Jay Mâ N° 145

Eté-2022

Extrait du livre 'Mère se Révèle'

(Récemment sorti aux Editions Unicité)

572 pages sur les souvenirs de Mâ Anandamayî, première période de Matri Lila (1896-1932)
compilée par Bhaiji (Jyotish Chandra Roy)- Préface de Jacques Vigne

Toute personne appelant Dieu, de n'importe quelle contrée,
dans n'importe quelle langue, et de tout âge — Souvenez-vous, leurs cris atteignent ce cœur,
comme les vagues de l'océan se brisant sur le rivage.

- Śrī Śrī Mā Ānandamayi

Prélude I

Śrī Śrī Mā Ānandamayī (la Mère imprégnée de félicité) est omniprésente, sans frontières ni limites, embrassant toutes les dimensions de l'espace et du temps que décrivent les *Vedas*. L'état spirituel exceptionnel et affermi de Bhaiji lui permit de saisir l'ampleur infinie de l'Être véritable de Mā. Les questions qu'il posa à Mā, lesquelles constituent la base de ce livre, illustrent sa compréhension des différents aspects de l'évolution spirituelle et de leur essence, et sa reconnaissance de l'importance de conserver des archives authentiques pour la postérité. Nous avons la chance de pouvoir, grâce à ces archives, connaître la « *līlā* » de Śrī Śrī Mā Ānandamayī depuis Son enfance jusqu'à l'achèvement de Sa « *sādhan līlā* » — une période qui s'étend sur trente-six ans (de 1896 à la mi-1932).

Grâce à la narration de Mā sur les simples incidents du début de Sa vie, nous apprenons Son enfance divine, avec pour toile de fond les coutumes sociales qui prévalaient dans le Bengale rural de l'époque.

Le principal moyen de transport était alors l'embarcation et le bateau à vapeur traversant les fleuves et les rivières qui sillonnent la région qui est aujourd'hui le Bangladesh. Mā se déplaçait fréquemment par ces moyens, ainsi qu'en palanquin lorsque cela s'avérait opportun. La tranquillité, l'intégrité culturelle et la cohésion du Bengale rural de la fin du XIX^{e} siècle, d'où Mā a émergé, sont pratiquement inimaginables au XXI^{e} siècle.

Dans presque chacun de ces incidents précoces relatés dans les premiers chapitres, on a des aperçus de la divinité de Mā et du jeu de la « *mahāshakti* » (puissance divine créatrice). On pouvait déceler dans son comportement le fait qu'elle était une enfant inhabituelle — l'absence totale de désir, de besoin ou d'inconfort corporel, la dévotion au devoir, la véracité et Son humeur toujours joyeuse. Son habileté à gérer les nombreuses et difficiles tâches domestiques qu'elle était appelée à accomplir en tant que jeune fille mariée de treize ans sont des aperçus caractéristiques d'une *karma yogin*. Hommes et femmes, jeunes et vieux, sans distinction de caste ou de croyance, étaient attirés par Sa beauté divine et Son comportement qui exerçait un magnétisme irrésistible.

Dans les chapitres suivants, la narration se mue en une description unique et de première main de processus yoguiques incroyablement profonds et ésotériques, alors que Mā passait par de nombreux aspects différents de la *sādhanā* — bhaktiques, tāntriques, yogiques et *gyān* — se manifestant spontanément en Elle pendant Son jeu de la *sādhan līlā*. Ses descriptions profondes et précises des étapes progressives vers l'Absolu seront d'un immense intérêt pour les chercheurs spirituels qui y trouveront d'abondants conseils pour leur propre pratique spirituelle et seront également avertis des pièges à éviter par manque de vigilance. De nombreux aspects similaires de la narration peuvent être nouveaux et surprenants pour un lecteur perspicace. Le fait que Mā donne une description aussi franche et détaillée de ces *sādhanās* est une bénédiction pour l'aspirant spirituel sérieux et le pratiquant du *yoga*, et un événement unique dans l'histoire de la littérature spirituelle mondiale.

La réalisation de ce livre en anglais fut un voyage spirituel pour ceux qui y participèrent, et nous espérons que le lecteur fera la même expérience.

Les détails donnés dans les notes de bas de page du texte, les dates et les annexes sont basés sur le travail de recherche relatif à *Mātri Līlā* et réalisé par Shree Mā Ānandamayee Archive, Kankhal.

Le coordinateur

Jai Mā !

NOTE : Le coordinateur [Il s'agit en fait de Patounda, qui vit dans un studio à 20m du samâdhi de Mâ à Kankhal] a beaucoup travaillé sur ce livre en vérifiant les sources bengalies et en refaisant la traduction du manuscrit complet de Bhaïji à partir de cette langue. J'ai passé des moments précieux à ses côtés quand il m'expliquait, de façon passionnée, comment il travaillait sur ce projet. On voyait qu'il vivait les années de la jeunesse de Mâ comme s'il avait été physiquement présent à ce moment-là. Ses parents, disciples des débuts, lui ont aussi raconté certains épisodes dont ils ont été eux-mêmes directement témoins. Par humilité, il a voulu signer seulement « Le coordinateur ». Les fidèles de Mâ et la postérité lui seront bien reconnaissants de son 'seva', de son service désintéressé.

Jacques Vigne-[Vigyananand]

'Paroles et Souvenirs de Mâ'

Rencontre avec Mâ Anandamayî

(Les Sages de l'Inde)

Suite et nouvelles paroles de Mâ et sur Mâ…écrites en 1959

Par Swami Kriyananda

Mes premières rencontres avec Mâ Anandamayî (Suite…)

Février 1959

(A l'origine, ce récit a été publié dans Ananda Varta*, en octobre 1983. Les textes qui suivent ont été tirés d'une très longue lettre que j'ai écrite – mais que je n'ai jamais terminée – aux moines SRF de Los Angeles, d'après les notes que j'avais prises à la fin de chacun de mes entretiens avec Mâ, ainsi que d'après les récits qui ont été faits par Mohini Chakravarty, un disciple SRF-YSS). Swami Kriyananda.*

MÂ ANANDAMAYÎ

Kanpur

7 Janvier 1973

J'ai passé cette dernière semaine à Kanpur avec Mâ Anandamayî. Cette visite a été merveilleuse pour moi, mais je crains fort que le récit que je vais en faire ne vous paraisse décevant. Rien de bien particulier ne s'est passé sur le plan de la vie de tous les jours. C'est en moi, dans mon cœur et mon esprit, que quelque chose est advenu, car les jours que je viens de vivre aux côtés de Mâ, ont été les plus beaux que j'aie jamais vécus en sa présence.

Lors de mes précédentes visites, elle donnait toujours libre cours à la joie débordante qui était en elle, et manifestait son bonheur par des mots d'esprit pleins de drôlerie. Elle prêtait une oreille attentive et intéressée à toutes les questions qu'on lui posait et mettait toute son ardeur à y répondre. Elle prodiguait ses encouragements et ses conseils à qui en avait besoin. Ces moments-là figurent parmi les plus beaux souvenirs de ma vie.

Mais cette fois-ci, je l'ai trouvée très différente : repliée sur elle-même, l'aspect fragile, elle restait la plupart du temps silencieuse, ne s'exprimant que par murmures, quand elle consentait à parler. Elle avait eu un accident de voiture, quelques années auparavant et depuis lors, son état de santé n'avait cessé de se dégrader. Il faut tenir compte, par ailleurs, du fait qu'elle approche des quatre-vingts ans, et qu'une vie entière passée à tant donner d'elle-même, quasiment vingt-quatre heures sur vingt-quatre, serait en soi une explication suffisante quant à son état de santé. Il faut savoir que les grands sages offrent leur propre corps en sacrifice pour d'autres êtres humains, prenant sur eux le karma de leurs disciples. Sa vie durant, Mâ a été une véritable mère pour tous ceux qui ont eu besoin de son aide. Les personnes qu'elle a soulagées du fardeau de leur karma, se comptent par dizaines de milliers.

J'ai le sentiment qu'elle arrive au terme de sa vie. Je constate qu'elle a le même genre de comportement que j'avais remarqué chez mon propre Maître durant les deux ou trois dernières années de sa vie. J'ai le sentiment que Mâ ne reconnaît pas individuellement les gens qui l'entourent. Son regard semble abstrait, comme s'il était tourné vers des réalités cachées, inaccessibles à la vision normale. Je crois que ce retrait en elle-même n'est pas dû uniquement à l'âge ou à son mauvais état de santé, mais aussi à son propre *kheyâla.*

En dépit de son nom peu engageant, J.K. Temple, est en fait une très belle structure, probablement le seul bel édifice de Kanpur, appréciation guère sympathique de ma part, je l'admets, d'autant plus que je n'ai vu qu'une petite partie de la ville. Le temple est entouré de vastes espaces verts dont un beau jardin très bien entretenu. Sur l'un des côtés se trouve la partie réservée aux hôtes. Nous logeons de l'autre côté de la route, dans les dépendances séparées de la construction principale.

Après le premier *satsang,* on m'a conduit jusqu'à ces dépendances où j'ai retrouvé un certain nombre de vieux et chers amis.

« Kriyananda ! Quelle surprise ! Tu nous as beaucoup manqué ! Cela fait combien de temps ? Dix ans...Onze ans ? »

On m'attribua une pièce qui avait été préparée à la hâte pour moi, en me présentant des excuses pour le simple matelas sur le sol – en fait un énorme tapis de gymnastique – pour le manque de mobilier, etc...A mon sens, c'était déjà beau d'avoir cela, alors qu'ils n'étaient au courant de ma venue que depuis peu. Et puis dans un tel lieu ! Quelle hospitalité ! En effet mes projets n'étaient pas bien définis et puis je ne savais pas où ni à qui écrire. Je n'avais donc pas averti de mon arrivée.

Mais peu importe. Bien vite nous nous mîmes à parler des années d'absence, à échanger des nouvelles les uns avec les autres. J'engageai la conversation avec Panuda, le secrétaire,

maintenant à la retraite [en fait, Panuda est resté actif jusqu'à ses deniers jours, en particulier pour l'hôpital et l'ashram de Varanasi].

Mâ, elle, ne reconnaît aucune affiliation à quelque organisation que ce soit. « Nous avons eu de tes nouvelles par l'intermédiaire de différents visiteurs », me dit-il. « Mon Dieu, quel choc pour nous tous lorsque nous avons appris la nouvelle de ta séparation d'avec le SRF ! Mais je dois reconnaître que le travail que tu as accompli depuis, a été remarquable. Plusieurs personnes qui se sont rendues en Amérique nous en ont parlé. » *(A suivre…)*

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

L'expérience de l'ETRE

Par Jacqueline Bolsée-Pleyers

« Pour vivre une expérience au-dedans de vous, efforcez-vous de vous purifier, de purifier votre esprit, votre corps, votre prâna*. On dit que si vous vivez de façon correcte pendant une année, pratiquant la vérité avec foi et sincérité, vous obtiendrez un résultat : une courte et rapide vision de la vérité. Il ne devrait y avoir aucun mensonge, pas même en geste ou en forme. »* **(Mâ Anandamayî)**

La **Transcendance** étire ses rayons de **Lumière**, tisse sa propre **Magnificence** telle l'araignée qui extirpe d'elle-même le génie de sa toile. Cette **Réalité Essentielle** tend la main aux humains coincés dans le cadre étroit de l'espace-temps, obsédés par les additifs purement sensoriels. **Elle** balise ses voies, guide nos pas ici-bas, éclaire nos chemins de mille et mille manières, à la fois par des lourdeurs spectaculaires, oui, l'ombre met la lumière en **Lumière**… à la fois par des lourdeurs, disions-nous, et par des façons plus subtiles, plus discrètes, comme l'appel de cette humble fleur qui se nomme myosotis : « Ne **M**'oubliez pas… » [Rappelons que le nom anglais pour myosotis est *forget-me-not*…]

Ce **Chef-d'œuvre** craint qu'on ne **Le** piétine ! Nous pouvons percevoir dans le miroir des yeux de cette perle si fine le reflet de la **Beauté Céleste**. Nous pouvons être touchés par cette modeste gouttelette de **Ciel** bleu qui est là parce qu'elle est là, tout simplement là… là pour nous… Les **Voyants** ne portent pas d'œillères. Ils ne s'arrêtent pas aux frontières des choses, ne voient pas que ce qu'ils voient. Ils perçoivent la flamme du **Mystère**.

L'**Infinie Clarté** propose donc une gamme de moyens qui entraîne l'être vers le **Soi**. La voix du **Grand Silence** n'est pas faite de vide, de bruits terre à terre, rengaines insipides, cadences qui s'éteignent après n'avoir honoré que quelques barreaux de leur portée, quelques échelons de leur morne prison. Les **Artistes** de la **Vie**, décrochent leurs notes, leurs croches, d'un autre **Lieu**, de la plus haute branche de l'**Immense**, celle de **Dieu**. Ils n'entendent pas, non plus, que ce qu'ils entendent. Ils saisissent d'inaudibles sons, les recomposent, transfigurent, transforment leur nature… puis les restituent, ils se manifestent. Les voici, à leur tour, créateurs de **Lumière**.

*« Où est votre vie sans **Dieu** ?* Interroge Mâ Anandamayî. *Cet éclair de compréhension, cette prise de conscience spontanée, se révèle d'une manière ou d'une autre, sous une forme ou une autre. »*

L'**Etre Profond** disparaît, s'évanouit dès que jaillit la conscience rationnelle, celle des concepts. Celle-ci **L**'écartèle, cloisonne l'**Infini** ! Coupe le lien avec l'**Essence**. Sans cette réalité conceptuelle, l'homme ne serait pas homme, mais par ce fait hélas, il entre en guerre… Et celle qu'il préfère est la guerre de religion ???

« *La révélation du **Soi** requiert de délaisser l'intellect, »* Affirme Mâ Anandamayî.

L'humanité tombe donc dans l'erreur appelée par certains : Péché originel. Elle se sépare de ce '**Ce**' qui est là, tout simplement là, parfaitement uni.

Rassurons-nous, dans plusieurs millions de millions d'années-lumière... ? Dans plusieurs milliards de milliards de... ? En final, cette humanité initiale sera totalement **Eveillée**, 'co-créatrice' de l'unique **Tout** : **Etre-Conscience-Béatitude**. (**Sat-Chit-Ânanda**)

*« Dans la perspective que vous avez de la création, il n'y a pas de **Permanence**. C'est parce qu'elle est sujette aux changements qu'une pensée est dite « terre à terre », « ordinaire ». Peut-il y avoir révélation du **Soi** dans la pensée ordinaire et impermanente ? Non, et en ce sens cette pensée ordinaire va vers la destruction. Où il y a destruction, il n'y a pas illumination du **Soi**. Là où il n'y a que le petit soi individuel, l'ego, la destruction n'est pas éliminée. La destruction doit être détruite. »* (Mâ Anandamayî)

(Jacqueline Bolsée-Pleyers)

CEPPI

(Centre d'Etudes Parapsychologiques et des Phénomènes Inexpliqués

Le petit mot du Président…. Bonsoir les ami/es,

Vous êtes venus nombreux à cette conférence du 18 Mars, de Michel Hennique et Bruno Capus, sur un thème exceptionnel…

Sourciers, mythe ou réalité ?

En effet, n'oubliez pas que c'est le Professeur Yves ROCARD, physicien Français, qui a osé affirmer, démonstrations à l'appui, que l'homme et certains animaux étaient sensibles aux champs magnétiques terrestres.

Ainsi il a pu aider à la reconnaissance des compétences non seulement des thérapeutes magnétiseurs mais aussi des radiesthésistes et des sourciers.

Réalisez aussi qu'il faut des années d'études à des géologues ou autres avant d'avoir la possibilité de décider de l'endroit où il peut y avoir une nappe phréatique ou ce qu'ils recherchent…

En quelques minutes, avec une simple baguette en bois, le radiesthésiste peut obtenir les mêmes résultats !

Bien amicalement. Le Président Michel SARAMITO.

Michel SARAMITO, surveillant médical en psychiatrie, retraité et président du Centre d'Etudes Parapsychologiques et des Phénomènes Inexpliqués (C E P P I)

Extrait de son Livre « QUINTESSENCE »

(Que nous avons déjà annoncé)

Recherches parapsychologiques et utilisation des médecines non conventionnelles.

Alors que ce livre était presque terminé son titre s'est en quelque sorte imposé…Brigitte WAGLER a tellement insisté pour que je parvienne à faire ressortir l'essentiel, le subtil, le meilleur, ce qui me paraissait évident, la quintessence de ce que je voulais transmettre à mes lecteurs : *l'Energie thérapeutique qu'est l'amour.*

J’ai donc utilisé ce titre « *Quintessence* », qu’elle m’a suggéré, pour frapper l’imagination et la curiosité de chacun, afin qu’il mette en pratique…l’Amour.

Aimant – aimant

Comment ne pas se laisser attirer, aimanter par certains de ces êtres-aimants, car leur magnétisme est évident. Comment ne pas les aimer nous aussi. Seul notre libre arbitre, notre orgueil peut faire obstacle.

Sans même les avoir rencontrés, simplement en ayant entendu parler d'eux, beaucoup croient en leurs pouvoirs, qu'ils soient vivants ou... morts. Certaines peuplades mangeraient le cerveau de leurs chefs décédés, espérant ainsi acquérir leur force, leur intelligence, leur esprit... contenu dans cette « demeure ».
L'esprit agit de près ou de loin, avec ou sans supports.

Communications non verbales, messages silencieux

Beaucoup de guérisseurs soignent sans même toucher, ni parler.
C'est tout un « art » ...
Ils imposent leurs mains en les « passant » à quelques centimètres du corps, attentifs et aimants. Si du plaisir, même inconscients, ils avaient, de « caresser » leurs patients ou patientes, il n'en est plus. Tout comme le psychanalyste, ils sont avant tout à l'écoute.
Et dans notre culture, nombreux, mais cachés et silencieux, individuellement ou en groupe, sont ceux, dans le soin, qui ont l'art de s'identifier à celui qui les écoute tous, celui dont le magnétisme, l'énergie spirituelle les irradie, le plus grand des soignants, le plus grand des guérisseurs, symboliquement, ils mangent la demeure et le corps du Christ.

Michel SARAMITO contact@ceppi.fr Tél : 04 93 79 18 30 / 06 30 11 26 43

Une ‘Asso’ en Bretagne…

Les deux Jacques !

(Cet autre ‘Jacques’, celui de Quimper (*Jacques Richard*), n’est pas sans rappeler par son humour et sa poésie ‘notre’ Jacques Vigne à nous…celui qui avait écrit dans ses œuvres de jeunesse ‘*Ce que l’océan disait aux falaises’* et ‘*Ce que le vent disait aux rochers’,* œuvres un peu moins connues que *‘Le Mariage intérieur’* ou *‘La Mystique du Silence’*, mais nos Jacques se rejoignent, se sont connus, invités, reconnus, d’ailleurs Jacques Vigne adore la Bretagne et c’est un bonheur de lire les newsletters mordantes de ‘Jacques de Quimper’ comme je l’ai surnommé !).

Ecoutons-le parler :

*" Je me nomme **Jacques Richard**, j'ai 64 ans, je vis à Quimper depuis 35 ans, j'ai créé **l'Association EPHATA** il y a 15 ans avec des amis. Je l'anime depuis : cours de yoga, groupe de parole, atelier écriture, réveillons de fin d'année, stages d'été, balades ‘sophro’, groupe de méditation, organisation de conférences-stages.*

*C'est à cette occasion que nous avons invité deux fois **Jacques Vigne**. Excellents souvenirs.*

Notre prochaine session-retraite aura lieu dans la Drôme du sud, fin septembre/ octobre. Vous y êtes les bienvenus ! Geneviève ou moi-même pouvons vous envoyer le détail.

Je suis dans une démarche de quête intérieure depuis... que je suis né ! D'abord au travers de maladies infantiles handicapantes durant une dizaine d'années. Ensuite à travers des rencontres humaines, avec des personnes plus âgées que moi, donc plus mûres quelque part. A 20 ans avec la rencontre du Yoga et des lamas Tibétains, la communauté de Findhorn et le new-âge en vivant quatre années dans le village communautaire d'Eourres en Drôme sud.

Impossible de vous citer tous les écrivains, conférenciers, formateurs, thérapeutes, qui m'ont fait cheminer entre 20 et 40 ans tant ils sont nombreux, issus de différents courants spirituels, d'Orient comme d'Occident. J'ai 64 ans, depuis une vingtaine d'années je me suis réconcilié avec ma tradition chrétienne, l'image du Christ, la personne de Jésus. "Aimez-vous les uns les autres" reste pour moi le mantra le plus puissant, et d'actualité....

Mon chemin de vie est irrigué par une multitude de rivières spirituelles. Pour user d'une métaphore, nous pourrions comparer mon engagement à l'écoulement d'un fleuve. Or, à l'origine d'un fleuve, son commencement est toujours au pluriel : c'est à partir de nombreuses sources que le flux du fleuve s'écoule. Cette diversité n'est pas un syncrétisme mais l'expression d'une vie complexe. C'est pourquoi mon parcours de vie reste très attentif à cette dimension universelle du sacré.

Quelque chose en moi me pousse à n'adhérer à aucune méthode ni aucune voie en particulier, mais à toujours distiller ce qu'il y a d'universel en chacune, pour constamment revenir vers le centre, vers l'essentiel. A travers la multiplicité des approches, j'ai toujours cherché l'unité des principes. Là où le syncrétisme tente maladroitement de réaliser dans la

forme l'unité entre voies très différentes, ma démarche vise au contraire à extraire de chaque forme les principes ou archétypes qui les gouvernent.

Merci pour votre attention." Jacques RICHARD,

***Association EPHATA, 29000 Quimper, ephatacornouaille@gmail.com* - 02 98 55 50 29**

Leur prochaine 'Session-Retraite' sera sur le thème '***Propos sur le bonheur'*** et aura lieu du 30 Septembre au 9 Octobre 2022, au Hameau des Damias-Eourres (dans la Drôme du Sud) – www.lesdamias.com

Parmi les propositions pour cette retraite, nous trouvons : marches contemplatives ou silencieuses, atelier d'écriture biographique, yoga doux ou musical, oraison en silence, groupe de parole, partage sur le bonheur, visites locales et randos douces en altitude (un savoureux alliage entre sciences humaines, traditions spirituelles, expériences personnelles, témoignages existentiels, poésie, carpe diem...).

En 'co-animation' Jacques de Quimper est le joyeux organisateur de cette Session-Retraite, mais pas l'unique animateur ! Chacune, chacun des participants est riche d'expériences, porte un savoir-faire à partager, un savoir-être à diffuser.... **Donc il propose une co-animation pour ces 9 journées (et nuits !). C'est ça aussi l'intelligence collective... !** Ainsi pas de frais d'animation car il n'y a pas de personnalité invitée. Il n'y a pas quelqu'un qui 'sait', qui détient une 'vérité', un 'savoir', une 'technique', un 'truc', et les autres qui suivent…Chacun est porteur de richesses à partager : là est l'esprit qui anime cette 'session-retraite'. Toutes ces propositions sont facultatives, les inscrits peuvent ne participer chaque jour, qu'à ce qui leur 'fait envie' !

Merci 'Jacques de Quimper'…Qu'on se le dise…d'ailleurs EPHATA signifie 'Ouvre-toi' !

'Amour' et 'attachement'

Par Tenzin Palmo

Extrait de sa 6ème interview, menée par Lwiis Saliba le 09-02-2022,

via Zoom sur le N° ID de réunion de Jacques Vigne : 305 078 2130

Nous devons être le maître de notre esprit au lieu d'en être, comme je viens de le dire, les esclaves. La raison de notre situation, c'est que nous sommes les esclaves de l'ego et que l'ego

est ignorant. Il n'est pas de notre côté, il veut juste croire qu'il existe. Donc, plus nous ressentons fortement ces émotions conflictuelles, plus le sens du "je" est puissant. Inversement, lorsque le sentiment du "je" commence à se dissoudre et à fondre, de même, notre désir et notre colère fondent également. Tout est ficelé ensemble par ce sentiment du "Moi".

***Lwiis Saliba** : Vous avez dit : "Les gens, et surtout la famille, sont blessés si vous ne leur montrez pas votre attachement. Mais c'est parce que nous continuons à confondre amour et attachement". (p. 265).*
Ma question est la suivante : c'est en réalité une expérience quotidienne, on se fait reprocher toutes sortes de choses, on est traité d'importun etc. si on ne montre pas d'attachement aux membres de sa famille. Comment sépare-t-on l'amour de l'attachement, et cette séparation nécessite-t-elle un niveau spirituel élevé ?

Tenzin Palmo : Habituellement, je résume la situation en disant que l'attachement affirme : "Je t'aime et je veux que tu *me* rendes heureux" et l'amour véritable dit : "Je t'aime et je veux que *tu* sois heureux". Cela ne m'inclura peut-être pas moi-même, mais si vous aimez vraiment le bonheur de l'autre, c'est ce qui compte, que cela m'inclue ou non. C'est ainsi que ça se passe ! C'est donc une très grande différence : l'attachement saisit et s'accroche, il veut s'accrocher et faire de cette personne la mienne, que ce soit votre partenaire, vos enfants ou qui que ce soit, ils sont à moi : ils m'appartiennent parce que je les aime ! Mais ce n'est pas le véritable amour, c'est juste de l'attachement. D'un autre côté, il est très difficile de ne pas être attaché au sein de la famille, mais cela ne signifie pas que nous devions être froids et distants. Nous devons avoir de la gentillesse et de la compassion, de l'affection, de la sollicitude. Toutes ces choses sont bien sûr extrêmement importantes, l'amour bienveillant est tout à fait essentiel pour tous les êtres, et en particulier pour votre famille. Mais cela ne signifie pas s'agripper, ce n'est pas saisir, ce n'est pas vouloir que les gens soient ce que vous voulez qu'ils soient ! Il s'agit de leur permettre d'être ce qu'ils sont.

Voilà toute la différence, nous les tenons très légèrement, vous savez comme un poussin d'un jour, très doucement : si vous faites comme ça avec un petit poussin, c'est bien, mais si nous faisons en sorte de lui manifester que "tu es mon poulet" et l'écrasons ... alors, il n'y a plus de poulet ! De cette façon, c'est ce qui se passe dans les relations entre les gens, ils essaient de saisir et de posséder l'autre. Notre amour pour les autres ne doit pas être collant, il devrait être "antiadhésif", comme une poêle à frire en téflon : elle fait bien cuire les aliments, mais elle ne s'attache à rien.

Ainsi, le "non-attachement" est une qualité spirituelle, cela signifie que nous ne nous accrochons pas aux choses ou aux situations. Le Bouddha lui-même a dit que c'était l'esprit de saisie et d'attachement qui engendrait la souffrance. C'est très vrai, parce que nous voulons tout saisir, et nous pensons que si nous nous agrippons aux choses, cela nous donnera de la sécurité. Au contraire, c'est très peu sûr, car nous sommes sûrs de perdre... Toutes les rencontres se finissent en séparation.

Plus on serre fort, plus c'est douloureux. Plus nous tenons doucement, plus nous permettons aux choses d'arriver. L'amour et l'attachement sont donc très différents, mais le Bouddha a néanmoins décrit l'amour bienveillant, *metta*, comme le sentiment d'une mère pour son enfant unique. Ainsi, il ne dit pas de ne pas aimer, mais d'aimer d'une manière qui ne s'attache pas.

Et si la maladie n'était pas un hasard ?

La compensation symbolique ou comment nous générons nos propres maladies

(Une intéressante conférence du neurologue Pierre-Jean Thomas-Lamotte, proposée par ***l'Observatoire du Réel*** *le 30 mars dernier, avec conférence en ligne et questions réponses, qui laisse à réfléchir…)*

Chers amis,

Et si la maladie n'était pas un hasard ? Et si elle n'était que la réponse organisée par notre corps pour compenser nos petites et grandes déceptions émotionnelles de la vie ?

Après avoir examiné des milliers de patients, le neurologue français, Dr Thomas-Lamotte, a développé une approche différente des symptômes de ses patients : pour lui, la plupart des maladies que nous développons ont pour origine une émotion inavouée et le simple fait de comprendre ce mécanisme nous permettrait déjà de les éviter.

L'expression populaire : "s'en rendre malade" trouve dans ce livre sa plus belle illustration avec les clés pour décoder nos déceptions et comment les empêcher d'agir sur notre corps.

- Un directeur de banque vit une prise d'otage, quelques mois plus tard, un virulent cancer se développe.
- Un enseignant vit dans la crainte d'être muté. Quelques jours après l'annonce de sa mutation, il fait une hémorragie cérébrale.
- Un attaché commercial développe un psoriasis à la suite d'un conflit de territoire avec l'un de ses collègues.

Après plus de 30 000 consultations, le Dr Thomas Lamotte constate que les symptômes apparaissent souvent 6 mois après l'événement déclencheur et que cet événement est lui-même, souvent lié à une mémoire plus ancienne, remontant à l'enfance.
Il observe également un lien direct entre la nature de la pathologie et l'émotion qui en est à l'origine : trahison, déconsidération, humiliation, séparation, etc.
Des constats qui posent sans doute les bases de nouvelles approches en santé...

Rémy Pécot
Directeur de l'Observatoire du Réel
contact@observatoire-reel.com

*Extrait du livre '**Du Cinéma…à la Spiritualité'***
(Tous les chemins sont passés…et passeront par Rome)

De Geneviève Koevoets (Mahâjyoti) et Gilles Ermia

*(Ce passage est extrait de la **4ème partie du livre**, celle consacrée à la **'spiritualité'** en compagnie de **Jacques Vigne**, de **Mâ Anandamayî** et de l'enseignement aussi bien glané de **Tenzin Palmo** au cours des nombreuses visio-conférences par Zoom…Les seuls liens avec le cinéma, le sport, et l'art…étant **la rigueur, l'exigence, la discipline et la foi comme but pour monter vers la lumière, et pour s'y tenir ! -** C'est un livre dans l'humour qui est fait pour donner de la **JOIE, de l'ENERGIE et du COURAGE…**Comme quoi **l'Art et la Spiritualité** se rejoignent souvent parfois, **pour le meilleur !**)*

Je tiens à transmettre quelques concepts reçus, de l'hindouisme, et du bouddhisme, qui m'ont été de grande utilité dans ma propre méditation et ma conduite de vie au quotidien :

-Savoir se contenter est la plus grande des richesses.

-Les obstacles de la vie quotidienne sont un grand moyen de progresser.

-Stabilisation de l'esprit = libération du corps.

-Principe hindouiste. Quand on lance une balle à un chien : le CHIEN (l'homme non encore éveillé) va courir après, alors que si on lance une balle à un lion, le LION (le Sage) va se retourner pour voir la personne qui l'a lancée et va la dévorer.

-L'EGO de quelqu'un de colérique est comme une peau de tambour tendue. C'est quand elle est détendue, qu'on peut donner un coup dedans et détendre les tensions, là où elles sont.

-Savoir jouer avec les émotions, mais ne pas en être le jouet (Swami Vijayânanda)

-Le contentement est aussi une forme de pureté : la plainte est une septicémie…c'est la dépression…L'ascèse est une pratique intense, c'est la concentration.

-Ne pas se laisser happer dans des Karmas négatifs ! On n'est pas tout puissant et on ne peut pas aider tout le monde !

-Ne pas tomber dans l'excès de bienveillance pour satisfaire son propre EGO.

-Pas de culpabilité, sinon on sombre dans la dépression. Se détacher de la fausse compassion dépressive et agir sans attendre !

-Transformer l'obstacle en occasion de progrès spirituel !

-La peur de l'épidémie crée l'épidémie de la peur…

-La colère selon Mâ Anandamayî : c'est comme un vêtement qu'on déchire mais qu'on n'est pas sûr de pouvoir raccommoder ! La colère déchire le corps subtil de l'autre…

-Notre esprit est notre meilleur ami, ou notre pire ennemi.

-Nos actions laissent des traces…Il faut comprendre la notion de justesse et d'ego (ou non-ego) qui croit toujours être le plus intelligent pour écraser les autres.

-Méditer c'est étudier l'ego…Etudier l'ego c'est l'abandonner !

-L'absence d'ego est aussi le risque de prendre les gens 'à rebrousse-poil', mais il est juste de le faire si c'est pour leur bien.

-Plutôt que donner à manger à celui qui a faim, mieux vaut lui offrir une canne à pêche pour attraper le poisson.

-La vraie solitude c'est le moment présent !

-Il faut arriver à 'lâcher' : 'Quand on accepte ses limites, on devient sans limites' !

-Il faut vivre simplement pour que d'autres, simplement, puissent vivre…(Gandhi)

-La meilleure des méditations, c'est celle qui vous rend meilleur !

Sagesse des anciens ! (Mamie à 104 ans)…sacrée Mamie !

-Ciel pommelé, fille fardée, beau temps de courte durée…
-Lune debout, matelots couchés…
-Rougi du soir fait le temps gaillard…Rougi du matin fait le temps chagrin…
-A quelque chose malheur est bon !
-En Avril n'ôte pas un fil, en Mai ôte ce qu'il te plaît !
-Le mieux est l'ennemi du bien.
*-Qui trop embrasse mal étreint (manque le train… !)…**Sacrée Mamie !***

Voir les caractéristiques techniques du livre plus bas dans la rubrique '*Nouvelles*

A propos du livre 'Ce Corps…' (Suite…)

Jésus - Anandamayî

Dialogues entre Jésus (LUI ou IL) et Mâ Anandamayî (ELLE)

ANANDAMAYI – JESUS – Par-delà les siècles, les distances, les différences de cultures, apparaît une troublante résonance…Insolence de faire dialoguer ce corps-ci et ce corps-là ? Insolence d'entrelacer le Mystère de Jésus et un autre Mystère ? Mais est-ce un autre Mystère ? Y-a-t-il un esprit et un autre esprit ? Y-a-t-il un autre corps que CE CORPS ?

Paroles de Anandamayi Ma et Jésus – Traduites par Jean-Claude Marol et Jean-Yves Leloup – Choisies par Frances Delbecq et Thierry Cazals (Ed : A.L.T.E.S.S. Paris) *Suite du N° 144 :*

IL : Reconnais ce qui est devant ton visage
Et ce qui t'est caché te sera dévoilé
Il n'y a rien de caché qui ne sera manifesté

ELLE : Etre pleinement conscient n'est pas assez
Il faut aller au-delà de la conscience et de l'inconscience

ELLE : Le mystère de l'Univers se révèle à qui sait attendre
le *non-quoi-que-ce-soit*

IL : Que celui qui cherche soit toujours en quête jusqu'à ce qu'il trouve
Et lorsqu'il aura trouvé, il sera dans le trouble
Ayant été troublé.
Il s'émerveillera, il règnera sur le tout.

ELLE : Pour chacun le chemin est différent
Là où vous êtes, commence un chemin.

IL : Marche avec moi

ELLE : Continuez à marcher vers cela.
Ne vous arrêtez pas en chemin, même pour savoir où vous en êtes.

ELLE : Trouve le repos celui qui ne prend aucun repos

IL : Qui d'entre vous peut, par son inquiétude,
Prolonger tant soit peu son existence ?
Soyez passant.

ELLE : Il n'y a rien à quoi renoncer.
Trouver plutôt l'élan pour traverser la vie.
Après tous ces élans restreints, l'être humain
Doit trouver le *GRAND ELAN*

ELLE : Etre d'un seul tenant impérativement
Faire UN avec soi-même dans tout ce que nous entreprenons

IL : Que votre parole soit « Oui, oui. Non, non » *(A suivre…)*

Luc et Olivier MARECHAUX

*(NOTE : Luc et Olivier Maréchaux sont les deux auteurs du merveilleux DVD sur '**VIJAYANANDA-Un Chemin de Sagesse'** dont nous avons laissé les infos dans notre lettre d'abonnement à notre brochure JAY MA, et où nous pouvons toujours les contacter)*

Luc MARECHAUX : Toute l'actualité du film sur

AU-DELA DU REGARD – 'Oser le désert'

https://www.audeladuregard.fr/le-film/ - www.audeladuregard.fr - luc.marechaux@free.fr

Réalisé en 2018 par Luc Maréchaux, à l'initiative de l'association, ce film retrace l'expérience et l'émotion d'un groupe mixte d'adolescents voyants / non-voyants / malvoyants ayant : « **Osé le désert** ».

L'association organise depuis 12 ans des randonnées dans le désert en privilégiant la vie de groupe en mixité non-voyants/malvoyants/bien-voyants et mixité sociale ainsi que la rencontre interculturelle.

Le cinéma permet de mieux faire partager l'espace et le silence, la distorsion du temps, il permet de mieux entendre la parole et la conviction des impliqués, et de provoquer le débat.

Présidente : Marie-Hélène Le Floc'h - 13, rue Notre-Dame – 44850 Le Cellier
Tél. : 02 40 25 47 95 - audela.du.regard@orange.fr

Tel fut le projet : aux portes du désert saharien – Tunisie

« Oser le désert »

Ensemble, au-delà du regard
S'offrir un espace de liberté

L'objectif de ce projet est de permettre à des personnes malvoyantes, non-voyantes et « voyantes » de vivre ensemble une aventure humaine en s'éloignant des repères habituels. Nous proposons une randonnée dans le désert sous forme de caravane itinérante, en privilégiant la vie de groupe et les échanges interculturels.

La liberté

L'absence d'obstacles et de contraintes matérielles permet de se reposer de la vigilance dont nous devons faire preuve quotidiennement. Le silence, le dénuement, le rythme paisible au pas des dromadaires, la perte de repères, conduit chacun à poser un autre regard sur soi-même et sur sa vie.

Les échanges interculturels

Les participants découvrent la vie du désert grâce à ceux et celles qui ont apprivoisé cet environnement singulier. Le/la guide et les chameliers, de tradition nomade, partagent avec plaisir leur vie, leurs connaissances, leur musique.

La randonnée chamelière

La randonnée s'effectue à pied et les chameaux transportent les bagages et le matériel collectif. Il est cependant possible pour des personnes en situation de handicap moteur d'effectuer la randonnée sur un dromadaire. Le rythme de la caravane est le meilleur moyen de découvrir ces régions et les nomades qui y vivent, l'aspect découverte étant privilégié par rapport à l'aspect sportif.

L'équipe d'encadrement

Elle est constituée d'un responsable de séjour, un assistant sanitaire et un guide francophone choisi pour ses compétences par l'association. L'accompagnement des groupes d'adolescents est renforcé par un animateur.

La logistique du terrain est assurée par trois chameliers et un cuisinier.

Association

L'association '*Au-delà du regard'* est née en 2006 d'une passion pour le désert comme **espace de liberté, de simplicité et d'authenticité** et du désir de partager cette expérience avec des **personnes en situation de handicap visuel**.

Dans un espace accueillant, sans bruit ni obstacle, il devient possible pour des jeunes malvoyants et non-voyants, d'**oser marcher et même courir seul** sans barrière ni limite, souvent pour la première fois. Vivre cette aventure leur permet de prendre confiance, de dépasser leurs limites et leur ouvre d'autres horizons.

L'esprit de nos projets est la rencontre, avec soi, avec l'autre, la création de liens de solidarité et d'amitié au- delà des différences. L'accueil bienveillant et convivial des hommes du désert, la disponibilité aux échanges permet une vie de groupe et des échanges interculturels extraordinairement riches.

Nous organisons **3 voyages par an** entre octobre et avril en Tunisie ou au Maroc pour des groupes de 8 à 12 participants adolescents ou adultes en mixité malvoyants/non-voyants et voyants. Les domaines de la logistique et la sécurité sont confiés aux compétences d'une agence de voyage. L'association est agréée jeunesse et éducation populaire (N° 44-18 02) et détentrice de l'agrément Vacances Adaptées Organisées (N°2019 – 52). A ce jour 23 projets "*Oser le désert*" ont été réalisés.

'*Au-delà du regard'* est une **association Loi 1901 reconnue d'intérêt général**, gérée par un conseil d'administration de 7 membres et compte actuellement 70 adhérents. Statuts Au-delà du regard

Accompagnez notre caravane en adhérant à l'Association ou en effectuant un don :

- Courrier postal : **bulletin d'adhésion** à remplir et renvoyer accompagné de votre chèque. Adresse : Au-Delà du Regard 13 rue Notre-Dame 44850 Le Cellier
- Formulaire et paiement en ligne en suivant **ce lien**.

Pour les dons, vous recevrez un reçu vous permettant de bénéficier d'une **réduction d'impôt** à hauteur de 66% du montant du versement.

Livre d'or audio : **1 avril 2019** - Livre d'or audio de l'avant-première qui s'est déroulée au cinéma Eden d'Ancenis le 12 octobre 2018.

Olivier MARECHAUX

Pour Olivier, son travail est visible ici : https://www.oliviermarechaux.com/

Brusquement face à vous, les Guerriers dégagent une puissance à couper le souffle. Les soldats enterrés de Qin avançaient tout équipés, prêts au combat. Ceux d'Olivier Maréchaux, agenouillés et désarmés, sont des Guerriers de la Sérénité.

"*Je travaillais beaucoup autour de la figure du Bouddha. Puis l'évidence m'est apparue : en ces temps troublés, il fallait plus qu'une douzaine de justes pour sauver le monde. Il fallait une armée*".

L'artiste est un homme de défi. Originaire de la région parisienne, cantonné dans un espace trop étroit pour son projet, il trouve un site en Champagne à deux heures de la capitale : c'est une ruine. Qu'à cela ne tienne, pendant trois ans, il creuse, abat, coule et ponce pour édifier son propre atelier. Puis, d'une tonne d'argile charriée à la main et longuement pétrie, Olivier Maréchaux fait surgir une armée. Modèle unique d'une quarantaine de centimètres de haut, chaque guerrier a demandé de nombreuses heures de travail et est passé par l'épreuve du feu durant plusieurs jours.

Ferez-vous partie des compagnons des Guerriers? Serez-vous de ceux qui rassérèneront le monde?

Laurent Clerc, romancier

Nouvelles

- Jacques VIGNE a repris sa pleine activité pour sa '**Tournée 2022'** en Europe et en '**présentiel'**. Entre temps, il anime toujours beaucoup de **visio-conférences Zoom, dont vous avez tous les détails sur ses deux sites** : le site 'historique' www.jacquesvigne.com et le nouveau site www.jacquesvigne.org (habilité à recevoir les dons). En récapitulation nous y trouvons : ses '**week-ends' de méditations guidées sur ZOOM**, son '**duo littéraire' avec son éditeur Libanais Lwiis SALIBA**, ses contacts en direct de l'Inde avec **Pushparaj PANDEY** à Kankhal où se trouve le samadhi de Mâ Anandamayî et où vécut longtemps Swami Vijayânanda, les **interviews de Tenzin PALMO** en direct de l'Himalaya, qui ont été suivies par des centaines de participants et dont un livre sera tiré. Sans compter dernièrement ses premières **interventions sur 'Instagram'** (Voir plus bas). Nous travaillons également au dit programme Zoom concernant la période actuelle et ses suites. Voici quelques indications pour s'y inscrire :

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

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

-Il est possible de regrouper en un seul don la participation à plusieurs ateliers.
-Merci d'inscrire vos nom et prénom et la (les dates) de votre/vos participation.s.

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

Voir le programme détaillé sur ses deux sites

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

jvigne.liste@gmail.com

Livres à signaler en ce moment

Une première sortie :

- **Le livre *'Du Cinéma…à la Spiritualité'* démarre bien : Jacques VIGNE a fait la préface de ce nouveau livre de Geneviève KOEVOETS (Mahâjyoti) (écrit en collaboration et avec une interview de Geneviève par Gilles ERMIA).** Il s'agit d'un **'***Récit/témoignage'* chronologique et anecdotique à travers son vécu, concernant la *belle époque du cinéma italien et international*, au fil des souvenirs de ses nombreuses 'tranches de vies' dans ses nombreux métiers artistiques-journalistiques-culturels, ses activités sportives et sa recherche de spiritualité…Ce livre est parti d'une '*Enquête de fond*' de **Gilles ERMIA,** pour son Blog sur Internet, enquête menée par lui au départ sur l'histoire du '*doublage français'* qui fut fait à Rome durant les plus belles années du cinéma italien. **Le livre,** véritable 'Revival', s'intitule '***Du Cinéma à la Spiritualité' (Tous les chemins sont passés… et passeront par Rome)***'. On y retrouve beaucoup de personnages connus, notamment **Jean E. LOUIS** notre regretté traducteur/acteur et compagnon de Geneviève, récemment disparu, qui avait fait une jolie carrière de comédien à Rome et **à qui 'le livre est dédié'**… Evidemment la partie finale sur la *'spiritualité'* est consacrée à **Jacques VIGNE**, à notre grand '*Frère Jacques'*, le chercheur, l'enseignant et l'ami…Cet **ouvrage, illustré de nombreuses photos,** est publié par **Luc Vidal** pour les '**Editions du Petit Véhicule'** (tout comme le premier livre 'spirituel' également dans les 2 sens du terme, de Geneviève '*Voyage Intérieur'*). **On peut le commander par email, par courrier postal, par téléphone, ou par le VIENT DE PARAITRE amplement diffusé, aux : editions.petit.vehicule@gmail.com 150 Bd des Poilus - 44300 NANTES- Tel : 02 40 52 14 94 – (Mise en pages de Julie Delacroix). Livre relié 'à la chinoise' (30€ + 6€ de frais de port) - 214 pages - 118 photos couleur et noir et blanc.**

- **Le livre sur la vie de Jacques VIGNE est terminé** également. Jacques sera **'vu' par Geneviève (Mahâjyoti),** son assistante bénévole depuis désormais 20 ans… Ce ne sera pas une biographie, mais le reflet (écrit par Geneviève et illustré de photos inédites) de la vie de Jacques (Vigyânânanda), vécue dans l'énergie de la transmission spirituelle, avec un clin d'œil à sa vie personnelle, dans l'humour, les voyages, les 'satsangs' de l'enseignement par Zoom, les

témoignages et les révélations parfois...Marc De Smedt qui est l'éditeur de Jacques depuis 30 trente ans, en a écrit la Préface. L'édition sera faite sur papier et peut-être en e-book également. Le titre **: *'Jacques VIGNE, Une vie de passeur…entre l'Orient et l'occident'*.** (Encore en cours pour l'éditeur, **mais Jacques Vigne aura des 'polycopiés' qui seront déjà à disposition durant sa tournée).**

- **COUP de POUCE pour Sylvain Fornier**
  (Sylvain Fornier est lui aussi un collaborateur de Jacques Vigne, qui diffuse ses programmes sur 'Méditation France' et sur l'Annuaire du Yoga AYA. A chacun son 'coup de pouce', dans un sens ou dans l'autre) :

  Merveilleux souvenirs de méditation avec chacun et chacune d'entre vous.
  Aujourd'hui, j'ai mon **stage de Méditation Transformationnelle**. Voulez-vous diffuser et partager l'info sur Facebook en suivant ce lien : https://fb.me/e/1Dk6dJAG6 - Vous trouverez la page de l'événement à partir de laquelle vous pourrez, si le cœur vous en dit, inviter des gens ou partager, voire même cliquer sur 'intéressé' ou 'participe'.
  MERCI de votre aide et compréhension, j'ai décidé de faire prix libre aux participants du séjour intégral (4 ou 5 jours)

  Bien à vous - Bonne pratique de spiritualisation – Amicalement - Sylvain

  Changez votre énergie, changez votre vie !
  Évènement de **Sylvain Fornier**
  Moulin d'Ozon
  Durée: jusqu'à 5 jours
  https://sylvain-fornier.fr/stage_kundalini_pineale/

  La méditation 'transformationnelle' va changer votre perception de la réalité et vous reconnecter à la splendeur de la nature véritable de votre être.

  Tarifs : Prix libre pour l'enseignement dans son intégralité (4 ou 5 jours) ou 52 € à la journée. **Hébergement et repas:** 60 € la journée en pension complète.

  Il est conseillé de suivre tout le stage pour l'énergie de groupe et la progression, mais la possibilité est laissée de ne participer qu'à une partie, dans la limite des places disponibles (priorité aux personnes suivant tout le stage de 5 jours)
  Réservations: Pour l'enseignement, l'inscription se fait en ligne en suivant le lien : je réserve ma place au séminaire.
  Pour l'hébergement et les repas, contacter Marie Lericq : 06 73 01 72 21
  Le lieu: 175 Rte de Gaude, 07200 Saint-Étienne-de-Fontbellon
  Téléphone: 06 61 70 36 00

Courriels: mail@sylvain-fornier.fr - mlericq@gmail.com

- **Jacques Vigne** a en préparation le livre '***Méditation contre la douleur'*** chez son éditeur Albin Michel.

- *Le Dr Jacques VIGNE - Invité à La REUNION par l'ARRCC Pour la Journée internationale du Yoga - mardi 21 juin 2022*

Association Réunionnaise des Relations et Créations Culturelles

SEMAINE INTERNATIONALE DU YOGA du 21 au 29 Juin
CONFERENCE + PRATIQUE (entrée gratuite)
ATELIER DE MEDITATION – Entrée : 25 €

Le Dr Jacques Vigne de nouveau à l'île de la Réunion, pour la **Célébration de la Journée Internationale du Yoga**, le mardi 21 juin 2022, durant laquelle il donnera une conférence suivie d'une pratique, dans l'après-midi : **« Le yoga et la méditation comme prévention et aide à la thérapie en psychiatrie et psychothérapie »**. Programme gratuit au Dojo Régional de Champ Fleuri à Saint Denis. Le **Dr Jacques Vigne** profitera de ce passage éclair **pour animer un atelier**, et un **stage** durant le **week-end du 25 et 26 Juin.**

♦ « **Comment se défendre de la violence extérieure par la pratique intérieure pour révéler cette joie, qui est notre vraie nature** »

- **Samedi 25 Juin** : A la fois la violence et la paix sont contagieuses, nous devons donc être très attentifs à cela. Il y a des précautions à prendre dans l'usage des médias, en minimisant par exemple, les images émotionnelles, et en favorisant les analyses qui font comprendre. Cela demande une vraie discipline, qui est aidée par la pratique méditative. Celle-ci permet de ne pas être emporté par les réactions psychiques simplistes, et à trouver l'attitude intérieure juste, ainsi que l'action juste, face à la violence. Les méditations sur la paix ont leur efficacité, même si elles ne sont pas toutes-puissantes, contre le karma des individus, ou des nations. **Jacques Vigne** expliquera et donnera des pratiques guidées sur ce type de méditation.

- **Dimanche 26 Juin** : *Pratique pour révéler cette joie, qui est notre vraie nature* - L'hindouisme, en particulier, l'école mystique du *védânta*, dit que notre vraie nature est « être-conscience-félicité ». Ce qui empêche de nous relier directement à cette félicité, c'est l'agitation de notre mental, causée par l'agitation de nos émotions et de nos sensations. Nous pratiquerons une série de techniques méditatives, non pas pour arrêter complètement le mental, ce n'est pas si facile, mais au moins, pour commencer à le freiner. Cela nous aidera à améliorer directement, bien des niveaux de souffrance, au quotidien. Le Bouddha ne disait-il pas : « La paix est le plus grand bonheur » ?

Samedi 25 Juin 2022, de 10h à 13h et de 15h à 19h
Dimanche 26 Juin 2022, de 10h à 13h et de 15h à 19h

Lieu : **Centre Shakti Academy**, 44 rue du commerce, Saint Paul (☎ 0692 17 73 48) - (Entrée sous le porche, 3ème étage) **(Merci d'apporter votre coussin et tapis)**

Contact : Regine ARMOUDOM : raj108@live.fr - (Régine : 0692 17 73 48)

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

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

- **Le Dr Jacques VIGNE pour la première fois sur 'INSTAGRAM' dans les Dimanches de printemps 2022 - Depuis le dimanche 6 Février** jusqu'au **dimanche 29 Mai, désormais tous les dimanches après-midi de 18 heures à 18h30 -** Les programmes et thèmes détaillés sont sur ses deux sites. Ensuite pause de fin de printemps. **(**Dimanche 17 : Pâques, pas de session). **Voici le lien du compte à suivre : https://www.instagram.com/jacquesvigne108/**

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

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

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

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

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

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

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

Table des matières

Mère Se Révèle (*Extrait d'un nouveau livre sur Mâ)*

Paroles et Souvenirs de Mâ – *(Rencontre avec Mâ Anandamayî - Les Sages de l'Inde - Par Swami Kriyananda) 4ème partie)*

L'expérience de l'être *(Par Jacqueline Bolsée-Pleyers)*

Sourciers, mythe ou réalité

Quintessense (*Extrait du livre de Michel Saramito)*

Une Asso en Bretagne-Les deux Jacques-*(Par Jacques Richard)*

Amour et attachement (*Par Tenzin Palmo*)

Et si la maladie n'était pas un hasard *(Observatoire du Réel)*

Du Cinéma…à la Spiritualité (*Concepts de méditation-Extrait du livre de Geneviève Koevoets-Mahâjyoti et Gilles Ermia*)

A propos du livre '*Ce corps'* *(Paroles de Mâ et de Jésus-Par J-C Marol et J.Y Leloup)*

Oser le désert (*Par Luc et Olivier Maréchaux*)

Nouvelles et annonces

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

Table des Matières