contribuer à communiquer aux lecteurs un peu de l'énergie puissante du Ladakh, en particulier des chants et des méditations de ces 2000 moines et moniales, réunis tout récemment pour cette journée de dons à la Sangha.

Témoignage de retour du Kailash

Par Aliette Balladur

Aliette Balladur a suivi Jacques Vigne dans plusieurs retraites et voyages, notamment ce 'Pèlerinage au Mont Kailash' en juin dernier. Enseignante de yoga, Aliette Balladur est élève de Boris Tatzky auprès duquel, avec son mari Jérôme (lui aussi enseignant de yoga), elle a suivi la formation de l'Efyse et depuis, chaque année, la post formation à Aix en Provence.

Lors d'un congrès organisé par Boris, ils ont rencontré Jacques Vigne et ont ensuite effectué un voyage en Inde du Sud avec lui et Dinesh. Jacques est venu animer deux fois en 2017 et 2018 des séminaires de méditation dans leur centre de yoga à Vienne (Autriche) et Jérôme a suivi la formation proposée par Jacques à Menton en 2017/18.

Jérôme et Aliette sont aussi élèves de Micheline Flak qui les a formés au yoganidra. Et maintenant élèves d'Hélène Marinetti, Dîpa, avec laquelle ils se lancent dans l'étude du sanskrit.

Le yoga au sens le plus large est devenu partie intégrante de leur vie dans tous ses aspects. Voici le profond témoignage qu'Aliette nous a envoyé :

Lorsque Geneviève (Mahâjyoti) m'a demandé de partager notre voyage au Népal/Tibet en quelques lignes, j'ai immédiatement pensé que cela ne pouvait être que sous forme de vignettes, de cartes postales, exprimant des émotions, des sentiments d'où est exclue toute intention d'expliciter ces pays, leurs coutumes et leur spiritualité.

En chemin vers le Kailash

Ce voyage a commencé au moment même de notre inscription en juillet 2017, presque un an avant le départ effectif (le 'nous' ici est pour mon mari Jérôme et moi-même). Nos motivations étaient multiples : la destination mythique qu'est le Kailash, l'envie de partager un autre voyage avec Jacques et Dinesh, le désir d'approfondir notre pratique méditative, la curiosité de découvrir le Népal, le Tibet et leurs habitants, le challenge de vivre en groupe pendant presque un mois, l'attirance de l'altitude et la soif d'aller à la rencontre de soi-même.

Grâce à Béatrice qui nous avait transmis le récit du voyage de Mâ et à différentes lectures, ce voyage peu à peu devenait de plus en plus concret, commençait à cheminer en moi sans pour autant, au contraire d'autres voyages, susciter d'attentes particulières. Et au moment où j'écris ces quelques lignes, près de trois mois se sont écoulés depuis notre retour, et pourtant le voyage se poursuit : nous sommes en contact avec les autres participants et la plupart constatent et se réjouissent de ce que la magie du Kailash continue d'opérer.

Retour au « je » car je ne peux parler que de mon expérience, de mon ressenti et c'est un des premiers enseignements de ce voyage. Alors que nous faisions partie d'un groupe, et que les conditions de voyage impératives exigées par les autorités chinoises au Tibet nous imposaient de rester tout le groupe ensemble, du début à la fin de la validité de notre visa, nous sommes restés absolument seuls, chacun avec sa propre quête intérieure. Cette apparente contradiction entre la dépendance au groupe et la responsabilité individuelle n'est qu'un des contrastes que ce voyage a mis en lumière.

Un autre de ces contrastes est manifesté face à l'immensité des hauts plateaux tibétains, quasiment désertiques, où tout est encore plus grand, plus majestueux, plus sauvage et plus fort que tout ce que j'avais pu attendre, imaginer, rêver, où l'impression de liberté crée presque un sentiment d'ivresse et par la présence policière militaire chinoise qui cherche, qui parvient à se manifester à chaque contrôle, dans chaque temple ou monastère, dans les rues des plus petits villages, qui quadrille et règlemente ces espaces infinis. Et cela a été pour moi une mise en évidence du manque de liberté que nous imposent nos conditionnements, nos idées préconçues, notre peur de l'autre et de nous-même, alors que nous avons la grande chance de vivre dans un pays libre. Cette prise de

conscience m'a permis de ressentir profondément un des enseignements du Dalaï Lama : « *Vous êtes maître de votre vie et qu'importe votre prison, vous en avez les clefs.* »

Un autre paradoxe moins anecdotique qu'il n'y paraît, en tout cas pour une femme, est de ne pas avoir de miroir pendant plus d'une dizaine de jours. Être engagée dans une démarche à la rencontre de soi-même, libre de toute représentation, offre la possibilité de laisser émerger, se manifester plus de vérité, d'authenticité.

Cette grandeur, cette majesté des paysages, des tibétains et du Kailash m'ont enseigné l'humilité, la simplicité. Au fur et à mesure que nous nous enfoncions et progressions en altitude dans le Tibet, les conditions de confort, elles, diminuaient jusqu'à devenir plus que sommaires, pour ne pas dire inexistantes. Petit à petit, comme le propose une des méditations de Jacques, je me dépouillais des pelures de l'oignon pour aller vers plus de vérité, d'authenticité. Chaque pas effectué lors du kora autour du Mont Kailash est un effort. L'altitude nous décape, nous révèle nos limites mais aussi nos possibilités, souvent plus grandes que ce que l'on pensait. Ce kora est à la fois une leçon d'humilité et de dépassement de soi, mais ce dépassement de soi n'est possible que par l'acceptation de ses faiblesses et de ses fragilités. Il ne laisse pas de place aux faux-semblants.

Une des plus belles leçons m'a été donnée tout d'abord par Dinesh et ensuite par une amie, qui l'un et l'autre ont dû renoncer en cours de route. Dinesh, à cause d'un imbroglio de visa, a dû quitter séance tenante le Tibet, quelques jours après notre arrivée. Il a appris cette nouvelle avec beaucoup de calme et de maîtrise. Il a, avec Jacques, tout réorganisé pour que nous puissions continuer sans encombre en dépit de son absence et nous a dit « au revoir » avec une grande émotion, sincèrement heureux pour nous de nous voir poursuivre, alors que lui en était empêché. L'autre renoncement a été fait, après le premier jour du kora, par une des participantes qui a été victime du mal aigu de l'altitude. Le Kailash était vraiment un de ses rêves et elle a fait montre d'un grand courage et de beaucoup d'humilité en acceptant de redescendre et de nous attendre en bas.

Enfin, les temps de silence (souvent longs : depuis le petit déjeuner jusqu'après le déjeuner aussi souvent que possible) et les longues méditations ont vraiment été des moments très riches et très « parlants » car ces pauses imposées sont, en fait, comme les espaces entre deux mots, comme la ponctuation : c'est cela qui permet au sens de la phrase, du texte, de se révéler.

C'est cela aussi qui m'a permis de vivre, d'expérimenter ce que je pressentais plus ou moins confusément, ce que j'avais entrevu au travers notamment de deux textes que je reconnais maintenant pour être des piliers de ma vision du monde, et de moi-même dans ce monde.

« Cet espace qui est à l'extérieur de l'homme, c'est le même qui est à l'intérieur ; et cet espace qui est à l'intérieur de l'homme est le même que celui qui est au dedans du cœur » Chandogya Upanishad XIII-7

Et les paroles de Siddharta à son ami Govinda, dans le roman d'Hermann Hesse, paroles qui ne sont pas un enseignement mais ce que Siddharta a finalement découvert comme étant sa vérité et son chemin *« …l'Amour, ô Govinda, doit tout dominer. Analyser le monde, l'expliquer, le mépriser, cela peut être l'affaire des grands penseurs. Mais pour moi il n'y a qu'une chose qui importe, c'est de pouvoir l'aimer, de ne pas le mépriser, de ne le point haïr tout en ne me haïssant pas moi-même, de*

pouvoir unir dans mon amour, dans mon admiration et dans mon respect tous les êtres de la terre sans m'en exclure. »

Je souhaiterai conclure en exprimant ma profonde gratitude à Jacques, à Dinesh, aux guides népalais et tibétains, aux cuisiniers et aux porteurs, aux participants de ce voyage, à Béatrice et à Mahâjyoti qui ont tous contribué à le rendre exceptionnel.

Nouvelles

- Le long programme '**Tournée et Voyages 2016-17-18'** de Jacques Vigne s'est terminé après la retraite d'ANNOT, qui sera répétée à son retour en Europe du 6 au 17 Septembre 2019. Les inscriptions ouvriront en Octobre 2018. Entre temps, Jacques Vigne s'est envolé pour une année sabbatique en Himalaya où il réside, et où il a accompagné un voyage de groupe en pèlerinage au Mont Kailash et un périple au Ladakh. Il reviendra parmi nous en Juin 2019. Les infos de son programme seront sur son site www.jacquesvigne.com

- **Remerciements** : à Marie-Annick Denche et à petit groupe. Ensemble ils ont eu le plaisir de créer les liens pour le téléchargement des enregistrements vocaux de Jacques Vigne durant la retraite d'Annot 2018 et leurs annexes. Quelques éléments sont encore manquants, Marie-Annick préviendra ultérieurement des nouveaux apports.

  1- Lien vers le texte de Jacques Vigne "Avant de commencer, du juste usage des méditations guidée"

  https://docs.google.com/ document/d/15RL4ej6Q9a_ ogyKgrMQBeca3Lvhbw1E2jaPfe2Cre _8/edit?usp=sharing

  2- lien vers la liste écrite des enregistrements (en cours de mise à jour)

  https://docs.google.com/docume nt/d/18TGfH6sqbVps3VWXsGOjUx9f RqbFlR8tBqvByRxvdLA/edit?usp=s haring

  3- lien vers les enregistrements vocaux

  Vous pouvez : soit tout télécharger d'un coup (en haut à droite), soit cliquer sur l'élément qui vous intéresse et cliquer sur la flèche de téléchargement.

  NB : selon le poids des fichiers, il est bon de prévoir du temps et d'être patient.

  https://drive.google.com/drive /folders/1iVVy-0qTFo3qpJq7BrDP v8WlW2t6xY8b?usp=sharing

  Cette mise à disposition a été possible grâce à la générosité de Jacques Vigne et au travail collaboratif bénévole de Celya, Sylvie, Geneviève, Sylvain, Nelly, Marie-Jeanne, nous les remercions chaleureusement.

Si vous avez besoin de joindre Marie-Annick, utilisez ma.denche@yahoo.fr car la boîte de courrier des séminaires de Jacques Vigne n'est pas active, hormis pour cet envoi.

- On trouvera aussi les méditations guidées de Jacques pendant le pèlerinage du Mont Kailash au Tibet en juin et début juillet avec 17 Français, sur le même Google drive dédié à ses séminaires :

  https://drive.google.com/open?id=1vdpWiP9QLi0lNw0F83CDzlxC2HWCKCLK

  Les participants à ce pèlerinage avaient reçu auparavant la description par Didi du pèlerinage de Mâ Anandamayî , également au Kailash, avec un grand groupe en 1936, qui donne de multiples détails intéressants, en particulier sur la manière de voyager au Tibet à l'époque.

- Deux '**Livres Audio'** sont en train d'être enregistrés, à la demande de Jacques Vigne, par **Jean E. Louis** (qui 'ouvre' toujours notre JAY MA avec ses traductions sur Mâ) accompagné de **Geneviève (Mahâjyoti).** Il s'agit de la lecture de : '*Un Français dans l'Himalaya'* et de '*Un Chemin de Joie' de Swami Vijayânanda*. Jean et Geneviève reprennent ainsi une activité en binôme que tous deux avaient déjà exercée en Italie, à Rome, pendant bien des années passées dans le milieu artistique et journalistique, ainsi que dans la post-synchronisation en plusieurs langues, en tant qu'acteurs et Jean également comme directeur de plateau et adaptateur des dialogues. D'autre part, c'est **Sylvain Fornier** qui en assumera le montage. Il est marionnettiste et s'en était allé en Inde pour rencontrer les marionnettistes du Rajastan, en se référant aux méditations sur les masques balinais. La chaîne Youtube qui porte son nom est dédiée à l'éveil et à la quête du soi. Quelques mois seront nécessaires à ces enregistrements, puis ils seront disponibles sur Internet ou sur CD. *Affaire à suivre…*

- **Joëlle Maurel** (Docteur en Sciences de l'Education, psychothérapeute-analyste jungienne, relaxologue, prof de yoga et de Qi Gong…) dont nous avons passé plusieurs textes dans le JAY MA et annoncé ses CD de relaxations-méditations guidées, nous informe que si vous devez subir une intervention chirurgicale, ou des personnes que vous connaissez, vous pouvez écouter la méditation/relaxation guidée qu'elle a mise pour tous sur son site internet. Elle se trouve sur la page d'accueil du site en bas à droite. Il suffit de cliquer dessus pour pouvoir l'écouter ou bien la télécharger .Elle nous informe de cette possibilité de préparer une intervention chirurgicale. Toutes les personnes qu'elle connaît qui l'on fait, lui ont dit que cela les avait bien aidées. Son site : **joelle.maurel.pagesperso-orange.fr**

Abonnements au 'Jay Mâ' de Mars 2017 à Mars 2019

(Marche à suivre en général)

Le **N°116 du printemps 2015, fut un 'Numéro Spécial' dédié aux 30 années d'existence de notre brochure 'JAY MA' et à Atmananda qui en fut l'inspiratrice.** La session actuelle pour deux ans, va de Mars 2017 à Mars 2019. Merci aux nouveaux inscrits, et aux fidèles d'être restés dans la Grande Famille de Mâ !

ATTENTION : les abonnés pour cette session actuelle n'ont RIEN à renouveler jusqu'en Mars 2019.

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

Merci à tous ceux qui rejoindront 'en route' l'expérience du 'JAY MA' et qui s'inscriront pour ces deux années en cours, auprès de José Sanchez Gonzalez pour la partie administrative : 10 rue Tibère – 84110 Vaison-La-Romaine – nagajo3@yahoo.fr – 0634988222 et **ensuite** auprès de Geneviève (Mahâjyoti) qui en gère bénévolement l'édition, pour qu'elle puisse procéder aux envois en vous remettant sur ses nouvelles listes : koevoetsg@orange.fr. **N'oubliez pas de l'aviser afin de recevoir les JAY MA…sinon, ils ne vous parviendraient pas !**

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 années en cours. 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 (*Prof. (Retd.) Debiprasad Bhattacharya et Dr. Indu Tikekar)*

L'Evolution spirituelle est prédictive *(Par Swami Nirgunananda)*

Le cœur *(Tiré de 'Il cuore')*

La Transmission de l'Esprit (*Anecdotes des Ecritures hindoues, présentées par Jacques Vigne) Suite…*

Sanghadana-Une journée au Ladakh *(Récit vécu, par Jacques Vigne)*

Témoignage de retour du Mont Kailash (*Par Aliette Balladur*)

Nouvelles

Abonnements pour deux ans : de Mars 2017 à Mars 2019

Table des Matières