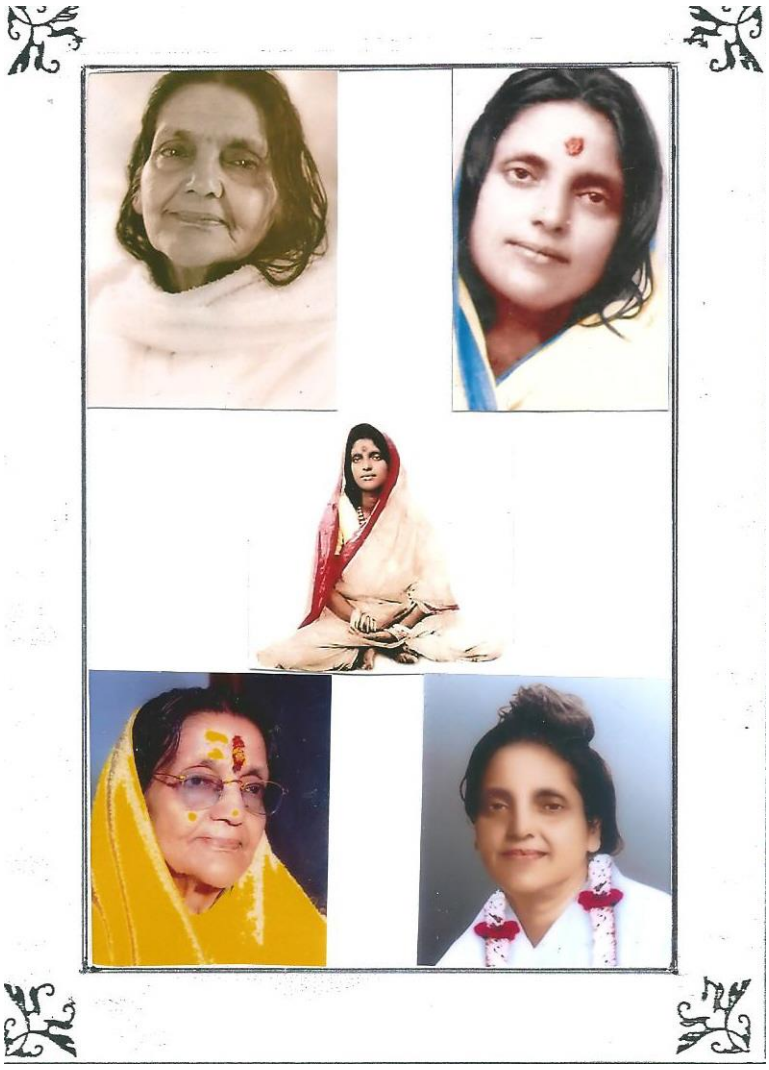


Jay Mâ N° 148

Printemps 2023

Extrait du livre 'Mère se Révèle'

(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

Note de la traductrice

D'emblée, je tiens à préciser que la traduction anglaise de la version éditée de *Māyer Kathā* (Bengali) n'aurait pas pu être réalisée sans l'implication cruciale d'un petit nombre de dévots de Mā dont la maîtrise de l'anglais et les compétences littéraires ont contribué à l'écriture finale. Leur peaufinage minutieux a grandement amélioré la lisibilité du texte, à tel point qu'il fut enfin possible d'entendre la voix divine de Mā en anglais. La traduction est le fruit d'une véritable collaboration dont personne ne peut s'attribuer le seul, ni même le principal, mérite.

Le livre utilise les propres mots de Mā sous la forme de réponses aux questions que Bhaiji Lui a posées. C'est une mesure de son exceptionnelle stature spirituelle que Mā s'exprime souvent à la première personne lorsqu'Elle répond à ses questions, ce qui peut faire sursauter de nombreux lecteurs, car dans les conversations et les discussions, Mā avait l'habitude de se référer à Elle-même en tant que « ce Corps ». Dans le livre, Mā parle des différentes étapes de Sa vie — Son « *prakāsh* » (manifestation), sa petite enfance, son enfance, son mariage et sa *sādhan līlā* (jeu de l'effort spirituel). Cependant, même les événements ordinaires de Sa vie étaient imprégnés d'une qualité extraordinaire, qui, on le craint, peut facilement se perdre dans une certaine mesure lors de la traduction du bengali en anglais. Encore une fois, très souvent, il n'y a pas de mots adéquats pour ceux que Mā utilise, et il est parfois impossible de capturer la simplicité et la qualité intangible de Ses énoncés en langue anglaise. De façon inimitable, Elle laisse les phrases inachevées et se réfère à Elle-même avec souplesse à la fois à la première et à la troisième personne. Comme Elle faisait cela avec la pleine conscience d'être l'Être suprême, tous les pronoms se référant à Elle ont été mis en majuscules. Pour la même raison, le mot « She [Elle] » a été utilisé comme pronom remplaçant « this Body [ce Corps] », au lieu de « it [il]

», comme c'est le cas dans certains livres écrits à Son sujet[1]. Son langage devient cryptique dans les endroits où Elle parle de ce qui dépasse la compréhension et l'expérience d'un individu ordinaire, par exemple lorsqu'Elle raconte en détail les complexités de Ses *kriyās yoguiques* (activités relatives au *yoga* spirituel), le supranormal et ses manifestations en Elle, et dans ses fréquentes références à la Réalité suprême. Elle parle également des étapes que traverse un *sādhak* (pratiquant spirituel) au cours de sa *sādhanā*, c'est-à-dire la voie spirituelle vers la réalisation du Soi, et évoque les problèmes — pratiques, éthiques et métaphysiques — qu'il rencontre aux différentes étapes de cette quête.

De nombreux passages ont représenté de véritables défis pour transmettre la profondeur et la qualité intangible des expressions de Mā aussi précisément que possible, et des efforts ont été faits pour translittérer Ses phrases dans la logique et le flux de l'anglais afin de maintenir la lisibilité du texte tout en restant aussi proche du sens que possible.

Qui plus est, dans une conversation en bengali, le sujet est souvent sous-entendu, plutôt qu'énoncé spécifiquement. Chaque fois que, dans Son entretien, le sujet était implicite, nous avons utilisé la première personne dans notre traduction afin d'assurer une lecture fluide. Les lecteurs familiers de la manière de s'exprimer de Mā apprécieront notre contrainte en la matière.

Certaines actions de Mā paraissent défier toute explication, car elles semblent dépasser l'entendement humain, et elles sont consignées par un homme de la stature de Bhaiji en langue bengali. Cependant, on s'est efforcé de transmettre autant que possible les nuances subtiles des descriptions de Mā sur Ses *bhāvs* et Ses *kriyās* pendant Sa *sādhan līlā*.

Pour faciliter la compréhension du lecteur, la signification de tous les mots en bengali, sanskrit, etc. qui ont été mis en italique, a été incluse dans le glossaire. Comme la plupart des mots bengalis sont dérivés du sanskrit, nous avons indiqué les termes sanskrits entre parenthèses. Seuls les mots ou concepts d'importance religieuse et sociale ont fait l'objet de notes de bas de page. Les mots bengalis prononcés par Śrī Śrī Mā ont été orthographiés en conséquence. Les noms de personnes ont été écrits comme nous l'écrivons normalement en anglais[2], mais dans quelques cas, des signes diacritiques ont été utilisés pour les personnes associées à Śrī Śrī Mā à Kheora. L'orthographe des lieux est conforme à la carte du Bangladesh ou du *Survey of India*.

Pour ce qui est de la prononciation, les versions longues des voyelles 'a, i, u' ont été indiquées comme 'ā, ī, ū'. Les mots sanskrits ont été orthographiés en fonction de leurs sons phonétiques.

Enfin, je remercie le coordinateur d'avoir fourni des explications et comblé les lacunes de la traduction, de m'avoir aidée lorsque je me sentais dépourvue, de m'avoir encouragée à poursuivre lorsque je me sentais découragée et, surtout, de m'avoir donné l'occasion d'être proche de Mā, ce que je me considère comme une bénédiction.

Jai Mā !

Maitrayee Sen
(belle-fille d'Amal Sen)

Remarques préliminaires importantes
sur la traduction française

[1] NdT. : Voir les remarques préliminaires sur la traduction française en début d'ouvrage.

[2] NdT. : Dans la mesure du possible, nous avons suivi cette règle dans la traduction. Comme le son « ee » n'existe pas en français, nous l'avons remplacé par « ī » (Shrī au lieu de Shree, sauf dans les dénominations officielles et les titres de livres en anglais).

Tout au long de cette traduction, notre objectif a été de rester scrupuleusement fidèle aux choix de l'original anglais.

Pour cette raison, il nous semble indispensable de faire les quelques observations suivantes, afin que le lecteur puisse lire l'ouvrage avec une fluidité maximale.

Tout d'abord, les phrases ou parties de phrase mises en gras le sont dans l'original. C'est là un vœu de l'éditeur indien de souligner ce qui, à ses yeux, est de première importance. Bien que ce ne soit pas courant dans l'édition française, nous avons cru bon, par fidélité, de faire de même.

Une autre difficulté de traduction a rapidement surgi : la langue anglaise n'a pas — à la différence du français — de terme spécifique pour marquer la différence entre la forme familière (*tu*) et la forme polie (*vous*). Seul le « *you* » existe, qui est parfois l'une parfois l'autre, selon le contexte, et, dans le langage parlé, la façon de s'exprimer.

Tant le bengali (langue originale du présent livre) que l'hindi, comme nous l'apprend le *Guide de conversation Hindi, Ourdou et Bengali*[3], distinguent trois formes pour le pronom personnel à la deuxième personne : le familier (*toui* en bengali et *toū* en hindi), réservé aux enfants et aux intimes ; l'ordinaire (*toumi* (b) et *toum* (h) pour les amis et les plus jeunes ; l'honorifique, la forme polie (*apni (b) et āp* (h), pour les aînés, les étrangers et toute personne digne de respect.

Pour résoudre au mieux cette difficulté, nous avons interrogé Swami Mangalananda, un disciple qui a côtoyé Mā pendant 17 ans, et auteur du livre *Le Divin parmi nous. La vie rayonnante de Mâ Ânandamayî* (paru aux Éditions Tasnîm en novembre 2020).

Il ne parle que l'hindi, mais signale que « *la plupart des gens qui parlaient hindi s'adressaient à Mā en disant "*āp*" par respect et révérence. Elle s'adressait à nous* [les disciples] *en utilisant "*toum*". »*. On imagine aisément, vu les explications ci-dessus, qu'il en était de même en bengali.

Comme nous n'avons accès qu'au texte anglais, et qu'il nous est donc impossible de savoir quelle forme a été utilisée dans l'original bengali, nous traduirons le « *You* » par « *Tu* » chaque fois qu'un membre de la famille de Mā, ou une de ses proches connaissances, s'adressent à Elle ; et « *Vous* » dans les autres cas. Cette solution reste forcément imprécise, mais il reviendra au lecteur de deviner lui-même la bonne formule à l'aide des renseignements de cette note.

Maitrayee Sen indique dans sa ***Note de la traductrice*** : « *De façon inimitable, Elle laisse les phrases inachevées et se réfère à Elle-même avec souplesse à la fois à la première et à la troisième personne. Comme Elle faisait cela avec la pleine conscience d'être l'Être suprême, tous les pronoms se référant à Elle ont été mis en majuscules. Pour la même raison, le mot « She* [Elle] *» a été utilisé comme pronom remplaçant « this Body* [ce Corps] *», au lieu de « it* [il] *», comme c'est le cas dans certains livres écrits à Son sujet* ». Nous avons fait de même pour la version française. Que le lecteur ne s'étonne donc pas si le sujet « ce Corps » est repris plus loin dans la phrase par « Elle ». Et de même qu'en anglais, nous avons remplacé le pronom personnel « Le (*it*) [ce Corps] par « La (*Her*) [Mā] ».

Exemples : Lorsque *ce Corps* (this Body) se mit à grandir un peu, *Elle* (*She*, et non *it*) allait Elle-même se rouler sous la plante *tulsī*.

[…] Ma mère s'empressa de soulever *ce Corps* du lit et de *La* (*Her* et non *it*) serrer contre sa poitrine […]

Toutefois, pour éviter une trop grande incongruité, tous les adjectifs qualificatifs et les participes passés se rapportant directement à « ce Corps » ont été correctement mis à la forme masculine, d'autant qu'en anglais l'accord en genre et en nombre des adjectifs qualificatifs est inexistant.

Tous les pronoms et adjectifs possessifs se rapportant à Mā ont été écrits, comme en anglais, avec la majuscule (Son, Sa, Ses, Mon, Ma, etc.)

[3] De Lonely Planet, 3ème édition du 8 juin 2017, p. 26 et 186.

Et enfin, comme le son « ee » n'existe pas en français, nous l'avons remplacé par « ī » (Shrī au lieu de Shree, sauf dans les dénominations officielles et les titres de livres en anglais).

Ghislain Chetan, le 7 novembre 2021

Abhaya, la non-peur

Par Vigyânânand (Jacques Vigne)

Thème traité également dans ses visioconférences du week-end par Zoom

La **non-peur** représente une qualité fondamentale de yoga. Elle doit être cultivée jusqu'à la Réalisation. Dans ce sens, le sage Yâjñavalkya dit dans les Upanishads à son disciple l'empereur Janaka : « Janaka, tu es réalisé, car tu as atteint la non-peur ! » Bien sûr, la peur et l'anxiété sont aussi des signes de réalisme : elles peuvent être une preuve de prudence tout simplement. Du point de vue de la médecine actuelle, l'anxiété vient d'un excès de stress parfois soudain, mais le plus souvent chronique. Elle n'est donc pas toujours reliée à un traumatisme unique, comme dans le syndrome d'anxiété post-traumatique, mais elle devient une manière d'être chronique qui se fait envahissante, et c'est là le problème. Du point de vue traditionnel, on peut se demander pourquoi on parle de cette qualité de courage de façon négative, *abhaya,* c'est-à-dire absence de peur. Il y a une raison simple à cela, c'est que notre vraie nature est la paix, et si nous nous abstenons de faire des erreurs stratégiques et tactiques dans la gestion de nous-mêmes, nous demeurerons dans cet état fondamental, sans nous fabriquer artificiellement toutes sortes de frayeurs inutiles. Le point principal, c'est d'être dans la justesse des actions, des paroles et des pensées. Si on en arrive à cela, on n'a plus rien à craindre de soi-même, et par une sorte d'extension naturelle, on a beaucoup moins à craindre du monde extérieur. C'est la solution profonde de l'anxiété, mais avant d'y parvenir, un bon nombre de compréhensions partielles et de techniques pratiques sont bien utiles.

Comprendre l'anxiété

Cela fait maintenant 35 ans que j'ai effectué ma formation de psychiatre, et après avoir travaillé 5 ans en hôpital psychiatrique pour mes études et mon service de coopération, je suis parti pour l'Inde. Je reviens régulièrement en France et il y a un an j'ai terminé une grande tournée qui s'était étalée sur 3 ans. Je vais de ville en ville, et pendant l'été, de lieu de stage en lieu de stage dans la campagne française pour des périodes en général de 5 jours à une semaine. Je réponds à des milliers de questions de la part de milliers de gens, et certainement, l'anxiété, la peur diffuse représente une souffrance sous-jacente bien réelle chez la plupart des personnes. Le bon côté de cela, c'est qu'elle pousse les gens à faire un travail sur eux-mêmes. Quand ils ont vu que les meilleurs tranquillisants n'étaient que symptomatiques, ils comprennent qu'il faut aller plus loin vers la racine des choses. Quand j'étais interne en psychiatrie avec des patients lourds, j'essayais malgré tout d'introduire pour eux aussi des techniques corporelles, et la meilleure porte d'entrée que j'aie trouvée pour pénétrer leurs défenses par ailleurs bien cadenassées, c'était de proposer des solutions naturelles à l'insomnie et à l'anxiété. Personne, même les patients les plus sérieux, n'aime se retourner toute la nuit à chercher le sommeil, et personne n'aime non plus mener sa vie avec la plupart du temps un gros nœud bien tendu au plexus ou à la gorge, et avec des mâchoires serrées comme des boulons sur des vis... D'où l'intérêt des pratiques psychocorporelles.

L'anxiété donne lieu à toutes sortes de troubles dérivés. Par exemple, une étude de l'Université d'Upasala que je cite dans mon livre sur l'anorexie mentale[4] montre qu'un groupe d'environ 270

[4] Vigne Jacques *La faim du vide* Editions du Relié, 2012

adolescents, souffrant de troubles du comportement alimentaire, n'avait rien en commun dans leur profil de personnalité, sauf l'anxiété.

Quand le stress devient chronique, il se transforme en détresse, et donc en anxiété. Comme on le sait, le stress stimule le sympathique et inhibe le parasympathique. Cela ouvre donc une large place, dans le traitement de l'anxiété, à des pratiques psychocorporelles menant à une augmentation du tonus parasympathique. Le *hathayoga* et la méditation sont bien sûr en bonne place dans la liste des pratiques possibles.

La non-peur, quand elle est bien ressentie, est thérapeutique. À l'inverse, la tendance habituelle du mental est de fuir. Par exemple, en enregistrant le mouvement des yeux, on a remarqué ceci : en montrant à des volontaires une grande image avec, dans le coin en bas à gauche, une représentation désagréable voire effrayante, on a remarqué qu'ils y jetaient une première fois un coup d'œil et qu'ensuite, sans même s'en apercevoir, ils évitaient soigneusement cette région de l'image. Il en va de même quand notre attention se tourne vers le corps et le psychisme. C'est pour cela qu'il est très important de faire face, quand on veut trouver des solutions profondes à la souffrance. Comme le dit le grand maître du bouddhisme de la forêt en Thaïlande, Ajahn Chah, dans une formule à laquelle il a souvent recours : « Quand on fuit la souffrance, on fuit *vers* la souffrance ». Il en prend comme exemple tout simple l'épine dans le pied. Si on la néglige et qu'on ne veut pas y penser, on pourra la garder pendant toute sa promenade à pied et elle continuera à nous faire mal. La bonne solution est donc de s'arrêter, de regarder précisément où elle est et de trouver un moyen de l'extirper. La méditation consiste déjà en cela : savoir s'arrêter, examiner son corps vécu, repérer où sont les « épines » et travailler à les extraire.

On sait que Patanjali définit le yoga comme *citta-vritti-nirodha.* Les *vrittis* sont ces tournoiements du mental qui ne cessent que rarement. Le mot est de la même racine que « vrille » en français. On pourrait dire que la méditation du yoga consiste à éviter que le mental ne se disperse en tous sens, et que ce faisant, il ne parte en vrille... Etre capable d'arrêter un mécanisme qui se répète automatiquement en soi est déjà signe de non-peur. La persévérance l'est aussi, et malgré des hauts et des bas difficiles, elle nous amène vers un état d'harmonie. En sanskrit et hindi on appelle la persévérance *titiksha*, "*tik*" signifie ce qui est bien stable, et *tik hê* veut dire en hindi « tout va bien ». Si on persévère à travers de multiples états intérieurs positifs ou négatifs, on arrive en ce lieu profondément enfoui en nous-mêmes où « tout va bien ». On devient stable comme la montagne, on se met à mériter ce nom *d'Abhayagiri*, montagne de non-peur, qui était celui d'un prince de Ceylan, puis du grand monastère bouddhiste qu'il a fondé dans la capitale de l'époque, Anuradhapura. Il a été habité pendant 8 siècles par plus de 5000 moines. On peut dire que l'idéal central qu'on leur proposait en ce lieu était la non-peur. *(A suivre…)*

La conscience du Corps que l'on 'EST'

Par Jacqueline Bolsee-Pleyers

« 'Ce Corps' n'a pas de façons de voir différentes d'un être humain à un autre… Dans de nombreux ashrams on vous dira : ' Si vous êtes en mesure de respecter nos règles et notre discipline, vous pouvez rester. Sinon

allez quelque part ailleurs'. Ce Corps n'a pas ce genre de problèmes. Tout le monde vient ici pour y donner son Satsang. Oui, des Satsangs, car chaque visiteur en lui-même est une manifestation de ***Dieu****. »*

(Mâ Anandamayî)

Le corps que l'on a, objet à notre aimable attention, support de l'**Esprit**, outil de **Celui-ci**, ne peut que s'éteindre sans la conscience de ce '**Corps**-**Lumière**' qui l'étreint, **Corps** que l'on '**EST'**. Ce rejet de la **Présence Vitale** nous prive non seulement de la finesse des différentes facettes de la vie, mais nous conduit aussi vers l'extinction de l'espèce humaine. Oui, cette régression en ce domaine, ce mouvement inverse, marche à reculons, à petits pas vers… vers l'âge des cav… mais que dit-on ? Ces barbaries à l'ombre de nos sombres cavernes annihilent la création. La Palisse nous souffle une évidence : 'Nous ne pouvons vivre ainsi mutilés, vivre sans **Vie'**. La conservation de l'existence passe par l'**Ame**, là où **Transcendance** et **Immanence** s'entrelacent, là où transparaît le **Joyau** de l'être. Sans cette **Clarté** plus d'humanité.

Nous avons nommé le chemin obligé, prophétie **Essentielle** : *« Le vingt et unième siècle sera spirituel, ou ne sera pas… »*

De même qu'il n'est pas possible de percevoir la **Vérité** par le corps que l'on 'a' sans emprunter au corps que l'on '**Est**' ses rayons de **Lumière**, nous ne pouvons non plus percevoir la **Vérité** par une doctrine divine séparatrice… dualiste… L'homme s'exprimera dans l'unité du grand **Tout** ou ne s'exprimera plus du tout. 'Hors-les-murs-dans-les-murs' sont une seule et même chose.

« Ainsi, vous et moi nous sommes deux, complète Mâ Anandamayî, *d'autre part, vous et moi nous sommes* ***Un****. Le vide, l'espace, qu'il y a entre nous deux est en fait… le* ***Je****.* ***Lui****, le* ***Dieu****, l'****UN****, est sous toutes les formes. Ce* ***Corps*** *est avec les arbres, les* oiseaux et tout le *reste. Rien n'est séparé de ce* ***Corps****, nulle part. »*

Comme une synthèse s'aide de faits épars situés sur deux parts opposées -thèse… antithèse- et les structure en un tout, l'aventure humaine ne peut être saisie par un seul bout. Si une partie de l'humanité déraisonne, s'autodétruit, l'autre cherche, progresse, s'émerveille… Oui, elle s'éveille, entend le **Son du Silence** qui résiste, résonne à l'infini : Aum… Aum… Aum… Ce n'est plus elle qui agit ici, mais la **Présence** elle-même en elle-même.

« Il existe une ***Réalisation*** *après laquelle le voile d'ignorance ne peut tout simplement plus revenir. C'est la véritable* ***Réalisation*** *finale du* ***Soi****. L'éclair passe, mais la clarté du jour dure, »* affirme Mâ Anandamayî.
« Sais-tu ce que sont les étoiles ? » Demande Maman à son tout petit.

« Des 'tits crous' dans le ciel, » affirme l'enfant, philosophe de deux printemps.
Oui, il sait qu'on ne peut éteindre le **Soleil**, l'éternelle **Présence**. Hélas, nos nuits d'adultes, nos nuits obscures, **l'**enfouissent dans leurs misères, **l'**étouffent sous le voile de l'ignorance, pauvreté des niveaux de conscience, oripeaux troués…

« Essayez de regarder le ***Ciel*** *libre le plus souvent que vous pourrez, nous conseille* Mâ Anandamayî, *et vous sentirez que vos chaînes tombent, que votre âme s'ouvre. »*

Tandis que la terre laisse au temps le temps de suspendre son vol, la **Lumière**, elle, ne suspend pas les pas de sa danse sacrée. **Elle** contemple l'humanité qui prend lentement conscience du corps qu'elle **Est**.

« De même qu'en ouvrant la cosse d'une plante on remarque les graines, constate Mâ Anandamayî, *et de même que l'arbre est dans la graine,* ***Lui*** *aussi est en vous. Si vous vous ouvrez grâce à une pratique spirituelle soutenue, c'est qu'il est possible de faire l'expérience de sa* ***Révélation*** *quand le voile de l'ignorance est déchiré. De la même manière que l'arbre tout entier est contenu dans la semence,* ***Il*** *est en vous dans toute sa complétude. »*

Cette lenteur de l'éveil spirituel provient de : La famine de l'âme.

« Le désir insatiable des choses de ce monde, enseigne Mâ Anandamayî*, engendre la souffrance. Bien sûr vous pouvez en tirer un plaisir passager, et ensuite ? Il est du devoir exclusif de l'homme de demander ces choses dont l'obtention n'entraîne pas la souffrance et à travers lesquelles survient toute réalisation.»*

L'humanité ne se prive de rien, se gave de tout sauf de l'**Essentiel**, nous avons nommé les nutriments spirituels. Elle a mal à l'âme, la pure conscience, nature primordiale… Ce centre discret, demeure du **Grand Silence**, est immense puisqu'il s'agit de l'**Immanence** unie à la **Transcendance**. Rien ne peut **les** séparer si ce n'est une forme, dite humaine, coincée entre les deux. L'homme dans son inconscience ignore sa propre identité, sa propre **Grandeur**. Terrifié de n'être, croit-il, que peu de chose, il s'identifie au petit 'je' manifesté, s'enfle, veut se faire aussi grand que le **Grand Mystère** qu'il pressent…

Toujours en manque, l'humanité se rassasie donc de nourritures terrestres frivoles, compense cette carence, s'ébat dans des babioles et dans tant et tant de produits inutiles qu'elle s'en écœure elle-même. Ces pirouettes à l'extérieur de **Soi** n'apaisent point l'âme. Elle se meurt à petits feux, s'épuise en ses pas nauséeux…

Et voici notre civilisation, dite moderne, qui ne se prenait pas pour rien, étendue au ras de la terre tel un hareng saur l'œil glauque. Dans un dernier sursaut de survie, elle change de tactique, se rue au pied des balcons, oui, dans la rue. Là elle étire ses besoins qui n'assouvissent rien, s'allonge en un long serpent surmonté de pancartes inutiles elles aussi, se love dans son expression : « Moi… plus… plus… je veux… moi… moi… mes droits… plus… plus… pour moi… moi… moi… » Traduisons… entendons l'inconscient : « Au secours donnez-moi la **Source**… abreuvez-moi de **Lumière**…» La demande n'étant point adressée au bon endroit, le **Spécialiste** n'étant pas de ce monde mais de l'**Autre**, le déclic ne se déclenche pas, l'**Illumination** ne se réalise pas… Et les manies, sortes de tics bruyants, persévèrent… prennent de l'ampleur… Eternelle agonie humaine, misère de l'ignorance… A qui en vouloir ? Peut-on tirer sur une fleur pour la faire grandir ? Seul le temps peut…

Et pourtant la foi n'est-elle pas innée ? N'oublions pas notre philosophe de deux printemps qui non seulement perçoit la **Lumière Eternelle** dans les étoiles : « C'est des 'tits crous' dans le ciel ! » Mais découvrant le pré enneigé ne doute pas non plus que : « Oooh ! C'est papa qui a peinté tout ça. » Oui, son père tel le **Grand Tout** peut peindre chaque brin d'herbe recto verso… peut peindre tout… y compris le chat blanc qui passe par là. Des **Créateurs de Lumière** ? Des miracles ? Mais incrédules, Il y en a…

Les saisons s'emparent du chef-d'œuvre. Le pré quitte son habit immaculé, enfile une robe fleurie, se pare de rubis, perles vernies inondées de beauté appelées : Cerises… délices sucrées à souhait ! Permettez-nous d'emprunter au temps un instant afin de remercier le **Mystère** qui fait être la splendeur de ces tableaux, tableaux nommés par le corps que l'on **Est** : **Icônes**.

Seul le temps, disions-nous, peut tourner les pages de l'histoire. A courte échéance le monde évolue… 'involue'… évolue… 'involue'… évo… etc…

La non fonction supprime l'organe, nous le savons, il en est de même ici. Certains êtres humains usent donc de cette alternance, diluent leur malaise, s'engluent dans une glaise d'additifs fétides… permanence de 'manifs'… de cris… d'attitudes agressives primitives et nous en passons… Ils se privent de connivence avec la **Présence**, perdent le sens de **l'Immanence**, l'intuition spirituelle… **L'Etre Suprême** retourne au grand large de l'**Immensité Infinie**. L'ego prend sa place, s'immisce, impose ses peurs, ses caprices. Repu de faux-semblants, artifices éloignés de l'**Etre**, il se lance dans des projets destructeurs de plus en plus mortifères. Ceux-ci vont à l'encontre de la **Vie**…

Et malgré tout à longue échéance le monde évolue !…

« Vous devriez, nous conseille Mâ Anandamayî, *œuvrer avec vos mains, tout en continuant, dans votre esprit, le* japa *de l'*Ishta*. En faisant cela, votre travail sera bien fait et il y aura quelque espoir que cela soit bénéfique pour le monde. Si vous vivez votre vie sans* dharma*, vous passerez votre existence ballotée par les vagues d'une mer de souffrances. Si vous voulez vivre dans le monde, il est impératif que vous viviez une vie de* dharma*. »*

Jacqueline Bolsée Pleyers

Texte et image du poète RUMI

(Envoyés par Béatrice Fesselmeyer)

« J'ai regardé dans mon propre cœur »

C'est là que je L'ai vu. Il n'est nulle part ailleurs.
Je ne suis ni chrétien, ni juif, ni parsi, ni même
musulman. Je ne suis ni d'Orient ni d'Occident,
ni de la terre, ni de la mer.
J'ai abdiqué la dualité, j'ai vu que les deux
mondes ne sont qu'un. Un Seul je cherche,
Un Seul je contemple, Un Seul j'appelle.
Il est le premier, Il est le dernier, l'extérieur et
l'intérieur. Je ne sais rien d'autre que « Ô Toi »,
« Ô Toi qui es ».
« Je suis enivré par la coupe de l'Amour. »

Rumi

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

Introduction

Pour donner ce titre à la collection d'histoires et d'anecdotes qui suit, la source d'inspiration provient du nom de l'ouvrage fondamental sur l'enseignement T'chan et Zen : «*La Transmission de l'Esprit*» (Traduit par Lu Kuan Yu, Rider, 3 volumes). Dans ces volumes sont recueillies les paroles, les réponses et les anecdotes des maîtres des différentes écoles T'chan au cours du début du Moyen Âge, avant l'an 1000, pour parler

brièvement. Les moines avaient coutume de les graver sur des écorces et de les porter à d'autres collectivités pour l'instruction de leurs frères. Le présent recueil a le même but : je parle ‘de’ l’Esprit plus que ‘sur’ l'esprit, car ce qui est en jeu ici est la conscience pure au-delà de l'esprit, enfin ce que nous avons l'habitude de nommer «Esprit» en Occident. Les Chinois ont bien sûr leur propre terminologie qui est difficile à traduire exactement.

14) LA PATIENCE TRANSFORME LE SANG EN LAIT

Mahavir, le fondateur du jaïnisme, avait l'habitude de dire que notre esprit était à la fois notre pire ennemi et notre meilleur ami. Lorsqu'il est fâché, il est notre ennemi, et quand il éprouve de la compassion, il est notre ami. Un épisode de sa vie illustre cette vérité.

Il était une fois un ascète, nommé Chanda, qui avait un mauvais caractère. Une nuit, il était encore en train d’essayer d'expliquer quelque chose à l’un de ses disciples qui ne comprenait rien. Dans un accès de colère, il sauta vers lui pour le gifler. Mais à cause de l'obscurité, il ne vit pas une colonne, la heurta violemment de la tête et mourut sur le coup. (La Mort violente est considérée comme un mauvais *karma* dans l'Hindouisme). Toutefois comme il avait, en dépit de cela, acquis quelque mérite en raison de ses austérités, il pût renaître à proximité de l’ashram où il avait vécu, y entrer de nouveau et en devenir le chef.

Un jour il vit un groupe d’enfants qui volaient les mangues du verger. Furieux, il courut vers eux, mais aveuglé par la colère, il ne vit pas un puits ouvert, tomba dedans et mourut. En conséquence, avec deux morts violentes, la renaissance suivante fut plutôt mauvaise. Il revint en tant que roi d'un groupe de cobras venimeux près de l'ashram et il tua beaucoup de gens. Un beau jour Mahavir vint dans ce même verger pour méditer. Le roi des cobras l’attaqua, mais Mahavir ne bougea pas d'un pouce. Enfin, il le mordit au pied, mais au lieu que coule du sang, il ne s’écoula que du lait. A ce moment-là, le sage compris qui était le roi des cobras en réalité. Il l’appela par son nom : " Chanda, rappelle-toi qui tu étais ! Arrête dès à présent d’attaquer les gens et à partir de maintenant, enseigne-leur plutôt la non-peur ! ». Depuis ce temps, le cobra est devenu aussi paisible qu’un morceau d'argile et a en effet enseigné l'intrépidité aux êtres humains qui vivaient alentour. Quand il mourut, il se réincarna en tant que *devatâ*.

Les chemins de yoga

Court extrait de la ‘Newslaitue’ N°129 d’Ephata Quimper

Les différents chemins de yoga sont difficiles et demandent des efforts et des renoncements héroïques que seule une minorité d'êtres se sent prête à entreprendre. Le yogi n'est définitivement pas un homme, une femme, ordinaire. Il/elle est définitivement "branché.e" ailleurs. Il/elle est "branché.e" au-dessus et au-dedans, et non en dessous et en surface. Le yogi n'est-il pas *"celui qui grimpe"*, *"celui qui laboure son propre champ"* ? *"Plus on avance, plus on doit devenir vigilant"* nous rappelle **Mère**. Et la qualité la plus nécessaire c'est la persévérance, l'endurance et une sorte de bonne humeur intérieure qui fait que l'on ne se décourage pas, que l'on ne s'attriste pas et que l'on fait face en souriant à toutes les difficultés.

Facile à dire, facile à écrire !

Tunnel obscur dans la Lumière infinie

Il existe un tunnel obscur dans la Lumière Infinie. On l'appelle « temps ».
Lorsqu'un humain entre dans ce tunnel, On appelle cela « naître ».
Lorsqu'un humain marche au long de ce tunnel, On appelle cela « vivre ».
Lorsqu'un humain sort de ce tunnel, On appelle cela « mourir ».
Considérer que vivre se réduit à évoluer au long de ce tunnel obscur,
Cela s'appelle « illusion ».

Percer des trous dans ce tunnel obscur, Cela s'appelle « science ».
Savoir que la Lumière est autour du tunnel, Cela s'appelle « Foi ».
Voir la Lumière dans le tunnel obscur, Cela s'appelle « Amour ».
Voir la Lumière à travers le Tunnel obscur, Cela s'appelle « Sagesse ».
Eclairer le tunnel obscur de sa propre Lumière, Cela s'appelle 'Sainteté'
Confondre la Lumière et le tunnel obscur, Cela est au-delà des mots.
(Texte Taoïste - Envoyé par Jacques Vigne)

Hommage à Christian BOBIN

Nous avons appris, ***le 23 Novembre, le décès à 71 ans*** *de l'un des écrivains français les plus subtils et sensibles de notre époque…Christian Bobin n'avait rien laissé paraître de la maladie qui l'a emporté et qui va laisser ses milliers de lecteurs fidèles sous le choc. C'est une voix unique et singulière, alliant la poésie à une spiritualité très libre, qui s'en est allée. La voix d'un contemplatif émerveillé par la nature, à la simplicité et à la candeur revendiquées, à la sobriété défendue bien avant l'heure – son premier recueil,* Lettre pourpre *date de 1977 ;* le Très-bas*, le récit sur saint François d'Assise qui l'a rendu populaire, a été publié en 1993. Une voix aussi douce que mordante, celle d'un inclassable veilleur, d'un critique de notre modernité sans âme, d'un voyant toujours sur la brèche pour dénoncer le désastre né d'un matérialisme obtus – son dernier livre,* le Muguet rouge*, porte haut la rébellion face à l'effondrement annoncé.*

A lire aussi : Christian Bobin : « C'est l'enfant en moi qui écrit »
N'y a-t-il pas deux visages différents de la mort, que vous opposez dans le Muguet rouge ?

En effet, il y a une mort dont on se remet paradoxalement assez bien, c'est celle qui arrive à chacun de nous par la loi de la nature. Une fleur éclot sur terre, donne sa lumière, séduit quelques abeilles et, le soir venu, se replie sur elle-même, fane et meurt. Il en va de même pour nous : nous sommes voués à une mort qui n'est pas un abandon de souveraineté mais une métamorphose. C'est une chose qu'il serait folie de vouloir empêcher, comme les apprentis sorciers de la Silicon Valley en ont le sinistre projet. Car la mort est un sacre pour chacun, fut-il le plus pauvre ou le plus mal famé, on est confié à ce moment-là aux bras innombrables de l'invisible.

Mais il y a une deuxième sorte de mort, dont il est difficile de sortir une fois qu'on y est entré. Elle est à l'intérieur même de la vie courante et nous est donnée par les injonctions du monde et la nécessité non expliquée de penser et d'agir de plus en plus vite, d'aimer de moins en moins, de vouloir de plus en plus. Cette mort-là, absolument désolante, dont personne ne porte le deuil, j'ai souhaité la montrer au plus près dans *le Muguet rouge.* C'est une mort sournoise qui commence par vider les yeux, et ensuite le cœur.

Cimetières et librairies sont les derniers endroits civilisés
Pour une revue de bibliophiles, j'ai écrit un jour un petit texte que je n'ai d'ailleurs pas retrouvé. J'ai inventé un gardien de cimetière, qui un peu lassé par la monotonie de son métier, inscrivait sur les tombes des gens des titres de livres, s'accordant à leur personnalité et leur vie passée.
J'ai ainsi rassemblé les deux sujets qui m'importent : les livres et les disparus. **Les vies sont comme des livres et les livres sont comme des vies, les deux sont vivants…** Les deux sont inséparables. Il faut que dans la vie tout soit vivant, qu'entre nous tout soit vivant. Il faut que chaque phrase d'un livre soit bondissante comme un enfant qui va au réveil déranger le sommeil de ses parents. Et c'est ainsi que l'humanité peut s'en sortir…

(Extraits envoyés par 'Ephata Quimper')

Les Fleurs de Bouddha (titre provisoire)

*Passages d'un livre en cours de préparation par **Lwiis SALIBA**.*

Ce livre va grouper un grand ensemble d'aphorismes et de paroles de Bouddha ainsi que de maîtres bouddhistes. Ce sont en majorité des conseils pratiques pour la méditation, pour la vie quotidienne et méditative, tirés de plusieurs sources authentiques.
***Lwiis Saliba** en a fait la traduction en arabe. Ce livre sera le 1er du genre dans cette langue. Les aphorismes y seront publiés dans les 3 langues: anglaise, française et arabe, et le livre sera préfacé par **Tenzin Palmo et le Dr Jacques Vigne,** lequel a proposé d'y ajouter d'autres aphorismes de plusieurs autres sources afin de le compléter avec les enseignements pratiques du Bouddha. Ce livre va contenir aussi un entretien avec Jetsunma Tenzin Palmo sur la pratique de la méditation et un autre avec Jacques Vigne sur les recherches scientifiques sur la méditation et ses bienfaits.*

*Lwiis SALIBA (éditeur de Jacques Vigne au Liban, enseignant de religion à l'Université Saint Georges de Beyrouth, auteur de nombreux livres en arabe concernant la religion et la mystique comparées, ainsi qu'auteur de traductions des textes de l'Inde, organise également les tournées de Jacques au Liban depuis plus de 10 ans, édite certains de ses textes en arabe et publie régulièrement des interviews de lui). Depuis le confinement de mars 2020, il forme un 'duo' en visioconférences par Zoom avec Jacques Vigne qu'il interroge sur ses livres et il a interviewé Tenzin Palmo en direct de l'Himalaya tous les deux mois. Ces interviews seront recueillies dans un livre qui **sera publié par Marc de Smedt**, en anglais, français, italien et arabe. La version italienne est déjà sortie, **publiée par Michela Bianchi pour MC Editrice à Milan**, sous le titre '**Otto dialoghi per il tempo presente'**. (Voir plus bas dans les 'Nouvelles')*

Les fleurs de Bouddha, Aphorismes et conseils pratiques
Choisis par Lwiis Saliba

1-Vis pleinement chaque acte comme s'il devait être le dernier

2-L'amour au passé n'est qu'un souvenir. L'amour au futur n'est qu'imagination. C'est seulement ici et maintenant que nous pouvons aimer.

3-La plupart des tourments que connaissent les êtres vivants ici-bas, ils en sont eux-mêmes la cause.

4-Même le deuil et la trahison peuvent nous apporter l'Eveil.

5-Les mots ont le pouvoir de détruire ou de guérir. Lorsqu'ils expriment la vérité et la compassion ils peuvent transformer le monde dans lequel nous vivons.

7-Notre pire ennemi ne peut nous faire autant de tort que la folie de nos propres pensées. Nul ne peut autant nous aider que la compassion de nos propres idées.

9-Rien de mieux pour contrôler ta vache ou ton mouton que de lui donner une vaste prairie.

13-Ne te fie pas aveuglément aux paroles d'autrui, fût-il le Bouddha. Observe ce qui t'apporte personnellement le contentement la lucidité et la paix: là est ton chemin.

18-La victoire engendre la haine, la défaite engendre la souffrance. L'homme sage ne recherche ni la victoire ni la défaite.

20-Pèse les vrais avantages pour le cœur du ressentiment et du pardon… puis choisi.

21-L'esprit du débutant contient de nombreuses possibilités, l'esprit de l'expert en contient peu.

24-Il faut que la vie spirituelle comporte une forte dose de bon sens.

25-On peut être ouvert à tout mais empli de bonté, compatissant mais serein. Que ta vie soit comme les cordes d'un bel instrument: ni trop tendues ni trop lâches

27-Ces deux choses demandent une patience amusée: les enfants espiègles et ton propre mental

30-Etre modéré en tout y compris la modération. *(A suivre)*

Jean Pelissier-Lettre 54-Année 2023

'Se mettre à l'écoute de son âme'

Cher(e)s ami(e)s,

2023 ! En numérologie chinoise, on obtient le chiffre sept.

Nous savons qu'en amont de la matière, il y a l'Energie. L'Energie, ce sont nos émotions et le déroulement de notre pensée.

Tous nos organes sont directement dirigés par nos « sept émotions », que ce soit: la colère, la joie, la nostalgie, la tristesse, la peur, la frayeur et l'inquiétude. Quand une de ces sept émotions devient excessive, ou qu'elle dure trop longtemps, elle dérègle le fonctionnement de notre corps.

Il est dit en MTC (Médecine Traditionnelle Chinoise) que les dérèglements mentaux et émotionnels sont la première cause d'apparition de nos pathologies internes et la perméabilité aux attaques externes.

Le nombre sept donc désigne ici les dangers potentiels et les désordres que ces émotions excessives peuvent avoir, non seulement sur chacun de nos cinq logiciels-organes, mais aussi sur le Cœur, maître de toutes les émotions.

Si je n'avais qu'un seul vœu à formuler en cette nouvelle année, c'est que chacun d'entre nous puisse atteindre cet état de « zénitude », de calme intérieur qui permet d'éviter toute tempête émotionnelle.

Créons-nous ce lac intérieur, qui ne donne aucune emprise aux tempêtes extérieures.

Les moyens pour y arriver, vous les connaissez tous, si vous suivez mes enseignements sur les méthodes Yang Sheng Fa, « nourrir la vitalité ».

Comme dans tous dérèglements, il y a les causes externes et internes. S'éloigner des médias anxiogènes, faire confiance à son ressenti et non à celui de l'autre, accepter la contradiction, se réapproprier le sourire intérieur, fuir le jugement négatif que l'on peut porter sur l'autre ou sur soi, pardonner, aimer l'autre contre « vents et marées », sont autant de moyens pour calmer le « Feu des émotions ».

Et surtout, ne pas oublier que nos pratiques quotidiennes, en rechargeant notre « batterie des Reins », là où se trouve l'incroyable pouvoir d'auto-guérison et d'adaptation de l'organisme, permet de changer complètement la donne. C'est l'Energie ainsi accumulée, stockée dans ce qu'on appelle en MTC le « Foyer inférieur » qui a le pouvoir de réguler « à l'insu de notre plein gré » toute tempête émotionnelle.

Et quelque événement qui puisse survenir de nulle part, il est très rapidement pris en charge par notre Energie interne, régulé, tamisé, puis phagocyté pour que ne perdurent pas des déchets émotionnels qui peuvent gâcher toute une vie en venant se loger à quelque endroit de notre corps.

Donc, quoi vous souhaitez en cette nouvelle année si ce n'est que de remercier le Créateur, le Ciel de nous avoir donné tous ces outils pour que puisse s'exprimer librement le véritable sens de notre incarnation, de notre véritable nature.

Tout ceci se résume en une seule phrase : « **Se mettre à l'écoute de son âme** ».

Le chemin n'est jamais facile et je ne peux que vous souhaiter, au travers de toutes vos pratiques que vous découvriez que vous êtes faits pour le Bonheur et l'Amour.

N'oubliez pas la symbolique de la fleur de lotus : des racines dans la fange, la boue. Une tige droite et vide à l'intérieur qui monte à la surface de l'eau. Et c'est ce vide, ce calme intérieur qui permet de donner naissance à cette magnifique fleur, emblème de la sérénité, de la joie et de l'amour.

Une fois de plus, bonnes pratiques et surtout la meilleure année qui soit.

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 des N° 144-145-146-147) :*

IL, ELLE…
Un homme, une femme,

Deux êtres fulgurants,
D'un pas vigoureux, ils ont parcouru
les routes de l'Inde, de la Palestine,
bouleversant d'innombrables cœurs…

Qui peut prétendre les connaître ?

Dans *Aperçus de la vie de Anandamayî Mâ,*
Bithika Mukerji confie :

« Oui…*peut-être étions-nous trop proches*
pour mesurer sa grandeur.

Qui, par exemple, prit vraiment la pleine
mesure du Christ de son vivant ?
les douze ne se sentaient pas si sûrs d'eux… »
Et nous aujourd'hui, le sommes-nous ?

IL, ELLE…
Nous avons lu et écouté leur parole.
Et nous avons été les premiers étonnés.
Sous nos yeux, par-delà les siècles,
les distances, les différences de cultures
apparaissaient une troublante résonance,
une étrange ressemblance…

Attentifs aux similitudes, aux affinités,
nous n'avons pas cherché à être exhaustifs.
Devant nous, les paroles se sont choisies,
entremêlées librement.

Et ce qui s'est proposé n'était pas :
un 'choix de textes', un 'livre de sagesse',
mais plutôt un dialogue, une complicité,
le *mystère de la rencontre.*

Frances Delbecq et Thierry Cazals

ॐ माँ ॐ माँ ॐ माँ ॐ माँ ॐ माँ ॐ माँ ॐ माँ

Nouvelles

Bla bla bla…Cui cui cui...C'est le printemps !

Nouvelles

Jacques VIGNE non seulement a repris sa pleine activité pour sa '**Tournée 2022-23'** en Europe et en '**présentiel'**, mais **il est retourné en Inde** pour quelques mois, afin d'y accompagner plusieurs voyages de groupes.

Entre temps, il a continué à animer beaucoup de **visio-conférences Zoom, dont vous avez tous les détails** dans ses programmes **sur ses deux sites** : le site 'historique' www.jacquesvigne.com et le nouveau site www.jacquesvigne.org . En récapitulation nous y avons trouvé : ses **'week-ends' de méditations guidées sur Zoom**, son '**duo littéraire' avec son éditeur Libanais Lwiis SALIBA**, ses traductions en français des interviews de **Tenzin Palmo** depuis l'Himalaya et 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, puis ses **interventions sur Instagram**.

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

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

Nous travaillons au programme Zoom, selon les nouvelles disponibilités de Jacques Vigne en Inde.

Plusieurs livres à signaler …

TENZIN PALMO - 1er livre extrait de ses interviews (Version Italienne)

Suite aux **interviews en visio-conférences Zoom de Jetsunma Tenzin PALMO** en **direct de l'Himalaya**, plusieurs livres vont en être tirés en plusieurs langues (anglaise, italienne, française et arabe). La toute première version déjà sortie en Novembre 2022 est l'**italienne,** sous le titre : '***TENZIN PALMO - OTTO DIALOGHI PER IL TEMPO PRESENTE'*** (***Huit Dialogues pour le Temps Présent)*** dialogues conduits par **Lwiis SALIBA** – Présentation et commentaires de **Jacques VIGNE** – Publié par **Michela BIANCHI** pour MC Editrice de MILAN.

Michela Bianchi | MC Editrice
Via Vigevano, 45 - 20144 Milano
Tel : 0039-0289408454
michela.bianchi@mceditrice.it
www.mceditrice.it

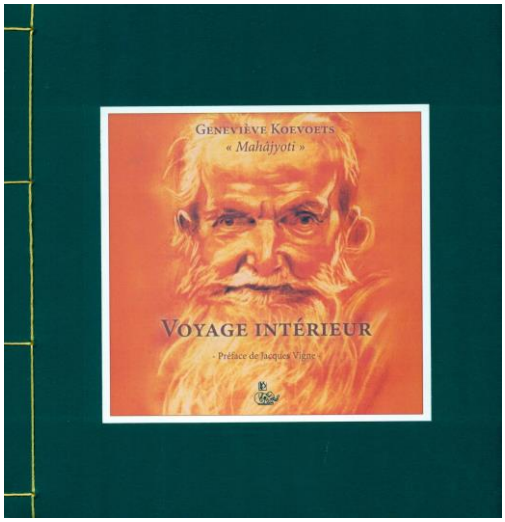
De Geneviève (Mahâjyoti) :

3 livres sur L'Inde et Jacques Vigne, par Geneviève Koevoets (Mahâjyoti) :

*'**Voyage Intérieur** aux sources de la joie (souvenirs de l'Inde)'*
Préface de Jacques Vigne – Editions du Petit Véhicule - Nantes (2011-2015)

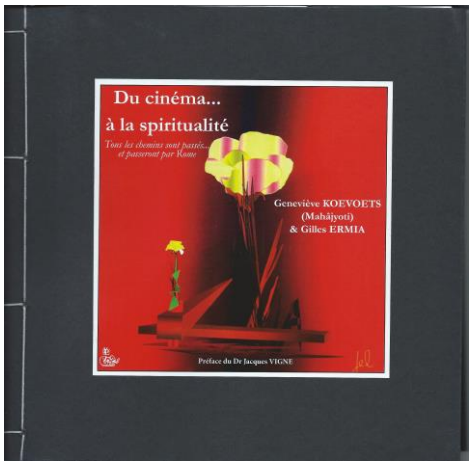
*'**Du cinéma… à la Spiritualité** (Tous les chemins sont passés et passeront par Rome)'*
Préface de Jacques Vigne – Editions du Petit Véhicule – Nantes (2022)

'Jacques Vigne, une vie de passeur…entre l'Orient et l'Occident'
Préface de Marc de Smedt – Editions Ovadia (Nice) (2022)

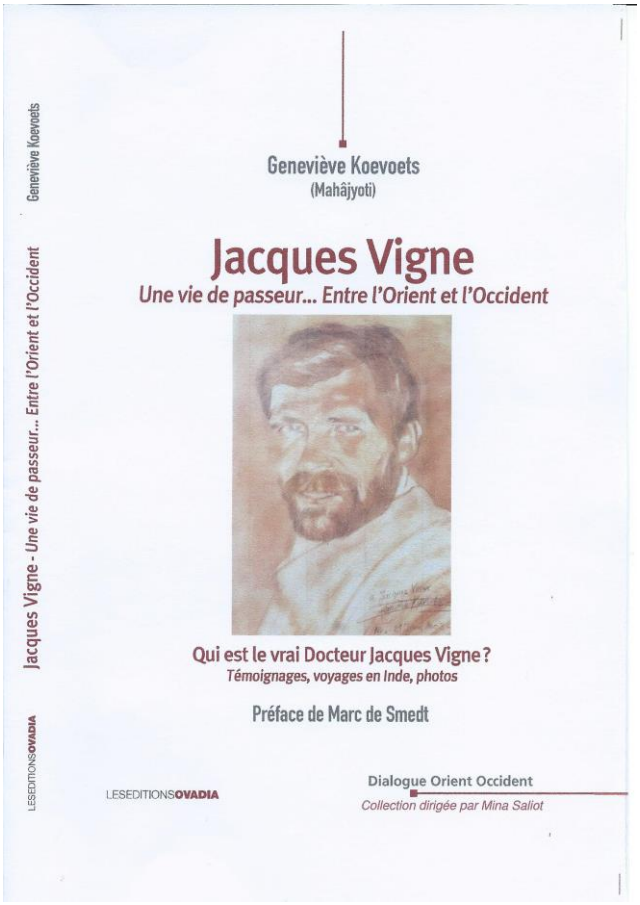


Couverture et Portrait de Vijayânanda 'à la sanguine' par Geneviève (Mahâjyoti) 2003

Ce livre est le 1er, il est sorti en 2011 et fut réédité en 2015
Son titre : '***VOYAGE INTERIEUR aux sources de la joie (Souvenirs de l'Inde)'***
Aux 'Editions du Petit Véhicule' (Nantes) – Préface de Jacques VIGNE Il retrace, avec humour : les épopées en Inde, retraites, stages, dans des poèmes …et premières 'impressions fugaces' sur Mâ Anandamayî, Vijayânanda, et Jacques VIGNE.



Le livre **'*Du Cinéma…à la Spiritualité' (Tous les chemins sont passés… et passeront par Rome)*'**. Les retours des premiers lecteurs sont joyeux : Jacques VIGNE a fait la préface de ce nouveau livre de Geneviève KOEVOETS (Mahâjyoti) en **collaboration avec Gilles ERMIA.** Un livre écrit dans l'**HUMOUR,** qui fait revivre, durant les années 60-70-80 la 'belle époque' du cinéma italien et international… et qui s'épanouit dans la spiritualité consacrée à **Jacques VIGNE**. **On peut le commander par email, par courrier postal, par téléphone, aux : editions.petit.vehicule@gmail.com 150 Bd des Poilus - 44300 NANTES- Tel : 02 40 52 14 94. Le livre est relié 'à la chinoise' (30€ + 6€ de frais de port) - 214 pages - 118 photos couleur et noir et blanc**. *En couverture : Dessin à l'ordinateur de Jean E. LOUIS.*



Portrait de Jacques Vigne à la sanguine par Geneviève (Mahâjyoti) (2003)

Recension/analyse sur ce dernier livre, par la 'plume' de Christine MALLEN pour Association COMTURQUOISE (01-12-22)

Sous une apparence légère et primesautière, Geneviève Koevoets nous amène à la rencontre du Docteur Jacques Vigne, médecin psychiatre formé à Paris, parti en Inde pour étudier puis vivre auprès de son maître Swami Vijayânanda. Jacques Vigne est un spécialiste de la méditation, du Yoga et de l'Inde, auteur et conférencier. Geneviève Koevoets, ancienne actrice, puis journaliste, attachée de presse en Italie, l'a rencontré pour la première fois en 2001, lors d'une retraite spirituelle animée par Jacques Vigne. Ce premier contact est le début d'une amitié spirituelle, faite de respect, d'humour, d'un travail en commun gigantesque et d'un chemin intérieur tout autant faramineux !

C'est aussi pour Geneviève le début d'une vie donnée à Jacques Vigne, puisqu'elle devient son bras droit pour l'organisation, l'administration, la traduction, la mise en pages et mille tâches autour d'un enseignement spirituel au long cours…

Ce livre est à la fois une approche très personnelle de Jacques Vigne qui nous le rend si humain : Jacques solitaire, Jacques juste, Jacques si vif et si déterminé parfois lors des voyages spirituels en Inde ou ailleurs, Jacques drôle…Egalement nous ressentons l'immense Connaissance de Jacques, Celle qui ouvre les portes de l'Eveil…et combien de fois percevons-nous la lumière qui se dégage de lui…

C'est aussi un ouvrage qui met en lumière l'expérience spirituelle de Geneviève au contact de Jacques, un long chemin vers le Soi qu'accomplit Geneviève Koevoets. Se dépouiller de son ego,

accueillir ce qui est, et grandir en soi aux côtés d'un maître comme Jacques Vigne. Sans compter le travail qu'elle accomplit pour soutenir l'œuvre de Jacques Vigne. Ce long périple médite l'admiration.

- :- :- :- :-

Ce livre sur **'*Jacques VIGNE, une vie de passeur… entre l'Orient et l'Occident*',** est sorti. Jacques y est **'vu'** par Geneviève (Mahâjyoti), son assistante bénévole depuis désormais 20 ans… Ce n'est 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 en Inde parmi les souvenirs de Mâ Anandamayî et de Swami Vijayânanda, les 'satsangs' de son enseignement par Zoom, les témoignages, quelques extraits des interviews de Tenzin Palmo, sa bibliographie complète, ses sites et œuvres sociales et des révélations parfois...**Marc De Smedt** qui est l'éditeur de Jacques depuis 30 trente ans, en a écrit la Préface. **Le livre est sorti milieu Novembre aux EDITIONS OVADIA de Nice** (sciences humaines, sociales et techniques, philosophie, littérature, arts, témoignages…et humour aussi). **276 pages, 104 illustrations couleur inédites, 24€ + frais de port).** En voici le lien : http://www.leseditionsovadia.com/collections/824-jacques-vigne.html - Cliquer sur "**commander**" pour accéder à :
https://www.pragmaconcept.com/catalogue-general/721-jacques-vigne-une-vie-de-passeur-entre-lorient-et-loccident.html

- :- :- :-

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

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

- :- :- :-

Un beau livre nouveau également : '**Conversation avec Thérèse de Lisieux'** (à partir des écrits de St Thérèse) de **William NERIA – Aux Editions Nouvelle Cité** –
En librairie le 4 janvier 2023- Collection Spiritualité – 19,50€ - 232 pages.

Le génie de Thérèse de Lisieux est, et sera toujours, de révéler la fraîcheur de l'Évangile, d'en véhiculer la nouveauté inaltérable et de susciter créations et innovations messagères de la confiance en l'Ami universel qu'est Jésus. Ce livre, sous la forme d'un dialogue, s'inscrit dans ce jaillissement thérésien novateur. L'auteur y formule ses questionnements les plus intimes et les éclaire avec le verbe deThérèse.
Pour audacieuse qu'elle soit, cette entreprise littéraire inédite est réussie. Elle supposait une connaissance approfondie de l'œuvre thérésienne et une familiarité avec son message. Les mots de la sainte de Lisieux, extraits de ses manuscrits autobiographiques, lettres, poésies, prières, saynètes et dernières paroles, délivrent des réponses pertinentes aux interrogations existentielles et spirituelles de l'auteur.

Née il y a 150 ans, sainte Thérèse nous livre dans un langage simple et direct les trésors de sa «petite voie». Les remèdes et les secrets dévoilés dans ce dialogue éclaireront tous ceux qui désirent la connaître, s'approcher de Dieu ou guérir intérieurement.

Préface de **William Clapier**, théologien spécialiste de Thérèse de Lisieux.

L'auteur : **William NÉRIA** est écrivain et conférencier ainsi que docteur en philosophie des universités de Paris- Sorbonne et de Laval (Québec).

Contact PRESSE : Aude Cossic

01 69 17 18 10 - promotion@nouvellecite.fr - Facebook : @EditionsNouvelleCiteÉditions
NOUVELLE CITÉ, Domaine d'Arny, 91680 Bruyères-le-Châtel

Un livre d'Isabelle Duffaud
'Passagère de l'invisible'
(Voyage d'une conscience au cœur de l'infini)

*Les lettres **d'Isabelle DUFFAUD** (fondatrice en 2008 de l'Association Les Nouveaux Mondes) sont nées du confinement. Elles sont des moments de pause et de ressourcement et proposent une parole intime, une musique, un film, un livre, une pensée, une maxime...*
Isabelle est chroniqueuse, thérapeute psychocorporelle, peintre et méditante. Elle a elle-même promotionné la lecture du livre : 'Jacques Vigne, une vie de passeur…entre l'Orient et l'Occident' – *Maintenant elle nous parle de son propre ouvrage, véritable 'bijou', un envol de la conscience primordiale au cœur de notre matière lumière, tissée dans l'amour le plus profond. Cette conscience loge en chacun de nous et nous invite à laisser nos intuitions profondes guider nos vies… Laissons-lui la parole :*

Là où tout devient Sens…

Je reprends cette petite lettre du samedi à votre adresse après une interruption due à l'écriture de mon livre qui vient de sortir : "***Passagère de l'invisible - Voyage d'une conscience au cœur de l'Infini***". C'est un récit initiatique et autobiographique. La poursuite d'un questionnement ardent sur la vie, la mort et l'apparence du monde depuis l'enfance, qui a eu un jour sa moisson de réponses et d'apparitions.

https://nouveaux-mondes.fr/rencontre-autour-du-livre-passagere-de-linvisible-disabelle-duffaud-16-decembre-2022/

Quand la conscience reconnait son essence lumineuse, elle ne confond plus l'illusion des apparences du monde. Elle devient passagère de différents plans de l'invisible hors du temps et de l'espace. Elle peut communiquer avec le Vivant en langage symbolique, voir les morts qui sont les vivants d'un ailleurs. Des présences célestes l'accompagnent et la guident sur la Voie lumineuse de l'Etre. La Conscience à l'écoute se laisse enseigner.
Editions Les Nouveaux Mondes.

Voici ce que j'en dirai aujourd'hui et que j'ai envie de partager avec vous:
Je suis née plusieurs fois en cette vie. J'étais déjà née avant ma naissance, c'est-à-dire que je savais que j'étais déjà là.
Je suis née ensuite en 1960 de la chair de mes parents.
Je suis ensuite née à Pâques à 33 ans, ma véritable naissance.
Le petit moi, auquel j'étais très mal identifiée d'ailleurs, éclata en mille morceaux. Il n'y eut plus personne. Alors, la présence que j'avais été de tout temps à l'arrière et que j'étais totalement fondamentalement, prit les devants. Et cette présence embrassait tout l'univers.
Je n'étais plus ce petit moi mais l'immensité de la joie. La totalité du monde. La totalité de la conscience créant ce monde.
Autant vous dire que la perspective s'était renversée. La surprise ne fut pas si simple à avaler.
Mes contours d'un début d'identité ne voulaient pas s'effacer. J'en avais besoin pour fonctionner même si je savais illusoire mon personnage.
C'est tout un paradoxe. Cette boucle de l'infini se mit à circuler en moi au son de l'harmonie

(Extrait de la 'Lettre d'Isabelle N° 118' - Association 'LES NOUVEAUX MONDES')

Un livre de Marie de la Tour
'De Ste Anne à Bénarès'

Préfacé par Jacques Vigne - Extraits :

Nous avons, avec cet ouvrage, un témoignage précieux pour ceux ou celles qui passent par des épreuves psychiques comme la dépression ou la consommation de substances : il y a une lumière au bout du tunnel. Ces difficultés ne signifient pas la fin de la vie, mais, au moins dans les bons cas, un travail d'approfondissement et de maturation pour corriger certaines erreurs commises par manque de compréhension.

Trop souvent, on dépeint le voyage en Inde comme une fuite ou une aggravation de symptômes de souffrances psychiques préexistantes. Au contraire, pour beaucoup, et cela a été le cas pour Marie, il s'agit d'une immense ouverture vers un espace de guérison.

Permettons-nous une brève réflexion méditative sur la photo de couverture : la jeune femme a déjà un regard profond, augmenté en plus d'un troisième œil marqué en rouge : on devine l'énergie de conscience qui donne de la profondeur à sa vision de la vie intérieure. Dans ce sens, cela fait une quarantaine d'années que je m'intéresse au rapport entre psychologie et spiritualité, et une différence entre les deux approches a été joliment exprimée par une formule d'un des pionniers dans ce domaine, le psychologue anglais Guy Claxton : « *En psychologie, on voit les problèmes, mais grâce à l'approche méditative, on voit au travers* ».

Un regain de confiance en elle-même a rendu Marie capable, avec mon approbation, d'arrêter ses médicaments qu'elle prenait depuis des années. Depuis, elle en est débarrassée sans que soient survenus de problèmes particuliers. Elle aura donc bien fait d'écouter sa voix intérieure…

Présentation du livre 'Sur la voie de la Déesse' D'Aurore Gauer – Préface de Jacques Vigne

Dans ce livre, je témoigne des événements qui ont marqué mon chemin vers la Déesse. Dès mon premier voyage en Inde, j'ai reçu la grâce dans le tombeau de la grande sainte Mâ Anandamayî. Chez les Bâuls, troubadours mystiques du Bengale, j'ai vécu l'ouverture du cœur et le lien direct avec le divin à travers la musique, le chant et la danse. En côtoyant les Bâuls de ce pays, j'ai découvert les mystères de l'ascèse tantrique. Au fur et à mesure de mes séjours en Inde (1992-2004) ma vie s'est totalement transformée.

Sans doute étais-je prédestinée à la dévotion envers la Déesse car je me sentais parfaitement à l'aise dans ses lieux de culte. Parce que mon frère était gravement malade, je suis devenue disciple d'un puissant guérisseur spirituel appartenant à une lignée traditionnelle du shaktisme bengali. Dans cette voie tantrique, l'enseignement se transmet directement par l'énergie du guru et par les feux rituels. Les trois niveaux de mon initiation se sont déroulés pendant trois Kumbhâ-Melâ, ces prodigieux rassemblements hindous (à Hardwar, Allahabad et Ujjaïn). L'union avec la Déesse suprême, m'a permis de donner le meilleur de moi-même pour sauver mon frère. Trois ans plus tard, malheureusement, j'ai dû faire face à sa mort.

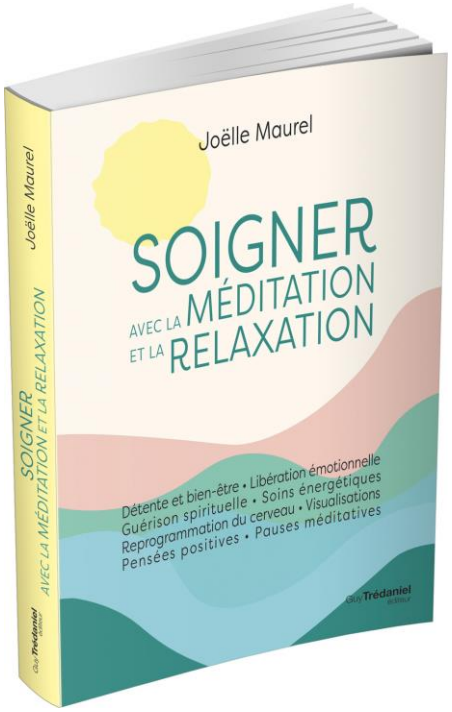
Je révèle telles que je les ai vécues, souvent spontanément, toutes mes expériences spirituelles : les pratiques yoguiques, les rituels magiques, les moments d'éveil et les pouvoirs prodigués par la Déesse. J'ai voulu partager mes émotions restées intactes dans ma mémoire. Mais il a fallu de nombreuses années de recul et d'intégration pour les transformer en véritable connaissance.

Aujourd'hui, partout dans le monde, des cercles de femmes se réunissent au nom de la Déesse ou de la « Terre-Mère », annonçant le retour de ce culte né à l'aube de l'humanité. Cet ouvrage, offrande à la Déesse, ouvrira peut-être une nouvelle ère pour la transmission du Tantra, parfaitement adapté à notre époque de grandes mutations.

Le livre de Joëlle Macrez-Maurel

Dr en Sciences de l'Education, psychothérapeute-analyste jungienne, relaxologue spécialiste des états modifiés de conscience, professeur de yoga et de Qi Gong…Auteure de plusieurs CD et de DVD de relaxations/méditations guidées, qui présente également sa 'grille' de programmes 2023 à travers la France : stages, retraites, rencontres, signatures, dédicaces…

Joëlle Maurel – joelle-macrez-maurel@wanadoo.fr - Tel : 0620112007
http://joelle.maurel.pagesperso-orange.fr/
https://www.youtube.com/channel/UCP1x1XhrLTk4BbLcZUJJnYg



Et pour terminer en beauté : 2 livres en préparation
Avec Jacques Vigne

'La force de l'attention'

Par Alan B.Wallace- Editions Le Relié en février 2023 - Traduit par une équipe dont Jacques Vigne, qui a aussi relu les épreuves et fait la préface. Coordination de Cécile Taric.

La dispersion de l'attention a toujours été le problème du mental humain, mais encore plus maintenant, avec le développement des moyens de communication rapide et l'avalanche de messages en tous genres qui nous arrive. Les nouvelles en particulier sont souvent centrées sur des sujets négatifs, ou encore peu ou pas du tout utiles pour notre vie intérieure. Il est donc essentiel de toujours savoir se défendre contre ses distractions et de se recentrer. Développer une capacité de vraiment s'absorber et de pleine conscience dans la vie quotidienne, est le travail de toute une vie, mais dès le début, des progrès importants peuvent être réalisés, c'est ce qu'explique Alan Wallace. Sur un texte du sage bouddhiste indien Kamalashila du VIIe siècle, qui distingue dix stades dans la méditation d'apaisement, *shamatha*. Alan a traduit de nombreux maîtres tibétains, de retraites, avec sa manière de présenter les choses bien adaptées à la façon de comprendre des occidentaux. Une section très intéressante du livre est celle où il est expliqué comment développer la conscience dans le rêve, c'est-à-dire la capacité de rêve lucide.

Et : 'La méditation contre les douleurs'

En préparation par Jacques Vigne - Editions Le Relié, parution probable octobre 2023.

Jacques, qui a une formation initiale de médecine générale, puis une spécialisation en psychiatrie, revient ici à un thème central de la médecine : comment dépasser la douleur, un thème étendu aussi jusqu'à un certain point à la souffrance psychique. Il introduit sur ce thème son expérience de plus de 45 ans de méditation. La première partie nous expliquera ce en quoi la neurologie de la douleur peut nous aider à comprendre ce que nous faisons quand nous allons au-delà des douleurs en méditation quotidienne, ou quand nous appliquons directement des techniques antidouleur contre un problème particulier. La seconde partie sera une comparaison des méditations traditionnelles avec des méthodes occidentales comme l'hypnose et la sophrologie. Les deux modes d'approches ont beaucoup en commun, mais les secondes ont un objectif limité, alors que les méditations traditionnelles sont à pratiquer à vie, et visent à la libération. La troisième partie donnera les techniques de méditation antidouleur à proprement parler, souvent présentées comme des méditations guidées comportant des visualisations, mais aussi des paroles choisies rythmées par la respiration et les battements du cœur. La dernière partie sera sur ce qu'ont à dire les traditions religieuses concernant le dépassement de la douleur et de la maladie : l'hindouisme, le bouddhisme où nous nous inspirerons d'un grand texte tibétain du XXe siècle, Le goût unique du bonheur et de la souffrance par Djigmé Tenpai Nyima, et aussi le christianisme où nous nous centrerons sur la gestion de la souffrance dans la mystique carmélitaine, avec en particulier Thérèse d'Avila, Thérèse de Lisieux, Jean de la Croix.

Florence Pittolo (Sahaj Neel) contribuera à ce livre, avec son expérience de longue date à la fois de psychothérapeute et de pratiquante du bouddhisme tibétain. Elle nous donnera en particulier les grandes lignes d'un protocole de prise en charge psychologique de la douleur, incluant la méditation, qu'elle a développé récemment.

Florence Pittolo (Sahaj Neel)
'Douleur et méditation'
En collaboration avec Jacques Vigne

Cette collaboration avec Jacques Vigne sera en réponse à certaines questions de son propre ouvrage : '*Livre précieux de la méditation'* sorti en 2022 et sera suivie de "***Les Tao de l'éveil'***, dans 3 mois, Ed. Unicité ..... Des livres, des cahiers, des mots, des ronds et des carrés, des toujours, des beaux et des belles, des buy buy! 😊....). Une session " *Méditation, mouvements et douleurs* " par le Dr Florence Pittolo a eu lieu le 11 février 2023 à Cogolin en avant-première de la sortie du livre.

Dernières Nouvelles

Le vendredi 17 Mars 2023 à Nice, à l'Hôtel-Restaurant « Villa la Tour » (à l'entrée du Vieux Nice) **de 18h à 21h, l'auteur William Néria donnera une conférence** d'une durée d'1h15 environ sur le thème **'L'expérience de la Kundalini'** suivie de '**questions/réponses'** avec les participants qui pourront se retrouver ensuite pour un repas en compagnie du conférencier et des membres dirigeants du CEPPI, repas au prix de 25€ (*à préciser lors de l'inscription préalable obligatoire par mail à l'adresse* : contact@ceppi.fr *et sous réserve de confirmation par retour de mail du* CEPPI). Participation de 10€ sur place à l'entrée de la conférence (Adhérents Ceppi 5€). L'Organisation sera assurée par Michel SARAMITO président du C.E.P.P.I. michel.saramito@gmail.com 06 30 11 26 43 et Stéphane REMACHA vice-président/secrétaire sremacha.sr@gmail.com 06 77 07 07 75. Voir l'annonce sur le site organisateur http://www.ceppi.fr - **Livres à disposition sur place pour ventes et dédicaces.**

Nathalie HERAUT
Formation au Yoga Enfants, Ados, Parents.
Et ses coffrets 'Voyages en Yoga'

Nathalie Héraut lance de nouvelles **dates de 'Formation au Yoga Enfants, Parents-Enfants et Ados**' à partir des 17-18 et 19 avril 2023, avec la possibilité de ne suivre qu'un module, ou les 4 (dates suivantes sur son site).

Ceci pour faire connaitre cette formation à des personnes travaillant avec des enfants, ou voulant approfondir ce sujet (que ce soit avec la petite enfance ou en milieu scolaire), à des thérapeutes, enseignants, ou à des personnes pratiquant le yoga et souhaitant en découvrir des aspects ludiques en même temps que profonds…Cheminer avec son enfant intérieur…

Infos ci-dessous et détaillées sur le site :

Nous sommes toujours en période permanente d'abonnements pour 3 ans, de Mars 2021 à Mars 2024

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

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.

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 !

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 de ce livre sur Mâ Anandamayî)*

Abhaya, la non-peur *(Par Vigyânânand - Jacques Vigne)*

La conscience du corps que l'on EST *(Par Jacqueline Bolsée-Pleyers)*

Texte et image du poète RUMI *(Envoyé par Béatrice Fesselmeyer)*

La Transmission de l'Esprit… *(Traduit et présenté par Jacques Vigne)*

Les Chemins de Yoga *(Extrait de la 'Newslaitue' d'Ephata Quimper)*

Tunnel obscur dans la lumière infinie *(Envoyé par Jacques Vigne)*

Hommage à Christian Bobin (*Récemment disparu…)*

Les fleurs de Bouddha *(Aphorismes choisis par Lwiis Saliba)*

Se mettre à l'écoute de son âme *(Lettre 54 de Jean Pelissier)*

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

Nouvelles et Annonces : *livres…*

Renouvellement du JAY MA pour 3 ans
De Mars 2021 à Mars 2024

Table des Matières