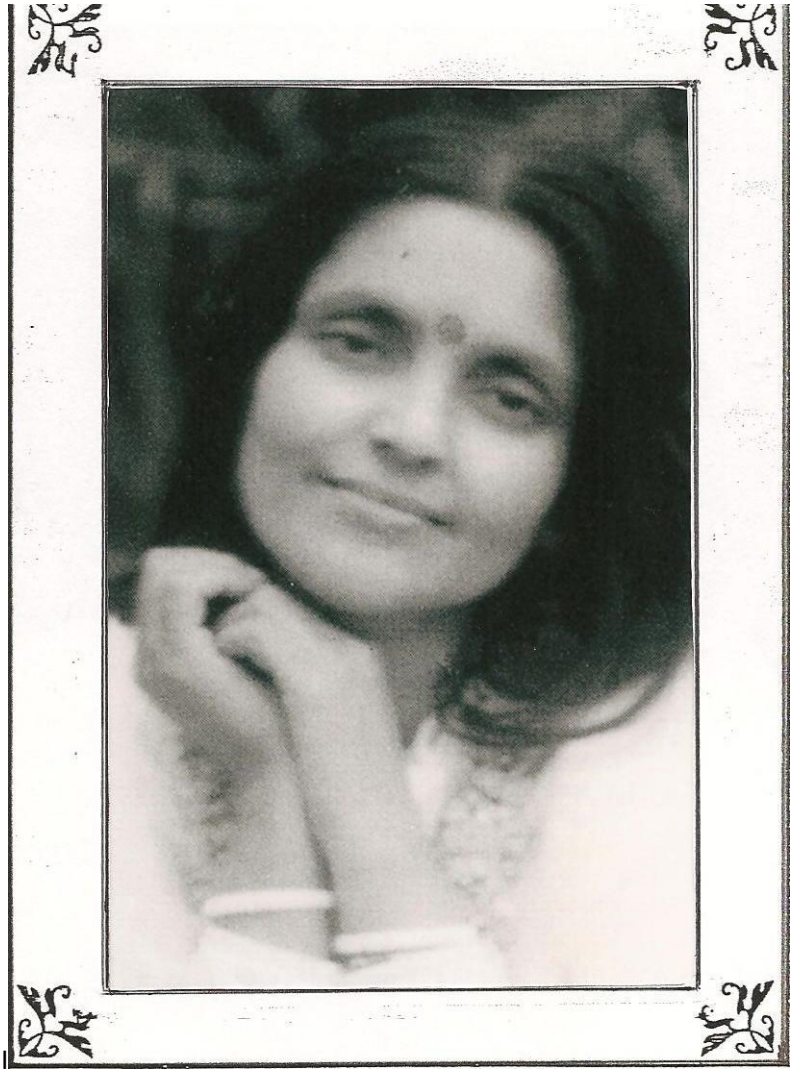


# *Jay Mâ N° 149*

# *Eté 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*

**Avant-propos**

Bhaiji (Jyotish Chandra Roy) reçut les bénédictions de Mā dans une abondante mesure. En privé et sans réserve, Elle lui permit d'être dans Sa proximité ; et profitant de cette occasion en or, il Lui posa diverses questions spirituelles, et nota quotidiennement Ses réponses dans son journal. Ce journal fut le trésor qui inspira des ouvrages tels que *Sad-Vani*, *Mātri Darshan*, *Śrī Charane* et *Dwādash Vānī*.

Dans la préface de la deuxième édition de *Mātri Darshan* en bengali (datée du 6 janvier 1948), le disciple de Mā, Gangacharan Dasgupta, (l'oncle de Bhaiji) écrivit : « Il existe un autre long livre écrit de la main de Bhaiji, dans lequel il a consigné les comptes rendus de nombreux événements de Sa vie tels qu'ils lui ont été relatés par Mā Elle-même, presque exactement dans Ses propres termes. Une grande partie du contenu de ce livre a été brièvement présenté dans son livre, *Mātri-Darshan*. » Ce livre fut traduit plus tard en anglais sous le titre *Mother as Revealed to Me*.

Avant de partir pour le Mont Kailash avec Śrī Śrī Mā et Pitāji, Bhaiji remit le manuscrit du livre entier, écrit en bengali, à Dasgupta en lui demandant de l'éditer tel que cela avait été demandé, et de le faire imprimer dès que possible. Sur le chemin du retour du lac Mānsarovar, Bhaiji mourut à

Almora, le 18 août 1937 (*Jhulan Dwādashī*). Peu de temps après son décès, Dasgupta publia *Mātri Darshan*.

Dasgupta conserva la partie restante du manuscrit, non encore éditée, jusqu'à ce que Gurupriya Devi (Didi) la reprenne après quelque temps. Selon toute probabilité, le manuscrit resta sous la garde de Didi jusqu'en 1955. L'existence de ce manuscrit resta inconnue de la plupart des disciples. En mai 1956, on célébra le 60e anniversaire de Mā à Bénarès (aujourd'hui connu sous le nom de « *Varanasi* ») avec une pompe et une grandeur inégalées. Au milieu des préoccupations des célébrations, Gurupriya Didi, qui était alors malade, remit le manuscrit à Amal Sen pour qu'il le garde en sécurité. Après sa mort, le manuscrit resta chez son épouse pendant quelques années, jusqu'à ce qu'elle le remette à Jitendra Nath Dutta à New Delhi vers 1970. Jitendra Nath Dutta mourut le 23 septembre 1974 en présence de Mā à Vrindavan. Ce manuscrit fut conservé en sécurité dans une bibliothèque de la salle *pūjā* de sa résidence jusqu'à ce qu'il soit découvert vers 1980 par son fils, le coordinateur, qui en informa Swāmī Paramanandaji, secrétaire général de Shree Shree Anandamayee Sangha. Swāmī Paramanandaji enjoignit le coordinateur de continuer à sauvegarder et à préserver le manuscrit. Après que Mā eut quitté Son corps temporel, le coordinateur rappela le manuscrit à Swāmī Paramanandaji, qui lui demanda de le photocopier pour qu'il le consulte. Après l'avoir parcouru, Swāmī Paramanandaji envoya la photocopie au Dr. Gopal Dasgupta avec l'instruction de le publier dès que possible. En 1985, ce manuscrit fut publié en bengali sous le titre de *Māyer Kathā*.

De la lettre qu'écrivit Gurupriya Didi, on apprend que ce manuscrit a été lu à Mā. En l'écoutant, toutes les remarques que Mā faisait, incitée par son *kheyāl* du moment, furent également incorporées dans le texte aux endroits appropriés. Dans sa « Présentation », Gurupriya Didi avait encore écrit : « ... afin de les rendre plus compréhensibles, Kamal (connu plus tard sous le nom de Virajānandaji) et moi, et parfois Jogesh Brahmacharī, les avons lues à Mā ; nous avons fait de notre mieux pour les comprendre autant que possible, et avons écrit les commentaires sur de nouvelles feuilles de papier. De cette façon, nous avons essayé de relater les faits réels au mieux de nos capacités, sur une période de seize années... »

De nombreux dévots, peu familiers avec la langue et l'écriture bengalies, exprimèrent leur regret de ne pas pouvoir lire *Māyer Kathā* et apprendre les premières *līlās* de Mā telles que Bhaiji les avait consignées, et c'est ainsi que ce livre vit le jour.

Nous fûmes bouleversés par la réponse à la première édition anglaise du livre dans le monde entier, ce qui conduisit à la publication d'une édition révisée qui incorpore des incidents supplémentaires rapportés dans le *Svakriya Svarasamrita et Sri Sri Anandamayi*, volume 1 par Gurupriya Didi. En outre, nous avons ajouté quelques notes de bas de page supplémentaires, ainsi qu'une annexe et des photographies, éliminé les erreurs d'impression et apporté quelques corrections mineures.

Pour faciliter la compréhension du lecteur, certains paragraphes furent réarrangés pour assurer une séquence chronologique des événements. On trouvera entre parenthèses des explications aux mots sanskrits et bengalis, et par endroits dans les notes de bas de page, ainsi qu'un glossaire. L'index permet de localiser les pages de référence respectives. Quelques incidents supplémentaires et quelques photos rares furent ajoutés.

Les lieux visités par Śrī Mā Mā sont indiqués sur la carte de l'Inde et du Bangladesh. En outre, on trouvera un plan d'aménagement du Ramna Āshram et du jardin de Shahbag à Dhaka, ainsi qu'une photographie de l'ancien *Nātmandir* où différentes *līlās* divines se manifestèrent chez Mā.

Quelques déclarations significatives concernant la révélation de Mā comme étant l'Être Suprême omni-pénétrant ont été mises en évidence dans le texte, et également énumérées à la fin du livre. On s'est également efforcé de corréler certains incidents sur la base des données compilées par les

Archives sur *Mātri Līlā*. Les lecteurs perspicaces y trouveront de nombreux conseils susceptibles de les aider sur leur voie de *sādhanā*.

*Jai Mā !*

**Le coordinateur**

*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]*

## Les premiers récits

## (Extraits)

Une fois, alors qu'Elle était allongée à côté de mère, ce Corps lui demanda soudain : « Les gens ne cessent de parler du paradis, est-il si facile d'y arriver ? » Mère répondit : « Oui, si l'on ressent un désir intense d'y aller, on peut y parvenir ». Ce corps dit : « Mère, veux-tu s'il te plaît Me montrer le chemin ? » Mère a dit : « Ce n'est que lorsqu'on est vraiment désireux qu'on trouve le chemin. » Puis ce Corps demanda : « Si je le désire vraiment, en serai-je capable ? » Mère répondit : « Bien sûr ! »

Un jour, en entendant le son du *kīrtan* accompagné d'un *khol* (sorte de tambour à deux faces) provenant d'une maison éloignée, ce Corps demanda à Sa mère : « Que peut-on obtenir avec tout cela ? » Elle répondit : « Cela plaît à Dieu. Cependant, Il peut T'entendre même si tu répètes Son nom en silence dans ton mental. Il peut voir ce que personne d'autre ne peut voir ». De telles paroles de sagesse spirituelle étaient souvent énoncées à ce Corps par Sa mère.

Tout son d'une certaine ampleur provenant de l'adoration d'une Déité, de la célébration d'un mariage ou d'autres activités de ce genre, faisait que ce Corps devenait complètement immobile, **car Elle est, après tout, à la fois le son et l'acte d'entendre**. Pendant cette période, même les processus physiques normaux s'arrêtaient pour un certain temps. Parfois, en voyant quelqu'un pleurer ou rire, ce Corps se joignait à lui pour pleurer ou rire ; alors qu'à d'autres moments, Elle semblait complètement indifférente à la joie ou au chagrin de quelqu'un et restait distante, même entourée d'une foule bruyante.

À cette époque, il était de coutume dans les villages du Bengale que les *Vaishnavas* (vichnouites) jouent du *tuni* (sorte de petite cymbale) et du tambourin, et parcourent le village à l'aube en chantant les gloires des Dieux et des Déesses pour inciter les villageois à se réveiller et à prier.

Réveillez-vous, gens de Vrindavan, en chantant la gloire de *Radha* ; en glorifiant *Radha*, l'aube se lève.

En se réveillant, la belle *Radha* regarde la route devant elle,

de quel côté est parti mon *Shamsunder* ?

Réveillez-vous, gens de Vrindavan. Réveillez-vous *Ram,*

*Sita* et *Lakshman,*

*Dasharath, Kushaliya,* réveillez-vous, ainsi que *Bharat*

et *Sathrugan,*

Réveillez-vous gens de Vrindavan.

*Ganesh* se réveille ainsi que *Kartik, Lakshmi* et *Sarasvati,*

à Kailash, *Shankar* se réveille ainsi que *Parvati*.

Réveillez-vous, habitants de Vrindavan.

En de nombreuses occasions, ce Corps apparaissait profondément absorbé dans l'exubérance divine.

⁂

Une fois, alors qu'Elle était assise pour déjeuner avec Sa mère, le jour des rites cérémoniels de purification de la Déesse *Durgā*, ce Corps vit la Déesse ainsi que tous les autres Dieux et Déesses et leurs *bāhans* (porteurs) respectifs s'éloigner d'une maison particulière, presque comme s'ils étaient humains. Les *Avatāras* (Incarnations de Dieu), qui étaient également adorés à cet endroit à ce moment-là, s'éloignaient également en file indienne. Regardant ce Corps, ils Lui dirent : « Nous avons quitté cette maison en raison de l'impureté liée à l'accouchement qui a contaminé les arrangements de la *pūjā*.[1] Ce Corps les regarda intensément. Sa mère, remarquant Son état d'absence, Lui donna une tape sur la joue et dit : « Qu'est-ce que cela ? Où vagabonde Ton mental quand Tu T'assieds pour manger ? ». Ce corps ne répondit pas. Vous voyez, même dans Son enfance, Elle était la même. Parfois, lorsqu'Elle regardait dans une direction particulière, Son regard semblait devenir absolument fixe.

En remarquant les manières tout à fait simples et candides de ce Corps et Ses fréquents moments d'absence, les gens La prenaient parfois pour quelqu'un de borné et manquant d'intelligence. Certains La trouvaient même un peu bizarre et disaient qu'Elle avait peut-être hérité ce trait de caractère de sa grand-mère paternelle. Ils exprimaient même leur inquiétude en disant : « Dieu seul sait ce qui se passera lorsqu'Elle se mariera, à moins qu'Elle ne se défasse de Ses manières particulières ».

Grand-mère était une femme humble et pieuse, d'un âge très avancé. Ce Corps passait beaucoup de temps à rire et à jouer avec elle. Un jour, après ses prières, grand-mère se dirigeait vers la cuisine en récitant un mantra, doucement et à l'intérieur d'elle-même, lorsque ce Corps lui fit remarquer : « Tu ne fais que répéter les mêmes mots encore et encore ». Prise au dépourvu, grand-mère demanda : « Comment sais-Tu ce que je disais ? Il n'est pas normal que de petits enfants prononcent ces mantras ». Un autre jour, ce Corps dit quelque chose qui provoqua un changement spectaculaire dans l'état physique de grand-mère, laquelle se pétrifia. Ce Corps regarda son visage fixement et, au bout d'un moment, grand-mère s'exclama soudain : « J'ai perdu conscience de mon environnement au moment où je T'ai entendu prononcer ces mots ».

Grand-mère avait une amie proche que j'appelais « Chikon Didi » ; c'était une jeune veuve, et donc sans enfant. Elle aimait beaucoup ce Corps et L'emmenait souvent chez elle. Elle faisait cuisiner ce Corps pour elle, et disait alors : « Tout ce que Tu cuisines a le goût de l'ambroisie ». Ainsi, la toute première formation en cuisine de ce Corps — selon la perception du monde — eut lieu chez Chikon Didi.

Le voisin de Chikon Didi à Kheora avait l'habitude de célébrer la *Durgā pūjā* chaque année. Ils avaient une fille qui portait également le nom de « *Nirmalā* ». Cela devint une pratique de routine, pendant les trois jours de la *Durgā pūjā* et d'autres célébrations importantes dans leur maison, que ce Corps séjourne et prenne Ses repas là-bas. À ces moments-là, une magnifique *līlā*[2] se produisait — ce Corps jouant avec Son propre « Soi ». Elle était transformée non seulement en la Déité adorée, mais aussi en oblations, en adorateur et en mantras[3]. Même au moment de la récitation du *Chandī*[4], c'était

[1] Si les rituels de la *pūjā* sont réalisés avec la pureté de la pensée et que les ingrédients offerts respectent les écritures (basées sur des mantras), alors les Dieux/Déesses invoqués entrent dans les images. Les âmes spirituellement évoluées peuvent en faire l'expérience et/ou en être témoins. De même, les impuretés corporelles telles que les menstruations, la naissance d'un enfant ou la maladie ne sont pas propices à la bonne observance des rituels.

[2] Signifie littéralement « jeu », mais aussi avec le sens d'un Jeu divin — comme dans la *līlā* de Dieu etc.

[3] Sons/hymnes mystiques, avec pouvoir sous-jacent.

comme si Elle était Elle-même l'incarnation de l'Écriture. Ce corps savait qu'Elle pouvait réciter tous les mantras avec aisance. Parfois, pendant cette période, Elle lévitait à partir de Son siège, sans que personne ne s'en aperçoive. Dès que quelqu'un pouvait commencer à s'en apercevoir, cet état se retirait de lui-même, et le Corps revenait à son état normal. Cela ne se produisait pas seulement avec cette Déité particulière, mais advenait indépendamment du fait qu'il s'agisse de *Lakshmī-Nārāyan,* de *Shiv-Pārvatī, de Sītā-Rām,* de *Rādhā-Krishna*, de *Mangal Chandī,* de *Shashthī* ou de toute autre Déité qui pouvait être adorée, qu'elle soit chrétienne ou musulmane ou de toute autre voie de culte. Chaque religion a ses propres gestes rituels que ce Corps manifestait spontanément lors d'un état d'absorption intense (*bhāv*) causé par l'extase divine. **Toutes les croyances étaient les mêmes pour Elle. Il était évident que toute forme de culte, d'accomplisse- ment de *vratas* (jeûnes), de *kīrtan* ou de lecture des Écritures remplissaient ce Corps de joie.**

*Un bodhisattva enfant*

# *Marche vers l'Eternité*

*« Recueil de pensées pratiques et spirituelles*
*de la souffrance à la délivrance du cœur. »*

*(Nous entamons ici un chapitre sur un être 'éveillé' un bodhisattva 'enfant' : Bruno Pittolo, le petit frère d'une amie de toujours : Florence Pittolo (alias Sahaj Neel en tant qu'auteure de plusieurs livres que nous avons souvent annoncés dans notre JAY MA). Amie de Jacques Vigne également, avec qui elle a co-écrit certains passages de livres en cours, comme* 'La méditation contre les douleurs' *qui va sortir aux Editions Le Relié …Danseuse sacrée de l'Inde, psychologue…elle a également offert un très beau témoignage sur Jacques Vigne dans le livre de Geneviève Koevoets (Mahâjyoti)* 'Jacques Vigne, une vie de passeur…entre l'Orient et l'Occident'. *Florence nous a confié cet*

[4] *Durgā Saptashati*, un chapitre du *Mārkandeya Purāna* narrant les récits mythologiques de la destruction des démons par *Devī Durgā*. Chez les Bengalis, cette écriture est connue sous le nom de *Chandī*, un nom de *Durgā* sous Son aspect féroce.

*ouvrage où les pensées de son petit frère arrache des bribes de cœur pour les faire tournoyer dans nos âmes…).Je vous laisse seuls juges au travers de ces quelques extraits, en ce florilège, que nous continuerons :*

# Bruno Pittolo

Funambule de la verticalité
Edition posthume, 2022
Préface de Père Daniel Ange

*« Si je puis faire un pas en avant, que ce soit au bénéfice de mes rapports avec les autres humains, ou PAS ! »*
Bruno

Bruno est né le 21 Septembre 1964. Il a entamé sa seconde naissance, et la définitive, le 11 avril 1983. C'est d'autant plus frappant qu'il ne peut marcher, ni quitter son petit fauteuil roulant, ni faire de grands gestes. Il est atteint par ce terrible handicap, diagnostiqué : *la myopathie,* l'atrophie progressive, et inéluctable, des muscles….

## Introduction

### Récit sur la vie de Bruno - Par sa sœur Florence

Bruno est un être dont bon nombre se rappelle, il a entrainé un changement dans leur vie, soit de perception, soit plus drastique, mais toujours pour le meilleur afin d'aider à l'entrée dans notre réel « royaume », celui de l'Amour. Il fut très proche de Père Daniel Ange, à l'époque 'Frère Daniel Ange', ermite dans nos montagnes, qui a fait la préface de ce livre. Auteur incommensurable en fertilité et transmetteur de foi, il rédige en ce moment un ouvrage sur Bruno.

Bruno, c'est cette part de nous qui sait, qui plus que croit, sait. Qui a aussi décidé d'avancer avec ces vérités de l'Amour. Elles ne sont pas données, elles sont à dé-couvrir, en ôtant les vieux oripeaux qui recouvriraient un trésor. Bruno, s'est fondu avec

l'immensité aimante le 11 avril 1983, ainsi son souvenir nous ouvre à ressentir qu'il est chacun de nous dans l'allégresse et un immense courage.

Par ses poèmes il peut nous accompagner surtout quand nous sommes dans l'accueil de ce que le « réel » semble nous demander de traverser, aussi dur cela soit-il.

Bruno est mon frère. Il est aussi le frère de l'humanité. Avant de quitter son corps physique vers l'âge de 18 ans, dans un élan d'une grande humilité inondée d'amour pour les humains, il a demandé à mes 16 ans, de publier ses poèmes ainsi que l'ensemble de ses textes et illustrations.

*Combien de fois me fit-il penser à Saint François d'Assise, déposé sur son fauteuil roulant, les oiseaux sur ses épaules et une clarté irradiant si justement que tout l'environnement intérieur et extérieur s'apaisait et se diluait dans une transformation agissante. Pour sûr, nous élevant !*

Pour continuer avec quelques mots sur son écriture, je me dois de rappeler qu'il a énormément travaillé à des époques où la position assise - forcée aussi par la maladie - devenait également celle qui révèlerait son talent d'écrivain.

Pour Bruno, imaginons un enfant pour qui il s'agissait de vivre, avec pour passagères de ce navire, les frustrations, telles que celles de ne pouvoir suivre les autres enfants qui s'en allaient jouer dans la rue par exemple. Sans être didactique, Bruno décrit si bien comment arriver à enjamber ce qui encombre et alourdit nos pensées, comment s'en servir même comme piste d'envol … à condition de les offrir à la lumière.

Les poèmes et les histoires qu'il vous tend sont remplis d'analogies joyeuses, de citations et d'images ciselées dans l'inattendu. Tout est orienté pour ouvrir notre cœur en toute simplicité, humilité et profondeur. Grâce à sa vie de bonté et comme je l'indique par le titre « Marche vers l'éternité », il a tant avancé que son dernier saut le propulsa vers l'infini des cieux : ce que l'humain nomme Dieu !

Quels défis pour elle ! Maman avait juste 20 ans quand elle apprit que son premier enfant de 1 an allait rencontrer toutes ces difficultés, quel courage d'avoir rassemblé tout son amour et pris tant de risques. En effet, nous n'avions presque pas de revenus mais elle choisit de ne pas placer son enfant dans un centre qui serait le seul dans le sud, à plus de 500 km. Elle décida de le soigner à la maison, de développer des voies moins invasives, intrusives et expérimentales (là en était la recherche médicale à cette époque !). Elle fut remarquable de courage et d'ouverture … et eut tellement raison… Bruno devint l'enfant qui vécut le plus longtemps avec cette maladie et surtout avec le moins de douleur, ou encore tout l'amour possible dans le partage de ce quotidien. La brise d'une spiritualité aux caractères magiques devait souffler…

Le terreau favorable à cette croissance spirituelle permit grandement à ce que Bruno devienne ce Maître guidant vers la bonté, ou ce guide qui par sa maîtrise des défis intérieurs resplendit de bonté. Si je m'adresse à un enfant comme potentiel lecteur de ce

texte, je dirais que vivre au village et dans ce foyer peu commun, permit à Bruno de ressembler un peu à Harry Potter et à … Jésus. Oui, rien que ça !

Je suis sa sœur.

J'avais 11 mois de moins que lui. J'avais 17 ans lorsqu'il est parti, mais surtout il avait 11 mois lorsque je suis née et il adorait marcher jusqu'à mon berceau pour me regarder et tremper ses doigts dans mes yeux, racontait maman. Déjà, il s'essayait à me les ouvrir !

Sans que je me l'avoue il fut mon premier maître en philosophie appliquée. Je me souviens de ses conseils puis surtout de ce qui émanait de lui, tout était cohérent et vécu ! Tout était doux et ouaté. Cette impression d'air cotonneux, à la fois suave, dense et offrant le silence comme base existentielle, je l'ai eue à nouveau bien plus tard lorsque le vénérable Thich Nath Hanh arriva dans la salle où nous l'attendions avec quelques personnes. Ce grand maitre bouddhiste vietnamien développe si bien les situations de la vie, qu'il crée directement les conditions d'élévation intérieure. Même s'ils ne se sont jamais rencontrés, je tiens à souligner cette similitude de regard notamment dans l'énoncé que le courage se cultive, il est le fruit de véritables choix engageants. Thich Nath Han avait accepté de réconforter et de porter son enseignement à des personnes qui avaient participé à la guerre contre son peuple, des soldats américains déprimés et malades après cette ignominie.

Pour moi, devenue adulte, me voici également en train de suivre les pas de mon frère … Lorsqu'on aime où se trouve la différence ? Déjà dans ma profession de psychologue, puis en enseignant aussi la méditation. Nos vies témoignent de ces engagements, voies, ascèses et réflexions permettant de se déplacer « hors du champ de l'ego, toujours affamé de compliments ou d'histoires dans lesquelles il se propose comme personnage principal ». Bruno pointait du doigt l'étoile, sans jamais demander à ce que l'on regarde celui qui montrait le chemin. Il représente ainsi ce défi présent en chacun et à réitérer jour après jour. Il invite à ne jamais lâcher, même lorsque l'extrême semble s'emparer de l'organisme corps-esprit. Le pardon est un des thèmes fondateurs : regarde si tu as laissé une personne dans la mémoire de ta journée à laquelle tu peux pardonner ses faiblesses, en frère ou en sœur … de faiblesse.

Bruno vécut maints rejets parfois violents car venant de personnes réagissant « égoïstement » devant un handicapé, ou bien encore par les tromperies de certains services médicaux-sociaux (leurs incompétences parfois). Nous faisions régulièrement, avec Maman, beau-père et père, face au sentiment d'être comme jetés sur un ilot nommé « souffrance » sur lequel peu nous accompagnaient et surtout peu nous comprenaient.

Rien n'empêchait Bruno d'avancer, ni son fauteuil roulant, ni ce lit qui recueillait ce corps, ni les jugements ! Le corps connut la fatigue, mais jamais l'esprit ne s'y identifiait vraiment. L'esprit en nous est le tremplin vers les hauteurs qui nous sont déjà destinées.

Voici, lectrice et lecteur une introduction que je poursuis ci-dessous pour ceux qui désirent connaître aussi davantage de détails sur, justement, sa vie. J'espère qu'elle vous donnera l'accès à cette puissante expérience de vie, elle se veut universelle et par là d'une force transformative incommensurable. Comme le nouveau-né qu'est le Christ à Noël, qu'est aussi Bala Krishna dans le Panthéon indien, nous nous devons de réanimer ce qui est naissant en nous, ce qui émerge vierge et frais avec les yeux grands ouverts et la capacité, dénuée de mental ratiocinant, d'accueillir le nouveau que la nature envoie, l'étrange que le miracle de l'amour pose devant notre porte. Sans cela, serions-nous de véritables êtres humains ? Car '*Humanitas*' souligne bien ses spécificités, je vous laisse les chercher. *(A suivre…)*

*« Au lieu de se battre*
*Pour soi, contre les autres,*
*Se battre contre soi,*
*Pour les autres. »*

*De* ***B. P. (Bruno Pittolo)***
*ou bien d'Auteur anonyme*

# *Là où je t'emmènerai*

*Conte de Printemps (d'Izou – Mars 2013)*

Avec les bénédictions de Chandandidi, nièce de SRI SRI MA et de Swami Nirvanananda, président de la
Sangha (les Ashrams de SRI SRI MA)
« Sans l'intervention de la Grâce Divine, l'homme ne peut jamais pratiquer d'ascèse »
SRI SRI MA ANANDA MAYI
« O ma Bien Aimée, ne révèle à personne ce secret,
C'est parce que tu m'es chère que je te l'ai révélé, le GURU est DIEU »
Guru Gita

LA OÙ JE T'EMMENERAI
Là où l'horizon est tellement plus clair...
Là où le bonheur n'est plus un mystère...
C'est là que je t'emmènerai, sur la route, et si le soleil le savait, il viendrait...
Là où je t'emmènerai, aucun doute, il s'inviterait pour nous éclairer...
Et tout au long de ta vie, que s'écartent les nuages
**Je serai là à chaque fois que tu auras besoin de moi, regarde là-bas...**
C'est là que je t'emmènerai, sur la route, et le soleil s'il le savait, il viendrait...
Là où je t'emmènerai, aucun doute, il s'inviterait pour nous réchauffer, nous accompagner...
**Là où je t'emmènerai, aucune peur ni aucun doute...**

Le monde est toujours en été, pas de douleur, et pas de déroute
**C'est là que je t'emmènerai, sur ma route, pour te réchauffer et te protéger, sans t'étouffer, JE T'EMMENERAI...**

*(Extraits d'une chanson de Florent Pagny)*

*Ces paroles sont des mots que BABAJI voulait dire à chacun d'entre nous...*
*Avec grand respect*
*Izou*
*Avec MA avec LUI avec EUX*
*Vers MA vers LUI vers EUX*
*En MA en LUI en EUX*
*JAY MA*

# *Paroles envoyées en souvenir de Vijayânanda*

## *Par Caroline ABITBOL*

***L'intérieur se reflète dans le monde extérieur. L'univers est l'image de Celui qui toujours veille. Ne vous laissez pas égarer par les fallacieuses attractions du monde. Cherchez Celui qui, de l'intérieur, dirige tout. Shree Ma Ananda Mayee***

***Un sage parfait peut prendre n'importe quelle forme subtile ou grossière, visible ou invisible. Il vit au niveau de la conscience cosmique et toutes les formes sont les siennes. Swami Vijayânanda***

Paroles recueillies et envoyées pour l'anniversaire du jour où Swami Vijayânanda '*quitta son corps'*, le Lundi de Pâques 5 Avril 2010, à Kankhal (Inde), souvenir célébré devant son Samadhi, entre 13h20 et 13h40, heure française, le 5 Avril dernier, au Cimetière du Père Lachaise, à Paris.

**JAY MA Swamiji…**

# *Pratiquer pour être libre de la pratique…*

## *Par Jacqueline Bolsée-Pleyers*

*« Que signifie 'entrer dans sa propre nature ?' C'est ce que c'est. C'est pénétrer, imprégner chaque chose, chaque forme, chaque passage. C'est ce qui est resplendissant. Et là, les mots, les discours, n'ont aucun effet. L'ultime réalité, dans sa véritable signification, est sans forme. Cela peut-il être exprimé en un quelconque langage ? En fait, il n'y a que Lui. » (Mâ Anandamayî.)*

Une substance pour faire ceci ou cela n'est jamais qu'une substance pour faire ceci ou cela. Elle ne se soucie guère du sens de l'existence, ne sort pas de l'anonymat sans raison. Oh ! Observons cette matière illuminée au pied de l'autel, ce n'est pas la cire qui a fait ce **Cierge** mais l'**Eveil** de son potentiel à être **Lui-même** par sa propre **Flamme**. Il ne peut y avoir identité que par **Celle-ci**. Son éblouissante **Clarté** le crée… le nomme : « **Je suis celui qui suis.** » Il en est de même pour l'homme. De la chair pour faire de la chair n'est jamais que de la chair pour faire de la chair… Nous avons nommé *samsara* ce cycle de vie dans le monde, série continue de naissances et de morts… La **Vérité** de l'humanité doit être libérée de cet étonnement animal, pour ne pas dire souffrance animal, par la **Réalisation du Soi**.

*« Il est du devoir de l'homme de se réaliser*, *de réaliser son Soi,* insiste Mâ Anandamayî, *seul l'homme peut réaliser Dieu. Il doit chercher à connaître la Vérité. Chacun doit chercher la voie qui lui convient. »*

Certaines ritournelles de 'pratique-de-rites-pour-la-pratique-de-rites,' rabâchage d'un autre âge, ne rime à rien sans la libération de la **Lumière** située en l'être. Ce manège qui se veut spirituel mais qui ne le peut, s'éteint de lui-même au rythme d'une rime qui n'atteint jamais le **Bout** du **Chemin**.

*« La lumière est mon expression*, affirme Janaka*, *je n'en suis pas séparé. Quand l'univers voit le jour, c'est moi-même qui resplendis. Oh ! Qui peut établir un parallèle entre le sage qui connaît le Soi, s'amusant à jouer le jeu des expériences et l'être peu développé qui porte le fardeau du monde comme le ferait une bête de somme ? »*

Notre philosophe de quelques printemps rayonne dans l'**Immensité Cosmique**, il ne peut détacher son regard de la **Beauté** du vol d'un oiseau. Seul obstacle à l'extase, seul écran qui sépare, l'immaturité des adultes, leur verbiage incessant. Exaspéré l'enfant s'écrie : « *Mais taisez-vous donc, je ne vois pas… c'est trop **Beau** !* »

Cet enfant percevait, nous l'avons dit, la **Vie** dans 'les tits crous du ciel' (les étoiles), ne s'étonnait pas des **Dons surnaturels** de son père capable de changer la teinte du pré : « *Ah ! C'est papa qui n'a peinté tout ça,* » (la neige). Aujourd'hui il vit la **Révélation** du **Soi** dans le **Soi**. L'**Absolu**, pour lui, ne peut être perçu dans le dualisme par le seul sens de la vue. Point de *: 'Je suis ici, l'oiseau est là-bas, je le vois*.' Non. Cet enfant est Un avec la **Splendeur** qu'il perçoit jusqu'à être l'**Etre** qui **la** fait être. Il saisit la création non seulement par tous les pores mais aussi par l'au-delà du corps… l'**Infini** en lui.

*« La réalisation du **Soi** aura-t-elle lieu ? Elle est là, présente,* appuie Mâ Anandamayî, *il ne reste plus qu'à détruire le voile. Quel est le sens de la destruction ? Tout ce qui doit être détruit finit par être détruit. Que reste-t-il après que le voile a été détruit dans Sa lumière qui est toujours présente ? C'est la révélation du Soi dans le Soi. »*

Laissons ce voile de l'ignorance, vers l'infini du **Un** étirons-nous, avisons la grand-voile de la Connaissance. Avec foi voguons au large, voie de la **Vie** qui transcende l'errance, nous avons nommé l'au-delà de l'enclos humain. Allons oisillons de nos propres moyens : volons.

L'âme transparente déploie des ailes immenses. En cet état point de *karma*. Vive et libre comme la Joie, elle s'élance, franchit le mur du Son du Silence, choisit ses notes et chante… Aum… Aum… Aum… Elle n'est plus ici ou là mais à la fois **Ici** et **Là**. L'absolu en son sein l'englobe !

*« Comment pouvez-vous,* insiste Mâ Anandamayî, *imposer une limitation à l'Infini en déclarant : 'Ceci est la seule vraie voie' ? »*

Jacqueline Bolsée Pleyers.

*Janaka : l'enseignant qui intervient dans *l'Ashtavakra Gita*, l'un d'une série de chants védiques médiévaux, 7ième ou 8ième siècle, célèbre pour son manque d'identification au corps, *videha*.

## *Qu'est-ce qu'un Mystique?*

Un Mystique peut être considéré comme une personne en recherche. Frappé par la nostalgie d'un ailleurs, il ne peut, pour des raisons gisant dans les profondeurs de son âme, se satisfaire pleinement des apparences de l'existence quotidienne. Il va s'appliquer à percer le mystère de l'existence : la vie et la mort, la matière et l'esprit, le bien et le mal, le visible et l'invisible, le dedans et le dehors.
Ce n'est pas qu'il mette en doute tout ce qui fait sa vie de tous les jours, mais il sent intuitivement que derrière l'objectivité du monde il y a autre chose qui agit en secret, un moteur invisible et puissant qui fait tourner la roue de la vie. Il sent que la réalité qu'il est censé vivre ne semble être qu'une infime partie, une facette particulière et souvent dérisoire, d'une dimension plus vaste qui échappe encore à notre entendement. Alors il cherche.
Cherchant ainsi il va parfois trouver et mettre à jour des chemins de traverse, dissimulés au regard de celui qui ne cherche pas : sentiers arides, jonchés de ronces souvent, qui vont l'amener peu à peu à expérimenter des situations nouvelles, imprévues et insoupçonnées.
Ce faisant il est confronté à des aspects de lui-même et de l'existence qui vont le contraindre à reconsidérer fondamentalement ce qui faisait jusqu'ici partie de la réalité des choses.
Ayant ainsi mis un pied de l'autre côté, et donc soulevé un coin du voile du Mystère qui l'appelle, il n'en reviendra plus jamais vraiment, irrépressiblement interpellé par ce qu'il y aperçoit : les irréfutables correspondances et sympathies entre l'univers et son intériorité.
**Stephan Schillinger** (*Tiré de 'Articles' dans la Lettre du 02-02-23 de l'Association Les Nouveaux Mondes*)

## *Satsang avec Swami Vijayânanda*

*Recueilli et transcrit par Marie-Laure Monin*

Ashram de Mâ Anandamayî à Khankhal (Inde) - (Janvier 2009)

-*Question : Comment trouver le Soi ?*
**Réponse de Vijayânanda** : Il est en vous. Il suffit juste d'enlever ce qui vous le cache. Pour cela il vous faut l'aide du Guru ou d'un homme sage. Par la méditation ou le *Bakti Yoga.* Sinon par le Guru intérieur mais il faut alors une grande maturité spirituelle. Le guru arrive quand on est prêt. Il vous donne un mantra pour les moments difficiles mais le travail doit être fait par vous-mêmes.

-*Question* : *Que faire contre la solitude ?*
R : On n'est jamais seul. Il y a tous les autres et même les animaux !

-*Réponses à quelques questions restées inaudibles :*

-L'ego cherche le bonheur, la puissance. C'est OK mais il faut lui dire qu'il se trompe de voie.

-Le *karma Yoga* : C'est très difficile. Il faut sentir qu'on a envie d'agir mais ne pas attendre les fruits de l'action. Ça commence par l'action désintéressée ou le *séva*.

-La progression de la vie spirituelle n'est pas linéaire. Il y a des hauts et des bas. On monte de plus en plus haut mais on ne redescend pas aussi bas.

-Quand le Soi est réalisé il n'y a plus de peur.

-*Question* : *Comment reconnaître un bon guru ?*
R : Ni argent, ni sexe !

-*Question* : *Quelle est la meilleure posture de méditation ?*

R : La posture allongée mais le risque est grand de s'endormir ! Le plus difficile est de rester en permanence dans l'état de méditation

-*Quelques réponses de Vijayânanda suite à des questions à peine audibles :*

-Il faut pratiquer les postures de yoga le plus longtemps possible dans la vie.

-Le guru doit être réalisé, sinon c'est un enseignant.

-Il y a beaucoup d'êtres réalisés en Inde car le terrain y est favorable : il y a une longue tradition vieille de 6000 ans. Mâ Anandamayî est venue sur terre par une forte aspiration des fidèles.

-Au moment de la mort, il y a réincarnation en fonction du karma et des aspirations les plus fortes.

-Pour la spiritualité, il faut avoir les pieds sur la terre et la tête dans le ciel. Ne pas dire que le monde est Maya (illusion) ! Se tenir au courant de ce qui se passe.

-Les émotions viennent de l'extérieur, du corps subtil au mental. Il faut les arrêter avant qu'elles ne prennent forme… Et surtout : BE GOOD AND DO GOOD !

# *Les Fleurs de Bouddha (titre provisoire)*

*Passages d'un livre en cours de préparation par* ***Lwiis SALIBA***
*(Suite du JAY MA N° 148)*

*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.*

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

32-Par l'intermédiaire de nos sens le monde apparait. Par l'intermédiaire de nos réactions nous créons l'illusion. Sans réactions nous percevons le monde clairement.

33-Ce ne sont pas nos préférences qui créent des problèmes, mais notre attachement à ces préférences.

34-Plus nous donnons notre énergie généreusement, plus elle nous est rendue.

35-La santé est le plus grand bienfait, le contentement est la plus grande richesse, la fidélité est le meilleur rapport à autrui.

36-L'ennui, c'est que vous pensez que vous avez le temps…

37-La vigilance s'accompagne de bienfaits, la négligence d'ennuis.

38-Evite, quand c'est possible, la compagnie des personnes qui vivent dans l'illusion. Quand ce n'est pas possible garde tes pensées pour toi.

39-Si tu as une position de responsabilité, sois généreux envers la communauté, honorable en action, sincère en parole, et ne te soucie pas du reste.

42-Apprends à répondre au lieu de réagir.

46-Nous n'avons pas besoin de plus de 'savoir' mais de plus de 'sagesse'. La sagesse naît de notre propre attention.

49-Ne pas obtenir ce que tu désires et obtenir ce que tu désires peuvent être tout aussi décevants.

50-Lorsque les souhaits sont peu nombreux, le cœur est heureux. Lorsque l'avidité cesse, la paix est présente.

53-De même qu'en gardant sa droite au volant, on a la liberté d'aller où on veut, en acceptant la loi naturelle du changement perpétuel on suit l'itinéraire de la liberté.

58-Ne t'entête pas à rechercher la vérité, cesse simplement de t'accrocher à tes opinions.

64-Apprend à lâcher prise. C'est la clé du bonheur. *(A suivre…)*

*« Créons un monde où la **Paix** se construit avec la **Justice**,*
*et où la Justice est guidée par l'**Amour** ! »*

Chère Madame, Cher Monsieur, Chers Amis,

Face à la situation, très affligeante, où se trouvent, actuellement, les peuple de l'Ukraine, de la Turquie et de la Syrie, et même beaucoup d'autres peuples dans le monde, comme celui, notamment, de l'Iran, je me permets de vous transmettre, ci-dessous, une courte prière extraite des Écrits Sacrés de la Foi Bahá'ie *.
Je vous suggère – si cela vous convient – de la réciter en pensant à ces peuples meurtris…
Avec remerciements et chaleureuses salutations,
*Rochan MAVADDAT (Centre Foi Baha'ie de Nice)*

*« Ô Seigneur Bienveillant ! Dissipe la détresse des malheureux.*
*Ô pure Providence ! Montre Ta miséricorde à ces enfants orphelins.*
*Ô Dieu qui suffit à tout ! Mets fin à ce déluge tumultueux.*
*Ô Créateur des mondes ! Éteins ce feu qui fait rage.*
*Ô Grand Secours ! Viens au secours des orphelins.*
*Ô Juge suprême ! Console les mères amèrement affligées.*
*Ô Seigneur compatissant et miséricordieux !*
*Aie pitié des yeux qui pleurent et du cœur meurtri des pères.*
*Apaise cette tempête et change cette guerre, qui embrase le monde, en paix et en réconciliation.*
*Tu es Celui qui voit et qui entend tout ! »*

# *Un zest de Tao*

## *De Jean Pélissier - Lettre N°48*

La saison estivale favorise l'échappement du Yang. Les enseignements du Tao nous incitent à une certaine retenue. La Voie du milieu est le grand secret de la longévité.

Les rayons de la roue
convergent au moyeu.
Ils convergent vers le Vide.

Et c'est grâce à lui
que le char avance.

Un vase est fait d'argile,
mais c'est son vide
qui le rend propre à sa tâche.

Une demeure est faite de murs
percés de portes
et de fenêtres,
mais c'est leur vide
qui la rend habitable.

Ainsi,
l'homme construit des objets,
mais c'est le vide
qui leur donne sens.

C'est ce qui manque
qui donne
la raison d'être.

Tao Te King, Lao Tseu

*Phrases des Yoga Sutra de Patanjali*

**Yoga citta vritti nirodhha :**
**Le yoga est l'arrêt de l'activité automatique du mental. (I.2)**

**Tada drashtuh svarupe avasthanam :**
**Alors survient l'installation dans l'essence de l'observateur. (I.3)**

# *Retrouvailles !*

# *La voix de Mâ*

*(Que c'est bon de fouiller dans son ordinateur et d'y retrouver des petits trésors de lumière ! Comme cette lettre de moi, Mahâjyoti, à mon amie ANNE (Hérault) en 2006… Je recommencerai à fouiller, c'est une bonne idée…jugez plutôt) :*

Nice – Dimanche 3 Août 2006

**Communion en musique !**

Chère Anne,

Quel bonheur ! Ce fut vraiment une communion que d'associer mes lectures de Mâ, de Nisargadatta Maharaj et de Ramana Maharshi à l'écoute des vieux CD et de la musique de Mâ, ou dédiée à Mâ… Je me suis trouvée littéralement transportée…J'étais là-bas, à Kankhal, en Inde…près du Samadhi. La petite cassette chantée par la nièce de Mâ Anandamayî est si évocatrice de la pûjâ, y compris les clochettes qui ne m'ont pas dérangée du tout, au contraire, parce que cela reproduit fidèlement le 'son' que l'on entend là-bas…on est en pleines vibrations, c'est très fort ! Un CD que j'ai de la voix de Mâ est aussi très bouleversant et évocateur.

J'aime aussi beaucoup les chants, surtout ceux avec les voix d'hommes, qui résonnent toujours plus profondément en moi.

Les 'mantras' permettent un fond sonore d'une richesse incroyable, qui arrive à s'incorporer dans le travail (ou le contraire), l'un activant l'autre sans pour autant interférer. C'est un '*mariage intérieur*'.

Jusqu'alors j'avais des musiques indiennes à 'écouter' consciencieusement, alors que là, j'ai trouvé un accompagnement qui se place dans l'INCONSCIENT, que l'on soit à l'écoute ou pas…C'est un 'état d'être' qui se produit en moi et dans la maison, une sorte d'onde bénéfique et harmonieuse qui se propage.

C'est la magie de Mâ qui pénètre à l'intérieur et qui ouvre quelque chose d'impalpable qui résonne en nous profondément.

Voilà mon ressenti, mon senti, et mes remerciements à toi pour m'avoir procuré ce bonheur ! Merci Anne… Geneviève (Mahâjyoti)

# *Sagesse*

*« Ce dont vous avez besoin se présentera à vous, si vous ne désirez pas ce dont vous n'avez pas besoin »*

Nisargadatta Maharaj

## *Marc de Smedt*
## *Sur FR2 - Dans 'Sagesses Bouddhistes'*
## *Sur le thème de* ***l'Attention***

Dans le décor évocateur du bouddhisme, rouge et or, Marc de Smedt a donné à Aurélie Godefroy qui l'interviewait le dimanche 19 Mars dernier, une version sur l'ATTENTION des plus passionnantes, pour l'émission '*Sagesses Bouddhistes'* à 8h30, à la Télé sur FR2.

Jacques Vigne déjà nous en parle souvent, à propos du livre d'Alan B. Wallace '*La force de l'attention'* dont il a fait la préface, publié aux Ed. Le Relié.

On ne soupçonne pas à quel point ce sujet est fascinant **: l'attention – la concentration…** Marc de Smedt, journaliste, écrivain, éditeur bien connu (Albin Michel 'Spiritualités Vivantes', Le Relié, Nouvelles Clés…) nous explique que notre attention est parfois pervertie, elle n'est pas la vraie vie. On parle de pollution physique, mais pas assez de pollution psychique, à cause du trop-plein d'informations ! Il cite la Bhagavad Gîtâ qui disait déjà, tout comme le disait Vijayânanda, que '*L'inattention est pire que la mort*'…

Etre attentif et être attentionné ? Quelle est la différence… ? Quand on est seulement attentionné on ne prend pas le temps d'être attentif. Note attention est sélective, sensorielle et exécutive, basée à la fois sur l'hyper-focalisation (trop concentrée), sur la dispersion (on fait semblant d'être

attentif mais en réalité on écoute autre chose), et elle est organisationnelle (une tâche après l'autre).

La conscience de la respiration fait revenir au moment présent. Le travail sur la respiration permet le travail sur la conscience (dépollution intérieure). Il y a quatre personnalités à distinguer dans le Zen, du sombre obscur à la brillance.

S'en référant au maître japonais Taïsen Deshimaru, il rappelle que ce dernier disait que bien ranger nos chaussures en entrant au Dojo, équivalait à bien ranger notre esprit…Notre univers personnel reflète notre esprit (ordre et désordre)…et Marc de Smedt aime à rappeler aussi cette métaphore orientale du verre d'eau boueuse…la boue va se déposer au fond et la pureté de l'eau remonte à la surface, elle apparaît, tout comme nait et apparaît au sortir de la boue : la fleur de Lotus.

Trois livres ont été cités en fin d'émission : *La force de l'attention* d'Alan B. Wallace, préfacé par Jacques Vigne, aux Editions Le Relié – *Les racines de la méditation* de Marc de Smedt, préfacé par Christophe André, chez Albin Michel – Et *Eloge du silence* de Marc de Smedt, Ed. Albin Michel.

# *Le chant de la Kundalini*

## *Par William Néria*

*William Néria est Docteur en Philosophie, écrivain et conférencier. Il s'interroge sur la constitution de ce qu'est la métaphysique au travers d'un cheminement intérieur. Il questionne les philosophies occidentales et indiennes, ainsi que les mystiques religieuses. (Suite de notre JAY MA N° 143- Hiver 2021-22). Il nous envoie son manuscrit (qu'il surnomme 'son Tapuscrit').Voici son introduction et extrait de l'Avant-Propos de François Genet :*

Ce chant, rencontre impromptue entre *Swami Vijayânanda*, vieil ascète et médecin français, disciple de *Mâ Ananda Moyî* et Louis de Florac, jeune philosophe habité par la Kundalini depuis l'enfance, entonnera questions et arguments pour, peut-être, révéler celle, qui éternelle, d'âge en âge, toujours se scelle…
La Kundalini, secret des *rishis*, nimbée d'un grand mystère, connue autant que méconnue, demeure une énigme. Insaisissable, hymnes et traités peinent à la décrire, la dépeignant comme un objet, une faculté, une plante ou une divinité. Principielle, la pensée indienne l'adoube comme source de toutes vies, de toutes grâces, de toutes vérités et de toute salvation.
Ce dialogue philosophique dévoile les attributions de la Kundalini, approchant son essence cachée. Frayant, à travers ses antiques définitions sanskrites, une saillie vers ce joyau irrévélé.
**William Néria, *Le chant de la Kundalini. Métaphysique*, Paris, Harmattan, 2021, 192p. (19 euros)**

**Voici son avant-propos :**

# Avant-propos

**« Rien n'est plus fascinant que le sujet de la Kundalini, sujet qui reste méconnu alors qu'il est au cœur de l'indianité. »**

**Lapidaire, la préface du professeur François Chenet témoigne, derrière les mots qui se serrent et se bousculent, d'une incessante recherche vouée à l'intériorité spirituelle.**

**Convaincu de l'imminence et de l'importance de la « Kundalini », François Chenet eut conscience qu'elle demeure là où on ne l'y attend. Plongeant son regard et son esprit en-deçà du monde des apparences, il quêta, à travers les philosophies indiennes et occidentales, une réponse et un espoir, afin d'être désaltéré non des eaux boueuses de l'existence mondaine, mais des eaux claires de la vie de l'Esprit qui comble et ravit, inestimable breuvage dont il eut connaissance en étudiant les écrits sacrés de l'Inde, civilisation mystérieuse et millénaire où dorment et se cachent des trésors de sagesse…**

**Parmi ses biens les plus précieux, l'indianité conféra à la Kundalini une place de choix, celle d'être « au cœur », en l'incarnant en toutes choses, étant considérée comme matrice de l'univers. Représentée sous mille visages et qualifiée d'autant de noms, la Kundalini, brillamment décrite et appréhendée par certaines philosophies du sous-continent, « fascine », dans la mesure où elle peut procurer une expérience directe de la transcendance divine.**

**Toutefois, s'abreuver de cette eau n'est pas aisé, mais subtil et périlleux, car nombreux sont les dangers qui guettent celui désirant étancher sa soif. Terrible et magnifique secret, scellé à qui n'a reçu, d'un maître véritable ou du divin lui-même, la grâce et la science de le connaître. C'est pourquoi, François Chenet avertit « que le sujet de la Kundalini » semblant être connu, en réalité « reste méconnu ».**

**Rentré d'un voyage en Inde du sud, je rencontrai à la Sorbonne, en septembre 2009, le professeur François Chenet à qui je demandai l'autorisation d'intégrer son Master de « Philosophie indienne et comparée ». L'entrevue nécessaire à cette fin dura quelques heures, me laissant d'impérissables souvenirs… La spiritualité indienne s'était invitée au milieu de considérations académiques et avait surgi, tel le jet d'une fontaine ne se tarissant plus, l'amour de l'Inde éternelle ! *(A suivre… dans le vif du sujet)***

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

# *Nouvelles*

Cui cui cui...Bla bla bla...T'as vu ? On va picorer des livres maintenant…

## *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 et d'y faire un petit pèlerinage après 4 ans qu'il n'était pas retourné en Inde…Il a enchaîné ensuite sur la **Guadeloupe** et **La Réunion**.

De partout où il se trouve, il continue à animer ses **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 trouvons : 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**.

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.

- :- :- :- :-

## Annonce de la sortie d'un livre qui concerne tout le monde :

Ecrit par **Alexia MICHEL**, sorti chez **LAROUSSE**, Préface écrite par le **Pr DODIN**, avec qui Alexia mène l'étude « Yoga & TCA » à l'hôpital de Lille et Postface de **Jacques VIGNE**.

**Voici le lien pour commander et partager : https://yogaandpeanutbutter.com/livre-methode-yoga/** Tout partage est le bienvenu !!

**Alexia nous confie** : Nous comptons beaucoup sur la résonnance de ce livre pour avancer dans le milieu de la santé, de la prévention, qui concerne 3 / 4 femmes (qui veulent perdre du poids alors qu'elles n'en ont pas besoin) au soin en milieu hospitalier. La **première semaine est importante pour nous** parce qu'elle conditionne les commandes des libraires + peut nous débloquer du budget chez Larousse pour faire du marketing. Merci d'avance pour votre aide précieuse !

**Alexia Michel** - Fondatrice - Tel : 0633341398 - alexia@yogaandpeanutbutter.comm

Comportement Alimentaire | YOGA |Acceptation de soi
Consulter le site
Nous suivre sur Instagram
S'abonner à la *Newsletter Self Love*

*Acheter le livre « La méthode Yoga & Peanut Butter », Ed. Larousse*

Suite :

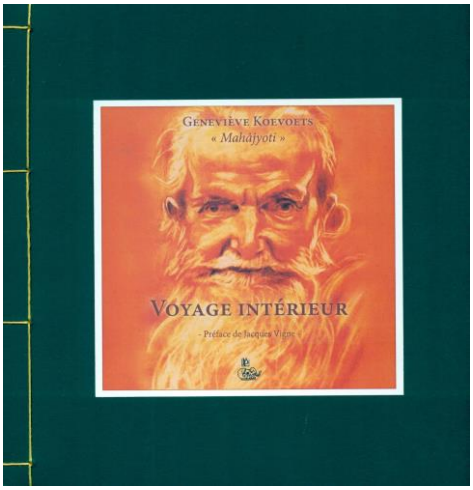
De Geneviève KOEVOETS (Mahâjyoti) :

**3 livres sur L'Inde : sur Mâ Anandamayî, Swami Vijayânanda et Jacques Vigne**
**Par Geneviève Koevoets (Mahâjyoti) :**

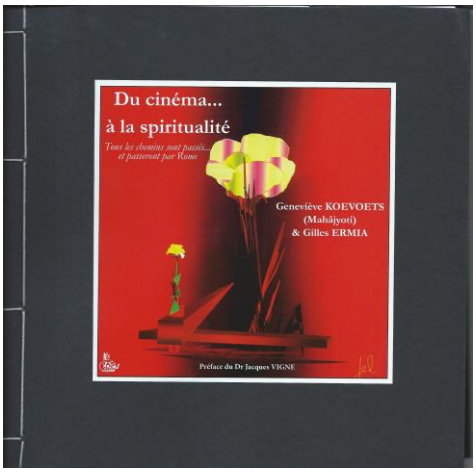
*'**Voyage Intérieur** aux sources de la joie (souvenirs de l'Inde)' (Récits, humour, et poèmes…)*
*Préface de Jacques Vigne – Editions du Petit Véhicule - Nantes (2011-2015)*

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

***'Jacques Vigne, une vie de passeur…entre l'Orient et l'Occident'** (Sa vie, son enseignement…)*
*Préface de Marc de Smedt – Editions Ovadia (Nice) (Novembre2022)*



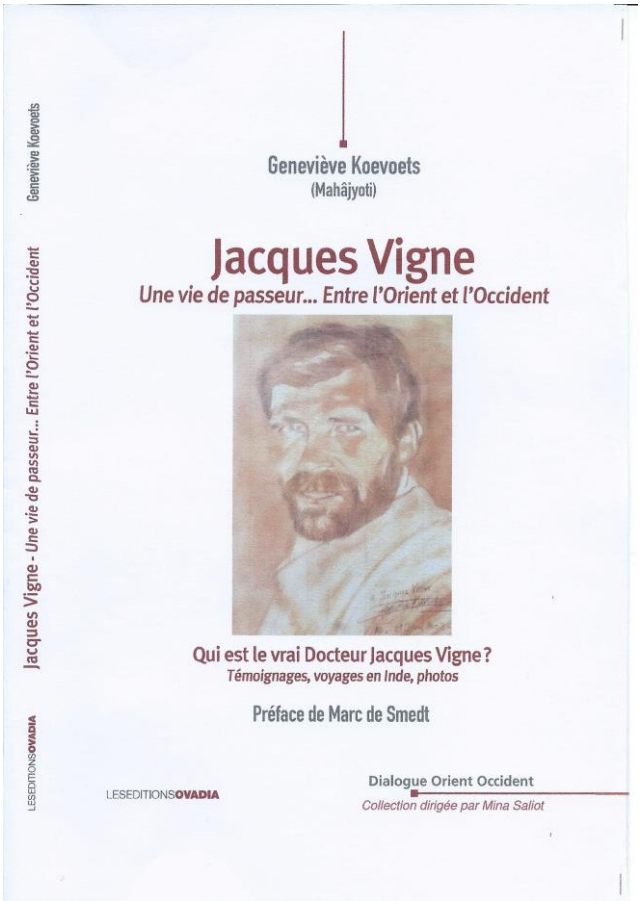

*Couverture et Portrait de Vijayânanda 'à la sanguine' par Geneviève (Mahâjyoti) 2003*




*Couverture : Dessin à l'ordinateur de Jean E. LOUIS*

*La 'belle époque' du cinéma des années 60/70/80…*

*L'Art, le Sport et la Spiritualité se rejoignent dans la lumière !*




*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.*

**Marc de Smedt** qui est l'éditeur de Jacques Vigne depuis 30 ans en a fait 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

**- :- :- :-**

## 2 livres en préparation
### Avec la collaboration de Jacques Vigne

**'La Force de l'Attention'**

**Un livre d' Alan B. Wallace- Editions Le Relié** en février 2023 – **Préface de Jacques Vigne** - Traduit par une équipe, dont **Jacques Vigne** qui a aussi relu les épreuves - **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 arrivent. 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 en 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 B. 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 le livre : 'La méditation contre les douleurs'**

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

**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) : 'La méditation contre les douleurs'**
**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'*** Ed. Unicité.

**Infos : Au Forum 104, Rue de Vaugirard, Paris - *Vendredi 19 mai 2023 18 h 30 à 21 h***

Conférence/Atelier par Jacques Vigne et Sahaj Neel

*Avant sortie du livre 'La méditation contre les douleurs', Ed. Du Relié (Marc De Smedt)*

***Dimanche 21 mai 09 h 30 à 12 h 30 -*** Sahaj Neel : **Les Taos de l'éveil** *(Ed. Unicité 2023),*
Postures /Pratiques en mouvement et visualisations « antalgiques » dissolvant le schéma de la douleur pour une libération éveillée.

***Dimanche 21 mai 2023 14 h à 17 h 30 -*** Session Méditation/Douleur avec le Dr Jacques Vigne

**Autres activités exceptionnelles Paris** 19 - 24 mai :

***Consultations individuelles Sahaj Neel : 0668547387***

https://www.forum104.org - https://www.jacquesvigne.org - et www.jacquesvigne.com

https://sahaj-neel-tantra-de-la-non-dualite.webnode.fr/

**Inscriptions (! 15 places max) :** seminaires83@gmail.com **ou 06 76 36 25 19**

***Le Samedi 20 mai*** *pour le* ***'Yoga Festival Paris'*** *à 18h : Florence Pittolo (****Sahaj Neel****)* ***'Tao ou mélodie de l'instant du corps éveillé'*** *conférence en plein air au Parc Floral de Vincennes.*

***Pour Jacques Vigne****, même jour même endroit : à 15h pour* ***'L'énergie du yoga' (postures et méditation****). Et à 17h :* ***'Ouvrir ses canaux d'énergie par la méditation'****.* ***www.yogafestival.fr***

*https://www.yogafestival.fr/view/content/intervenant/1560-jacques-vigne*

# *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)……..p.2*

**Marche vers l'Eternité** *(D'un 'bodhisattva enfant' : Bruno Pittolo)……..p.7*

**Là où je t'emmènerai** *(Conte de printemps extrait d'une chanson…)……p.11*

**Paroles en souvenir de Vijayânanda** *(Envoyé par Caroline Abitbol)……p.12*

**Pratiquer pour être libre de la pratique** *(Par Jacqueline Bolsée-Pleyers)……p.12*

**Qu'est-ce qu'un mystique ?** *(Extrait lettre Association Les Nouveaux Mondes)……p.14*

**Satsang avec Swami Vijayânanda** *(Recueilli par Marie-Laure Monin)……..p.14*

**Les fleurs de Bouddha** *(Aphorismes choisis par Lwiis Saliba)……. p.16*

**Créons un monde où la paix…** *(Centre Foi Baha'ie) ……..…… p.17*

**Un zest de Tao** *(Lettre 48 de Jean Pélissier – de Lao Tseu)……p.17*

**Phrases des Yoga Sutra de Patanjali**……..……. *p.18*

**Retrouvailles : la voix de Mâ** *(Par Geneviève-Mahâjyoti)…… p.19*

**Sagesse** *(Nisargadatta Maharaj) ……...p.20*

**Sagesses bouddhistes FR2 'L'Attention'** *(Par Marc de Smedt)……p.20*

**Le Chant de la Kundalini** *(Par William Néria)……p.21*

**Nouvelles et Annonces :** *……...p.23*

**Renouvellement du JAY MA pour 3 ans** ……. *p.31*
**De Mars 2021 à Mars 2024**

**Table des Matières**……*p.32*