Jay Mâ N° 152

Printemps 2024

Editorial printanier

De Geneviève (Mahâjyoti)

Nous voilà repartis ensemble pour une nouvelle saison...

'Editorial' est un bien grand mot, un peu 'pompeux', très journalistique, mais sous cette appellation se cachent des mots d'amour...Je suis en permanence en train de créer, de rêver à la composition de notre brochure 'JAY MA'. Il suffit d'un mot pour m'orienter vers un concept...une illustration. Or je vois que mes efforts sont bien reçus et j'en éprouve une très grande joie en lisant vos nombreuses appréciations en retour. Merci...Grace à cela ma vie est toujours pleine de petits bonheurs que je mets autour du cou comme un collier.

Ceci est une déclaration, non pas de guerre, mais d'amour réciproque! J'en ai reçu beaucoup dans ma vie, il est donc juste d'en redonner. Heureuse d'avoir pu ensemencer votre parcours de quelques petites graines d'Humour et de l'Amour de Mâ.

Il n'y a pas un soir où je ne dise MERCI à ceux qui m'ont formée, aimée, et aux belles âmes que j'ai rencontrées dans ma vie...ce qui me permet d'aider à mon tour...

Merci à Jacques Vigne de m'avoir confié cette 'tâche sacrée'. Et merci à ceux qui pourront faire un DON pour la Sangha de Mâ Anandamayî, le Kanyapeeth à Bénarès, à travers Jacques et le JAY MA, en remplacement des abonnements. C'est à votre bon cœur...

ॐ शान्ति Om Jay Mâ"

Le Taj Mahâl (Agra)...Temple de l'amour

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

('Ce Corps'…expression utilisée pour désigner Mâ…)

La mort de Ses frères

Une autre fois, en réponse à mes questions sur Son enfance, Mā dit : « Conformément à votre perception, après ce Corps, trois frères sont nés l'un après l'autre[1]. Le premier resta malade de façon chronique et le traitement ne donna aucun résultat.

Lorsque Chhotomâmà (l'oncle maternel cadet de Mā) arriva pour emmener la mère de ce Corps chez lui, il dit à sa sœur en voyant l'enfant malade : « Il ne semble pas possible pour toi de voyager maintenant, alors laisse Nirmalâ venir avec moi ». Entendant cela, le frère malade s'exclama : « Didi, s'il te plaît, ne pars pas maintenant. Pars après ma mort ». Mère lui répondit : « Ta sœur n'ira nulle part ». « Son état s'aggrava graduellement jusqu'à ce qu'une nuit les choses devinssent critiques. Au petit matin, des signes de la mort imminente de l'enfant apparurent, et on le transporta dans la cour[2].

[1] Mā avait sept frères et sœurs. Le premier enfant, le sixième et le septième étaient des filles, le deuxième était Mā, le troisième, le quatrième, le cinquième et le huitième étaient des garçons.

[2] Lorsque la mort est imminente, il est de coutume chez les hindous de placer l'individu sur le sol, de préférence à l'air libre, pour qu'il rende son dernier soupir.

Ce Corps avait alors environ sept ou huit ans. Elle se tenait à proximité, observant la scène, quand soudain Elle eut un *kheyāl*[3] que son frère malade pourrait aller suffisamment bien pour retourner à la maison, manger et même se mettre à parler.

De manière assez surprenante, son état s'améliora à ce moment précis. Grâce à ces signes visibles d'amélioration, on le transporta à nouveau dans la maison. Tout le monde espérait qu'il avait reçu un nouveau regain de vitalité et qu'il pourrait finalement survivre. Mère le mit au lit et lui donna de l'eau d'orge dont il réussit à boire une partie. Peu de temps après, son état se détériora, et les personnes présentes se mirent à gémir de désespoir. Cette fois, alors qu'on le transportait à nouveau, il regarda ce Corps et dit clairement : « Mère, oh Mère, je meurs, je meurs, je meurs ». Avec ces mots sur les lèvres, il rendit son dernier soupir. Tout le monde fut pris au dépourvu. Il avait environ cinq ans et demi à ce moment-là. Grâce au *kheyāl* de ce Corps, il rentra effectivement dans la maison, absorba un peu de nourriture et se mit même à parler.

En parlant de la maladie de son frère, Mā avait dit que pendant la période où son état était critique, un jour quelqu'un Lui rendit visite en apportant de la nourriture pour Son frère et Lui demanda de la lui offrir. Elle dit au visiteur : « Non ! Son chemin est vers le salut ».[4] Celui qui s'était approché de ce Corps était un être surnaturel.

Après la mort de son frère, mère ne cessa de pleurer. Ce Corps se mit aussi à pleurer avec elle, et pleurait parfois si amèrement que Sa mère était elle-même obligée de s'arrêter. Elle disait : « À cause de cette fille, je ne peux même pas me soulager un peu en pleurant ! ».

Par la suite, le deuxième frère tomba malade, souffrit pendant cinq mois et mourut à l'âge de trois ans environ. En raison de sa longue maladie, il avait développé, quelque temps avant sa mort, une intense aversion pour la nourriture et ne voulait rien manger. Contrarié par son obstination, son père le bouscula un jour, lui causant ainsi une blessure au bras.

Plusieurs années après cet incident, un professeur appartenant à la caste des *Vaidya*[5] vint voir ce Corps à Kolkata avec son fils de sept ou huit ans, lequel avait un bras déformé de naissance. En le voyant, ce Corps s'exclama immédiatement que Son deuxième frère était rené. Plus tard, lorsque mère et père apprirent la nouvelle, aucun d'entre eux ne put se souvenir de cet incident particulier du passé au cours duquel le bras de leur fils avait été blessé.

Le troisième frère mourut lui aussi alors qu'il n'avait que quarante-cinq jours.

Les astrologues avaient trouvé un certain nombre de signes favorables dans les horoscopes du premier et du deuxième frère, mais avaient en même temps prédit que les garçons avaient peu de chances de survivre. Le deuxième frère avait une ligne en relief allant du dessus du nez jusqu'à la tête, indiquant une lignée spirituelle. Le troisième frère naquit avec les signes évidents d'un sage.

Tant que ce corps vécut dans ce que vous considérez comme la maison de Son père, aucun des frères et sœurs nés avant ou après Elle ne vécut très longtemps. Ils étaient venus simplement pour

---

[3] De manière générale, une émergence psychique soudaine et inattendue, qu'il s'agisse de désir, de volonté, d'attention, de pensée, d'imagination, de sentiment, de conscience, de mémoire ou de connaissance. Dans le cas de Mā, comme il n'y a pas d'ego, cela signifie des actes incompréhensibles : un surgissement spontané de la Volonté divine qui s'exprime à travers Elle.

[4] Mā refusa d'offrir la nourriture médicinale apportée par l'esprit pour Son jeune frère, car si ce dernier s'était remis de sa maladie, il serait resté dans le cycle de la naissance, de la mort et de la renaissance. Sa mort à un jeune âge était une grâce le sortant de l'emprisonnement de la mortalité. C'était une âme pure née pour prendre une brève part à la *līlā* de Mā, et Mā eut un *kheyāl* pour lui accorder le salut.

[5] Nom d'une caste chez les hindous qui pratiquait la médecine traditionnelle (ayurvédique).

accomplir leur *karma* et pour La rencontrer. Après le mariage de ce Corps, une sœur et un frère naquirent. Plus tard, cette sœur[6] mourut à Kashi (Varanasi).

⁂

À la suite de tant de tragédies, une chape de plomb s'abattit sur le foyer. Dans son angoisse mentale, la mère de ce Corps, sous prétexte d'aller se baigner dans la rivière, se rendait parfois au *shmashān* (lieu de crémation) et y restait assise pendant des heures. Elle s'acquittait méticuleusement de toutes les tâches ménagères mais semblait souvent absente. Il y avait aussi une grande détresse due à la pauvreté extrême dans laquelle nous vivions. Malgré toutes ces tribulations, mère ne manquait jamais de faire preuve d'hospitalité envers les invités. Si un mendiant arrivait alors qu'elle venait de s'asseoir pour prendre son repas, elle lui offrait immédiatement sa nourriture et s'en allait sans manger du tout. Avec sa ferme croyance en Dieu, elle s'efforçait d'accepter toutes les épreuves de manière égale, sans jamais faire connaître ses souffrances à quiconque.

Initiation des parents

En raison du malheur qui s'était abattu sur la famille, les voisins conseillèrent aux parents de faire un voyage jusqu'au Brahmapoutre[7], de se baigner dans le fleuve le jour auspicieux de l'*ashtami*[8], puis de recevoir l'initiation. Laissant ce Corps à Sa grand-mère, mère alla la première se baigner dans le fleuve. Lorsque ce fut le tour de Son père, il s'apprêtait à partir quand, après réflexion, il décida d'emmener ce Corps avec lui. Ils avaient prévu qu'à leur retour après leur bain, ils La laisseraient à la maison et se rendraient ensuite chez leur guru ; mais il se trouve que ce Corps les y accompagna également. Ce Corps écoutait toujours tranquillement ce que décidaient Ses parents, mais d'une manière ou d'une autre, leurs décisions, tôt ou tard, changeaient et s'accordaient avec le *kheyāl* de ce Corps.

Ce fut une très longue marche pour aller et revenir de la maison de leur guru, et Sa mère mit plusieurs jours à se remettre de ses maux et douleurs. Mais ce Corps ne fut point affecté, ce qui faisait dire aux gens qu'Elle ne semblait avoir aucun sens de la souffrance.

Bien qu'il n'y ait jamais eu de démonstration extérieure de la manière dont Ses parents accomplissaient leurs prières, leurs *pūjā* (adoration rituelle des Déités) ou leurs *pāth* (étude des Écritures), ce Corps observa toujours chez eux un amour profond, une vénération et une foi en Dieu. Chaque fois qu'ils accomplissaient un quelconque *pūjā* ou *pāth*, c'était toujours avec la plus grande sincérité et le plus grand sérieux. Ma mère, en particulier, avait une foi si inébranlable en Dieu qu'en dépit des souffrances et des chagrins incommensurables qu'elle éprouvait, elle les acceptait toujours comme une grâce de Dieu avec joie et gratitude.

La mère de ce Corps était l'exemple même de vertus telles que la véracité, la patience et la tolérance, toujours prête à aider les autres et satisfaite de son propre sort. Elle ne se permettait jamais de critiquer les autres, se consacrait au service de Dieu et des saints, était dépourvue de toute trace de cupidité et possédait une sérénité innée. Quant à la colère, elle ne l'exprimait guère, et malgré les épreuves de la pauvreté, elle ne semblait jamais perdre sa gaîté. *(A suivre…)*

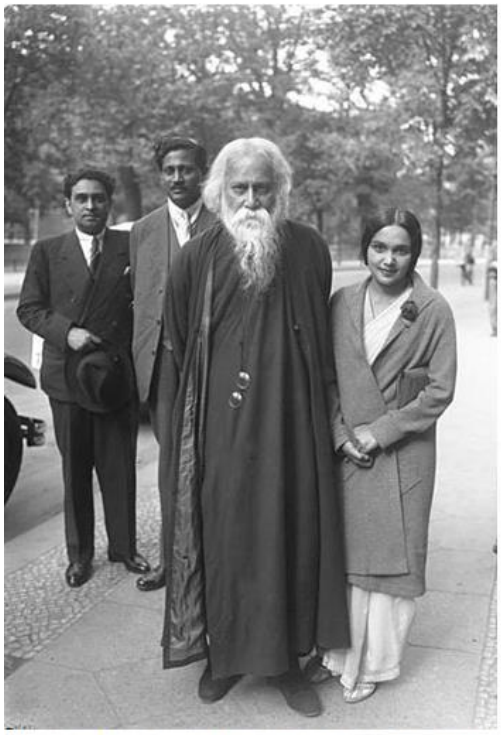
[6] Son nom était Hemangini. Elle mourut en 1945 après avoir atteint l'âge de 36 ans. Elle était malade et vivait sur un bateau sur le Gange à Varanasi, et avait été ordonnée dans un ordre ascétique. Son *sannyās* s'appelait Jayananda.
[7] Le grand fleuve de l'est de l'Inde, prenant sa source au Tibet et dont les affluents coulent à proximité.
[8] Huitième jour de la phase de croissance de la lune.

« JE DORMAIS ET JE REVAIS QUE LA VIE N'ETAIT QUE JOIE.

JE ME REVEILLAI ET JE VIS QUE LA VIE ETAIT SERVICE.

JE SERVIS ET JE DECOUVRIS QUE LE SERVICE ETAIT LA JOIE ».

-TAGORE-



Rabindranath Tagore on his 70th birthday. Photo taken in May 1931.
Source: German Federal Archives, via Wikimedia Commons. Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0 Germany license. Attribution: Bundesarchiv, Bild 102-11643/CC-BY-SA. Photographer unknown

Pour se relier…

Présence divine, aide-moi à penser, parler et agir divinement.
Amour, Paix, Lumière, Joie…Protection intense de la lumière…
Lumières de purification : elles sont intérieures et extérieures.
Lumières de protection : elles sont extérieures comme un Soleil.
Importance du pardon.
Importance des remerciements.
Confiance, Patience, Silence…

Affirmations

Je suis la porte ouverte que nul homme ne peut fermer
Je suis l'ascension dans la lumière
Je suis le succès
Je suis l'abondance infinie
Je suis la santé parfaite
Je suis le calme, la sagesse
Je suis la force, le courage,
Je suis l'harmonie
Je suis l'Amour …

Le Bonheur est entre vos mains

Par Dzigar Kongtrül Rinpoché

"Le bonheur est entre vos mains".
Le samsara ne s'améliorera pas !
Pour aussi négatives que les choses apparaissent, comment pourrait-on s'attendre à ce qu'elles s'améliorent ?
Toutes les conjonctures font partie intégrante de la roue du samsara. On n'échappe pas à la naissance, à la vieillesse, à la maladie et à la mort. On ne peut pas passer son temps à fixer le miroir en se lamentant devant les signes du vieillissement. Il vaut beaucoup mieux, au contraire, faire preuve **d'humour** quand on traverse ces stades de la vie.
Lorsque vient la maladie, il n'y a pas lieu d'être d'humeur morose, d'en vouloir aux autres ou à soi-même. Si l'on sait préserver son sens de l'humour, on peut être malade tout en gardant sa bonne humeur.
Quand vient la mort, on peut mourir en éprouvant une joie authentique, de l'humour aussi en pensant à la vie que l'on a menée, parce que l'on aura rencontré les 3 joyaux, que l'on aura pratiqué le Dharma et que l'on aura entraperçu la nature de l'esprit.
Quand on a compris le caractère illusoire des pensées et des émotions, on sait que les prendre trop au sérieux va à l'encontre de tous ces buts.
L'Éveil s'opère chaque fois que les pensées discursives se dissolvent réellement.
Qu'elles tourbillonnent à droite ou à gauche, qu'elles montent en volutes.
Les pensées ne sont jamais que des pensées !
La pratique et le sens de l'humour permettent de les dissoudre.
Il est bien sûr merveilleux et libérateur d'aller au-delà de ces mouvements de l'esprit, mais si cela vous est impossible, le seul fait d'en nourrir l'aspiration est très positif.
Avec de l'humour, les pensées discursives et les émotions sont en elles-mêmes un grand spectacle magnifique. On peut les apprécier de la même façon qu'un vieil homme observe avec plaisir les jeux d'enfants.

C'est alors que les pensées apparaissent vraiment pour ce qu'elles sont au lieu d'être prises pour ce qu'elles ne sont pas.
C'est le but de notre pratique. Chaque étape du Chemin est une quête de la vérité.
On peut atteindre la vérité des choses telles qu'elles sont en les laissant se manifester dans leur liberté intrinsèque.
Ainsi que le disent les textes, la méditation est bien plus riche quand elle n'est pas "fabriquée", c'est-à-dire entachée de concepts, tout comme l'eau est limpide lorsqu'on ne la remue pas, ce qui signifie "laisser l'esprit tel quel".
Dzigar Kongtrül Rinpoché - "Le bonheur est entre vos mains" – (59 ans).
Dzigar Kongtrul Rinpoché Jigme Namgyel est un Maitre du Bouddhisme tibétain, Tulkou d'un grand enseignant du XIX^{e} siècle. Il est peintre expressionniste abstrait. Il est né peu de temps avant la fondation de la colonie tibétaine de Bir par son père, le troisième Neten Chokling
Rinpoché. Wikipédia

(Envoyé par Béatrice Fesselmeyer)

Appel pour la Paix…de Richard LAVERGNE

(Extrait d'une lettre à Geneviève – Mahâjyoti)

(Suite du N° 151 – 07-11-23)

Ce que les gens doivent comprendre, c'est que la guerre n'est pas une fatalité, qu'aujourd'hui, la Connaissance a été donnée aux humains pour dissoudre la violence et créer un environnement favorable à l'évolution de tous les êtres hors de la souffrance.

Cela dépasse l'entendement intellectuel et les solutions « classiques » aux résultats très limités.

Les problèmes prennent naissance dans l'esprit humain, la résolution des problèmes consiste à éviter leur apparition dans celui-ci et dissoudre les tendances négatives dans l'environnement.

Extraits de : « Le Yoga Sûtra de Maharishi Patanjali » Editions NARRATIF

Par la pratique de l'état de Yoga « Le Yoga est l'apaisement complet de l'activité de l'esprit (2), alors l'observateur est établi dans le SOI (3)…. »

« … Pour éliminer la négativité, il faut cultiver le contraire (33), ….

« Là où s'établit la 'non-violence' (L'état de Yoga), les tendances hostiles sont éliminées alentour (35)

- *La non-violence est ce niveau de conscience où l'on produit toujours une influence favorable à la vie (…) Maharishi Mahesh Yogi.*

Un groupe de 10 000 représente 1% de la racine carrée de la population mondiale, l'effet de programmes particuliers (MT- Sidhis) pratiqués simultanément par de grands groupes, a démontré par le passé des améliorations importantes dans la résolution de certains conflits et l'amélioration significative d'indicateurs sociaux là où ils ont été expérimentés.

Cette science ouvre les portes du futur…

Richard Lavergne

Assemblée Historique de 10.000 Personnes Pour la PAIX, en Inde

(Envoyé par Richard Lavergne qui y a lui-même participé)

https://businessnewsweek.in/business/historic-assembly-of-10000-for-peace-in-india/

New Delhi, le 14 décembre 2023 : Dix mille experts se réunissent à Hyderabad pour présenter des technologies de conscience éprouvées créatrices de paix.

Originaires de 80 pays, ces experts, de tous âges et de tous horizons, de toutes cultures et religions, se réuniront du 29 décembre 2023 au 13 janvier 2024 à Kanha Shanti Bhavan, près d'Hyderabad. Cette assemblée est organisée par l'Union mondiale des scientifiques pour la paix (GUSP).

Face à l'escalade des conflits et des guerres, il est urgent d'adopter une nouvelle approche. L'Assemblée propose un groupe d'experts créateurs de cohérence dans ces technologies de la conscience qui peuvent prévenir la guerre et les conflits à un coût inférieur à celui d'une seule journée de guerre.

Des recherches scientifiques approfondies ont démontré que ces technologies créent une influence mesurable sur la paix dans l'ensemble de la société.

L'assemblée d'Hyderabad marquera le lancement d'un effort visant à établir un groupe permanent de création de paix de 10 000 personnes pour le monde entier, avec le potentiel de forger une paix mondiale durable.

Les 10 000 experts rassemblés près d'Hyderabad maîtrisent des technologies avancées spécifiques de conscience, à savoir la méditation transcendantale (MT) et le programme TM-Sidhi, comme l'explique Maharishi Mahesh Yogi.

Dérivées par Maharishi directement de l'ancienne science védique de l'Inde, ces technologies ont été validées par la recherche scientifique moderne. Maharishi, un éminent scientifique de la conscience, a enseigné dans le monde entier de 1958 à 2008. Actuellement, 100 pays proposent une formation autorisée sur ces technologies puissantes.

L'Assemblée des 10 000 pour la paix mondiale n'est pas simplement un appel à la paix ou un forum de discussions. Il se concentrera uniquement sur l'application pratique de technologies de conscience éprouvées pour rayonner une influence de paix créatrice de cohérence à travers le monde.

Depuis le milieu des années 1970, cinquante-quatre études empiriques publiées dans des revues scientifiques à comité de lecture ou dans des actes de conférences professionnelles ont montré que des groupes d'experts pratiquant ces technologies ensemble exercent une puissante influence de cohérence sur l'ensemble de la société environnante. Ce phénomène, appelé « l'effet Maharishi », a été officiellement reconnu par le gouvernement australien pour la prévention du crime.

Les personnes à la tête de l'organisation de l'assemblée « 10 000 pour la paix » comprennent le Dr Tony Nader, MD, PhD, neuroscientifique, érudit védique mondialement reconnu et autorité renommée dans les études sur la conscience. En tant que successeur de Maharishi, il dirige des organisations de MT dans le monde entier et est président de l'Union mondiale des scientifiques pour la paix (GUSP). Le Dr John Hagelin, Ph.D., professeur de physique, président de l'Université internationale Maharishi et président du GUSP, joue également un rôle déterminant dans cet effort. De plus, le Dr Ashley Deans, Ph.D., est professeur de physique et vice-président exécutif du GUSP.

Enluminure composée par Véronique Gravouille

Samadhi

Par Jacqueline Bolsée-Pleyers

« Dieu peut apparaître à certains sous la forme que ceux-ci souhaitent. Vous êtes doté d'un esprit et vous avez l'énergie en vous. Dans le cas où vous n'auriez pas reçu le mantra sous la forme de mots ou de syllabes, faites le japa*, méditez et contemplez de la manière qui vous convient. Et priez :*
« Oh, Dieu, apparais-moi sous la forme que Tu jugeras la plus souhaitable pour moi !»
(Mâ Anandamayî).

Hors d'atteinte de l'ego, des sens et de leurs exigences, l'homme endormi toujours uni au **Grand Tout**, sombre à l'abri dans l'ombre de la nuit. Le **Silence** l'étreint. Personnalité momentanément libérée… Persona… ? Non. L'homme endormi, individualité momentanément libérée dans l'universalité de sa **Nature Fondamentale** est : **Eveillé**. **Eveillé** ? Oui, mais il l'ignore, pas de **Samadhi**, **Joie Paradisiaque**. Le néant est son paysage. Comme anesthésié par le sommeil, cet homme dort dans une étrange position ou plutôt redondance : A poings fermés ! (?) Il semble mort, noyé dans l'**Elan Vital**.

Le coq matinal souffle quatre sons, s'en contente, les chante à sa façon, lever du jour après lever du jour, ni permanence, ni **Transcendance** ici : « Co-co-ri-co ». Clap ! L'oiseau éteint le réveil. Mais le gong, lui, reprend, il résonne de toutes ses vibrations : « Aum… Aum… Aum…. », il poursuit les trémolos millénaires sans interruptions : « Aum… Aum… Aum… » Ce mouvement est **Eternel** : « Existence… Conscience… Béatitude… »

La nuit soulève lentement ses paupières, ouvre les volets, invite l'éblouissante **Lumière**. OOOOOh ! Quel **Présent** !!! Mais quel **Présent** !!!

Ce paysage grandiose d'une stupéfiante **Beauté**, rebondissements à l'infini de sommets enneigés, révèle l'**Etre**. Il ne peut être décrit. Ce qui se capture sur la page, ce qui se met en cage, n'est pas **Lui**. Si la **Nature Fondamentale** déborde de l'être humain, les **Phénomènes Célestes,** eux, s'échappent des cadres terrestres. Ce sublime **Instant** de **Contemplation Divine** ne peut être reçu, vécu, qu'en méditation profonde dans une sorte de cœur à **Cœur**, sorte d'osmose intérieure.

L'être humain qui n'effleure les choses de l'univers que d'un regard extérieur, regard absent, se sépare de l'**Artiste** qui les fait **Etre**. Cet homme ne peut pas se **Réaliser**. Il n'est pas là. On ne peut **Etre** nulle part ailleurs que dans la **Présence**.

« Si vous avez ne serait-ce qu'un aperçu de cette joie suprême, plus jamais vous ne rechercherez le bonheur de ce monde-ci. C'est l'absolue vérité. La compagnie de personnes spirituelles, la pratique des 'satsang', la lecture des écritures, etc., vous conduisent vers Cela (cette béatitude). Vous n'aurez pas à quitter quoi que ce soit, efforcez-vous seulement de vous raccrocher à Lui. Les choses que vous devriez quitter vous quitteront d'elles-mêmes. » (Mâ Anandamayî).

Jacqueline Bolsée Pleyers

La 4ème manifestation du Bouddha…
Par Jérôme Rochelle (
Voyage Cachemire/Ladakh)

Venir voyager en Inde et plus particulièrement au Ladakh sans prendre le temps de visiter ses temples Hindouistes, Sikh et Bouddhistes, et monastères des vallées perdues en no-man's lands, c'est comme aller en Egypte sans déambuler dans le musée du Caire et les grandes pyramides de Gizeh.

Et au cours de ce périple au Ladakh en traversant le somptueux Cachemire, la première rencontre est véritablement humaine avec ces peuples d'une profonde authenticité, vivant pour beaucoup dans un dénuement total mais dans une telle joie intérieure qu'elle rayonne à l'extérieur et touche l'âme.

Ce matin du 05 Août, dans cette petite vallée de Temisgan proche de Lamayuru, verdoyante comme une oasis en pleine rocaille, je prépare la salle pour la séance de méditation matinale de 7h guidée par le Dr Jacques Vigne et j'ouvre les fenêtres pour l'aérer. Quand je reviens, Jacques est installé et me demande de les fermer car une abeille y est entrée et me demande aussi de la mettre dehors me proposant son châle de méditant pour l'attraper. **1ère manifestation.**

Au cours de cette méditation, proche de Jacques, je me suis débarrassé de mon gilet qui me tenait trop chaud et je remarque alors qu'un visage s'y est imprimé dans ses plis. Je le sais il n'y a pas de hasard, c'est le signe qu'un « esprit » se présente et est présent ici. **2ème manifestation.**

Nous montons ensuite à pied vers le monastère de Temisgan perché en haut de la colline rocailleuse. Cette marche douce dans ses courbes malgré l'altitude proche de 4000m est une belle préparation méditative dans le pas de la marche pour entrer en connexion avec ces espaces grandioses et les temples qui nous attendent.

Arrivée à la porte du premier temple Bouddhiste, nous sommes accueillis par un moine qui vient ouvrir la fenêtre alors que nous nous installons, tous assis au sol pour méditer en silence, guidé en point de départ par le 'Om' de Jacques. L'acte de ce moine qui est connecté aux forces invisibles, d'ouvrir la fenêtre, sera majeur dans l'expérience de ma rencontre intérieure, car une brise légère et puissante va venir jouer les purificatrices et messagères de ces terres sacrées d'Himalaya. Je ressens la puissance de cette purification, multipliant les visions "extra-sensorielles" que j'avais perdues depuis le choc du séisme des mois derniers et mon accident avec EMI (Expérience de Mort Imminente) provoqué par la rupture violente et l'indifférence totale de mon ex-épouse. Alors apparaît le visage du Christ en vision, ici dans ce temple Bouddhiste millénaire de Temisgan en Himalaya, et le Om de Jacques pose le point final de cette rencontre intérieure. J'irai remercier le moine

pour son geste "connecté", nos yeux souriants dans l'échange de nos regards. **3ème manifestation.**

Puis nous déambulons et rejoignons alors le dernier temple dédié au Bouddha Maitreya, le grand Bouddha venant du futur pour manifester son amour et sa compassion au monde du chaos. Ce Bouddha géant de 15 mètres de haut se tenant presque debout, va me bouleverser. Je suis à peine dans l'embrasure de la toute petite porte, que je ressens alors une énergie qui me traverse et me coupe le souffle. Le Bouddha en *mudra* est là, face à moi, dans son regard touchant de compassion et d'amour. Nous nous installons pour cette seconde méditation en silence.

A peine les yeux fermés, mon papa décédé il y a 22 ans se présente, et me bouleverse. Je ne m'attendais pas à le retrouver un jour et ici au Ladakh dans ces terres qui peut-être portent les traces d'une vie passée là. Et notre dialogue est profond, un dialogue d'amour où mon papa ose enfin exprimer son amour, ses regrets, et me livre aussi un beau message pour mes 3 enfants, moi qui suis aussi père. Ainsi durant les 20mn de la méditation, je vis cet amour que mon papa, cet homme bon, n'a jamais réussi à me dire, à m'avouer de cœur à cœur. Et nous évoquerons ma mère, cette femme destructrice, à laquelle il a voué sa loyauté jusqu'à en mourir de 'mal-a-dit', et qui restera à la périphérie de notre rencontre, elle qui n'a jamais réussi à se remettre en question, partie accrochée à son personnage rempli d'ego et de souffrance. **4ème manifestation.**

Dans mes larmes retenues par respect pour les autres, le Bouddha Maitreya dont j'accompagnais mon lien de mes mains dans son propre *mudra*, m'invita à venir toucher ses pieds et recevoir sa bénédiction sur mon front, ce que fit Jacques aussi.

Les temples et monastères, qu'ils soient Hindouistes ou Bouddhistes, sont des points de concentration de l'intention profonde et sincère de ces hommes durant des milliers d'années de produire de l'amour et de la compassion pour tous les êtres de la planète. Ces terres Himalayennes d'altitude, arides, rocailleuses, inhospitalières, à l'oxygène rare, sont aussi des terres « vibratoires » où l'énergie de Gaïa, notre Terre, vient amplifier à travers les plus hauts sommets du monde l'énergie « cristalline » du monde « spirituel », c'est-à-dire le chant des âmes, car nous sommes des êtres cosmiques venus manifester la lumière au cœur de la matière.

Et à contrario de Teilhard de Chardin, c'est bien cette lumière que l'âme apporte qui est essentielle ici sur terre, et non le miroir de ce que la matière manifeste à travers elle, c'est-à-dire le *karma* de l'incarnation et ses souffrances. Car finalement il n'y a rien à libérer, tout ce qui se manifeste n'est qu'illusion de la *maya*, c'est-à-dire le reflet de tout attachement à notre image et à nos mémoires du vécu qui sont impermanentes, sauf pour notre mental qui les fige dans le temps.

Et toutes les manifestations de cette journée du 05 Août ne sont que celles de nos Bouddhas intérieurs, quand notre vie réussit enfin à se connecter aux grandes énergies de l'Univers... Alors celui-ci vient dialoguer avec nous pour rééquilibrer cet espace du Cœur

dont, sans lui, nous ne pourrions ni vivre, ni survivre, et surtout nous Aimer les uns les autres.

Om namah shivaya

🙏🕉️💓

La vie est comme un Rubik's Cube, elle demande à la fois beaucoup d'effort de concentration et d'intelligence émotive pour replacer chaque jour dans le bon ordre tout le chaos que l'avidité, l'orgueil et la peur provoquent, quand on se focalise sur les personnes / choses / évènements extérieurs négatifs / malveillants / violents qui nous agressent... Disons alors merci au chaos qui nous pousse à remettre tout en ordre et à retrouver le bon chemin vers soi. Ceci est la véritable liberté, que rien ne peut emprisonner. Car comme l'enseigne le Bouddha, c'est de soi dont il faut s'occuper pour le comprendre et de rien d'autre.

Om namah shivaya

❤️🙏🕉️🧘🤸

"Un matin, Gautam Buddha était en train de traverser un village avec un de ses plus intimes disciples, Ananda. Une mouche est survenue et s'est posée sur sa tête. Il était, à ce moment précis, en train de répondre aux questions d'Ananda, et il était tellement absorbé à répondre que, sans aucune conscience, mécaniquement, il a agité sa main. La mouche était partie mais il devint alors conscient que l'agitation de sa main n'avait pas été faite consciemment – c'était mécanique. Vous pouvez faire un acte pareil même dans votre sommeil. Si, pendant votre sommeil, vous sentez quelque chose grimper sur vos pieds vous le jetez simplement par terre; cela n'affectera pas votre sommeil. C'est un mécanisme; votre corps le fait sans vous distraire.

"Buddha s'est arrêté dans la rue et a levé sa main une fois de plus, avec grâce et conscience pour la porter jusqu'à sa tête. Ananda lui a dit : '*Qu'es-tu en train de faire? La mouche est déjà partie.*'

"Buddha a répondu *: 'Je ne suis pas concerné par la mouche, je suis concerné par moi-même. J'ai agi inconsciemment. J'étais trop concerné par tes questions et en y répondant, ma main a bougé mécaniquement. Je suis en train d'essayer de comprendre comment elle a pu bouger ainsi. Ça n'a rien à voir avec la mouche. Ma main aurait dû bouger avec conscience."* - Osho -

Notes préliminaires écrites en 2019 sur le livre

'Lâcher toute dépendance (Voyage en l'infini de l'instant)'

Sorti en 2021 chez 'Accarias L'Originel'

De Michèle COCCHI et Jacques VIGNE

*Les vécus de dépendance induisent de fortes limitations dans le quotidien des sujets. La qualité de la '**thérapie analytique'** libère ainsi la personne de l'emprise envahissante de ses fixations négatives, anxiogènes et culpabilisantes. L'ouverture à l'*Advaïta-Védanta *est au cœur de ce livre, magnifiquement projeté par les auteurs (Michèle Cocchi : psychothérapeute/analyste depuis 40 ans à Beausoleil près de Monaco et Jacques Vigne). En voici quelques courts extraits :*

LA SÉRÉNITÉ EN L'ESSENTIEL

Toute notre première partie sera consacrée à l'approche de traits saillants psychologiques significatifs de perturbations psychologiques en souffrance, parfois même en détresse réactionnelle aux vécus de dépendance, de limitations de notre quotidien.

Nous analyserons à quel point celles-ci peuvent nous priver de notre liberté ne nous permettant même pas souvent de vivre tout simplement.

Toutes nos réflexions seront étayées par certaines approches cliniques assez synthétiques de situations rencontrées en psychothérapie analytique.

Se débarrasser du superflu, lâcher les dépendances affectives, matérielles... toute dépendance qui encombre fait souffrir et perturbe la transformation pour être en l'essentiel dans l'acceptation de la réalité sans peur de l'inconnu.

En conclusion

La belle ouverture de ce travail nous conduira à être conscience:

L'« Absolu » Source originelle de tout ce qui est sans commencement ni fin, ce qui existe indépendamment de toute condition ou tout rapport avec autre chose.

Tout est spirituel tout en prenant différentes formes qui n'ont d'existence que pour le mental.

Reprenons l'image bien connue de l'eau, qui ne sait pas qu'elle est eau de mer ou de ruisseau ...En l'absence du penser-nommer elle est tout simplement, il en est de même pour la substance.

Sri Anandamayi Ma

"**Il** joue son jeu divin en une infinité de manières, à travers des formes infinies et dans une variété infinie de réglages."

"Le silence réel signifie que pour le mental, en fait, il n'y a nulle part ailleurs où aller."

A/ APPROCHE PSYCHOLOGIQUE

LA VOIE LUMINEUSE DE DÉTACHEMENT EN DÉTACHEMENT

DU « NON-DIT » AU « DIT » SALVATEUR

L'être humain perd peu à peu sa liberté.

Il est de façon imperceptible de plus en plus piégé par toutes ses émotions. Elles sont liées à son passé et il rencontre des difficultés à les gérer. Ces émotions participent à la formation de notre identité. Elles sont associées à l'enfance parfois même liées à des vécus en réactivation de période tran-générationnelle, de vécus très archaïques de la période fœtale, de traumatismes qui proviennent de la prime enfance. Elles sont à l'origine de nos conflits inconscients, nos peurs, nos souvenirs douloureux...

Ces émotions tissent un voile sur le présent et lui offre une déformation de la réalité. Ces émotions anciennes marquent au fer rouge le présent et empêchent de vivre avec fluidité l'Instant présent lors de nos émotions actuelles. L'être humain n'est alors pas libre, il est piégé par ses émotions. Celles-ci nous font si peur que nous avons tendance à les éviter, les refuser au lieu de laisser ces vieilles émotions du passé se libérer, se déployer, les accueillir dans l'acceptation de la réalité telle qu'elle est, et c'est comme ça tout simplement.

Mais en fait en les rejetant, nous construisons ces refoulements auxquels nous nous identifions. C'est justement ces refoulements qui sont à l'origine des conflits inconscients qui perturbent la fluidité de notre vie. Par ces refoulements on réagit au présent de l'adulte qu'on est devenu sur le modèle émotionnel de l'enfant que nous étions.

Mais ces émotions ne demandent en fait qu'à s'exprimer consciemment ouvertement. Elles sont vraiment bien là, ainsi comprimées, et elles ne peuvent pas disparaître spontanément.

Elles sont à l'origine de tous ces comportements réactionnels qui perturbent notre quotidien et de façon pulsionnelle à titre compensatoire nous poussent, entre autres, à l'attachement, à la dépendance de façon insidieuse…

1/ LE GRAND FARDEAU DE L'HOMME

1/ le tran-générationnel

Lors de la psychothérapie analytique nous assistons à l'émergence de secrets familiaux dans leur réminiscence avec la verbalisation d'actes réactionnels, émanant aussi bien de parents, grands-parents, tantes et descendants familiaux ...eux-mêmes ayant été soit victimes soit acteurs de passages à l'acte auto destructifs ou générateurs d'agressivité tournée vers l'extérieur. C'est toujours source de traumatismes.

Je pense ainsi à la souffrance, voire aux moments de détresse d'une personne suivie en psychothérapie totalement envahie par un immense remord, un rejet massif de son image psychologique totalement dévalorisée avec l'omniprésence d'une grande culpabilité envahissante. L'énumération de ces secrets familiaux extériorisés lors d'une psychothérapie psychanalytique et complètement cachés au fond de leurs entrailles, est très longue entre autres : les viols, les maltraitances sont assez fréquents, mais aussi de nombreux passages à l'acte maquillés pour les cacher…

Le dévoilement par les victimes de ces horribles traumatismes du passé, souvent sexuels, commence juste à pouvoir être exprimé au grand jour, mais leur impact marque ces victimes à vie. La dépendance de ce vécu hautement traumatisant est incommensurable et c'est extrêmement difficile de pouvoir se libérer de tels ancrages incrustés. Souvent l'omniprésence d'un tel mal-être plonge la personne en une détresse si profonde, que parfois comme nous l'avons vu, elle peut ne plus avoir accès aux causes rationnelles d'un tel malaise par déni inconscient.

La **psychothérapie psychanalytique** est une opportunité de l'extériorisation de ce poison qui était en train de pourrir l'intérieur de cette personne et peu à peu l'envenimait en sa totalité. *(A suivre…)*

Comment étais-tu Mâ ?

La 1ère ride vient d'un cri
La 2ème d'un pleur
La 3ème quand tu ris
La dernière quand tu meurs.

Comment étais-tu Mâ ?

Comment étais-tu Mâ quand tu avais 20 ans ?
Un être de blancheur, pureté et candeur
Qui savait soigner l'âme aussi bien que le cœur
Et dont l'Enseignement doublé de l'exigence
Distribuait tout l'AMOUR dont elle était l'essence !

Savoir fleurir
Savoir sourire

Comment étais-tu Mâ à la fin de ton temps ?
Les rides avaient creusé un sillon de bonheur
Faisant se refléter la 'Lumière Intérieure'
Et point ne se voyait le fait d'avoir vieilli
Puisqu'en Elle le 'SOI' à TOUT s'était UNI.

Savoir souffrir
Savoir vieillir

La 1ère ride : un cri
La 2ème ride : un pleur
La 3ème quand on rit
La dernière quand on meurt !

Geneviève Koevoets (Mahâjyoti) - *Khankal – Inde – 2008*

*Extrait de son livre '**Voyage Intérieur**' – Editions du Petit Véhicule – 150 Bd des Poilus-44300 NANTES - editions.petit.vehicule@gmail.com - 02 40 52 14 94*

L'éloge de la temporalité

Extrait de la Lettre N°64 de Jean Pélissier
Spécialiste en MTC (Médecine Traditionnelle Chinoise)

LETTRE: "ELOGE DE LA TEMPORALITE»

Et si notre incarnation était une aubaine incroyable, en ces temps de révélation pour monter en vibration ?

Posons-nous la question : pourquoi autant d'âmes se sont-elles incarnées sur la « Terre-Mère », dans cette période de transition de l'humanité.

Le temps : un avant Yin et un après Yang. Une succession d'instants présents. Nous sommes dans la dualité.

En tant qu'être humain, le Ciel nous a donné une espérance de vie d'une centaine d'années. Interrogeons-nous sur le pourquoi de cette durée de vie ?

Le taoïsme, et bien d'autres courants de pensée nous donnent réponse. Ce temps de vie qui nous est octroyée n'est pas le fait du hasard ni de quelque évolution que ce soit.

En médecine chinoise traditionnelle, on parle de « l'âme spirituelle », du Hun qui est de même vibration que l'énergie du Foie.

Cette âme qui sait tout, qui a tout vécu.

Elle est venue faire sur cette terre une cure de jouvence, un nettoyage en profondeur. Elle est venue pour résoudre un problème récurrent.

Et c'est cette dualité, cette temporalité qui permet cela. En effet, à d'autres niveaux d'énergie, ce que d'aucuns appellent « le quantique », le temps n'existe plus.

Pourquoi ce nettoyage ? Pour que cet hôte qui nous habite ne subisse plus la loi du Samsara. Ne retourne plus dans ce monde duel où se côtoient le beau et le laid,

le bonheur et le malheur, la joie et la tristesse, la guerre et la paix, l'égoïsme et l'altruisme…

Cette âme est ici pour atteindre l'éveil.

Et si nous savons nous départir de notre ego, nous mettre à « l'écoute de notre âme », celle-ci nous tendra « les perches de l'intuition » pour qu'au travers de nos actes de vie, nous puissions l'aider à ce grand nettoyage.

Alors, oui, si nous adhérons à cette vision, ne perdons pas de temps.

Notre lot de vie est semblable à un sablier que le Ciel a retourné à la naissance. Ce même Ciel s'adressant à l'âme, lui dit deux choses : « chut ! Tu ne diras rien de tout ce que tu connais » et surtout : « je te donne en moyenne 100 ans pour te réaliser !».

Mais entre les deux globes du sablier, il y a un goulet d'étranglement. Et en tant qu'être incarné, nous sommes maîtres de l'ouverture ou de la fermeture de l'écoulement du « sable de la Vie ».

Si nous donnons la priorité à notre ego, à la jouissance du matériel, à la satisfaction de nos cinq sens, ce goulet s'ouvre exagérément, et le sable s'écoule plus rapidement.

La règle du « Jeu de la Vie » fait qu'on ne peut pas rajouter de sable.

C'est le vieillissement précoce qui est au bout du chemin, et donc un raccourcissement de l'espérance de vie.

Certes, l'Éveil de l'âme peut apparaître à n'importe quel moment, mais ce n'est pas la majorité des humains qui ont cette opportunité ni cette chance.

Par contre, si nous donnons la priorité au développement de notre spiritualité au travers de nos pratiques de méditation, de lecture, de compréhension des « choses de la Vie », de nos rituels qui nous relient au Ciel, tout ce qui peut nous connecter à la parcelle de

Dieu qui est en nous, alors oui, ce goulet d'étranglement du sablier de la vie se rétrécit. L'écoulement grain par grain du sable, nous permet d'atteindre cette longévité qui, souvent, est nécessaire pour nourrir et transformer, nettoyer notre âme.

Plus on avance en âge, plus nous avons de chance d'obtenir cette sagesse, ce rayonnement, ce « sourire du Cœur » que l'on rencontre chez ces personnes âgées qui ont « réalisé leur vie ».

Alors, pratiquons encore et encore. Cultiver notre spiritualité permet de nous départir de notre ego.

À certains moments, certaines épreuves de vie surgissant de nulle part risquent de nous déséquilibrer sur notre « câble de vie ». Et, ayant perdu le Ciel, dans la trilogie Ciel-Homme Terre, cet ego peut décider de briser le sablier de la vie en mettant fin à ses jours. Certains sages vous diront alors que ce n'est que partie remise.

De même, ne pas prendre soin de notre maison, laissez le désordre s'y installer, et c'est notre âme qui décide alors de quitter cette demeure insalubre. C'est Alzheimer au bout du chemin.

Dans l'un et l'autre cas, il n'est pas sûr que nous ayons eu le temps de « réaliser » notre vie.

Vous comprenez maintenant quel est le but ultime de toutes les pratiques Yang Sheng Fa, « nourrir la vie ». Elles ne sont pas là pour repousser au-delà des limites, une mort inéluctable, mais pour laisser le temps au temps. Le temps pour atteindre cet éveil de l'âme. C'est une des conditions qui nous permettra de vivre le passage en pleine conscience, en pleine paix intérieure. Nous aurons alors réussi notre lot de vie et rempli notre mission sur cette Terre.

Jean PELISSIER - Marseille - Tél. 0611574189
www.jeanpelissier.com - pelissier.j@wanadoo.fr

Inspiré du voyage au Cachemire/Ladakh (Mars 2023)

Par Christiane SUZAN

Himalaya jaillit du cœur de la terre, s'élançant vers le ciel bien aimé…

Hauteurs dépouillées, désert de pierres, pentes abruptes que voilent parfois de subtiles couleurs, vert, violet, terre de Sienne, que le temps a estompé comme des souvenirs lointains. Vallées arides où se nichent des berceaux de verdure, refuge de la vie où les fleurs et les fruits poussent à l'ombre des peupliers. Halte bénie évoquant tour à tour au voyageur fatigué, les paradis perdus et les terres promises. Plus haut, toujours plus haut, d'ascension en ascension, la montagne s'élève, abandonnant au soleil, au vent, au gel et à la pluie la roche qui se brise, s'effrite, redevient poussière et que croissent vers les cieux ces pentes vertigineuses, érigées jusqu'à cette pointe ultime, ce sommet de l'âme où la montagne rejoint la porte du ciel et se fond dans l'immensité de l'espace.

Montagne, puissions-nous comme toi, aller de dépouillement en dépouillement jusqu'à la cime de notre être !

Christiane Suzan

Pour terminer quelques vers de Baudelaire que j'aime beaucoup :

Heureux celui qui peut, d'une aile vigoureuse,
S'élancer vers les champs lumineux et sereins,

Celui dont les pensées, comme des alouettes,
Vers les cieux le matin prennent un libre essor,
Qui plane sur la vie et comprend sans effort
Le langage des fleurs et des choses muettes.

Good news from Ma Sharanam School (India)

(Marie-France Martin nous envoie des bonnes nouvelles de l'école de Mâ Sharanam en Inde…Nous en avions parlé dans les JAY MA des années précédentes…)

Jay Ma, Dearest friends…Un district indien correspond approximativement à un département français. Le district dans lequel se trouve l'ashram n'est pas celui d'Indore, mais le district de Khargone, qui est essentiellement rural. Voici quelques bonnes nouvelles de Mâ Sharanam School, que je voulais partager avec vous en ce début d'année pour la nouvelle session qui démarre le 25 Juin.

1). Finally after a few years of challenges we are able to install solar panels for the electricity of the whole ashram and school. It's a big solar panel. We used to pay huge expenses for electricity but now we are self-dependent. Especially in our region there is enough sunlight throughout the year.

Finalement, après quelques années de tentatives et tergiversations, nous voici capables d'installer des panneaux solaires afin de fournir l'électricité à l'ensemble de l'ashram et de l'école. Nous avons dû affronter de lourdes dépenses mais nous voilà indépendants. Heureusement, notre région est suffisamment ensoleillée tout au long de l'année.

2). Now this year we have extended the hostel again to 45 boys. Due to covid and me not traveling we have reduced the children in the hostel to 15 only. Now again the ashram is full of children, which means full of energy movement and lots more joy.

Cette année nous avons agrandi le foyer afin d'y accueillir jusqu'à 45 élèves. A cause du covid et de moi-même qui ne voyageais pas, nous avons réduit le nombre de résidents à 15 seulement. Mais désormais, l'ashram regorge d'élèves, ce qui veut dire le plein d'énergie, de mouvement et beaucoup de joie autour de nous.

3).We have also added a sports teacher, who is a national player as hostel warden. Two more special teachers for science and mathematics have been appointed. Special classes in yoga, astrology, Ayurveda and Sanskrit are being conducted now.

Nous avons également ajouté un entraîneur sportif, joueur national, comme gardien du foyer. Deux enseignants spécialisés en science et mathématique ont été recrutés. Des classes spécialisées en yoga, astrologie, ayurvéda et sanskrit ont désormais lieu.

4). Last year we faced problems in getting government recognition due to the tin roof on class rooms. They complain it's not safe. We tried our best to convince them that it is a very durable construction. But they refused, so finally we are building a classroom with a concrete roof.

L'année dernière nous avons dû faire face à des problèmes avec le gouvernement qui ne voulait pas reconnaître les toits en tôle ondulée pour les classes. Ils se plaignaient que ce n'était pas assez solide. Nous avons fait de notre mieux pour les convaincre que cela constituait une construction durable. Mais ils ont refusé, ainsi nous sommes en train de construire des classes avec un vrai toit en dur.

5). Last session (which was from 2022 to 2023) our school performed excellent in the district. One of our boys scored Second position in district, in 10th examination with 96%.

Durant la dernière session, un de nos enfants a été classé second du département, avec une moyenne de 9,6/ 10, ou 19,2 /100, ce qui est exceptionnel.

6). Ma Sharanam Ashram has set an example in the whole region to successfully grow organic bananas, many farmers are now coming to learn organic farming.

L'ashram de Ma Sharanam a servi d'exemple dans toute la région pour sa réussite à faire pousser des bananes organiques. Beaucoup de fermiers se sont donc lancés dans l'agriculture biologique.

7). It is through all of your most incredible love and support that we are able to do this seva. Otherwise it was never possible.

C'est grâce à votre amour incroyable et à votre soutien que nous avons été capables de fournir ce '*seva'* (service). Sinon, rien de tout cela n'aurait été possible.

8). After covid we had so many challenges to begin the school but through Dana Mudra continuous support, Acharya Mangalananda effort from America and all the friends from Europe and America we are now able to keep this beautiful project running.

Après le covid, nous n'avons pas eu beaucoup de 'supporters' pour commencer les travaux de l'école, mais c'est grâce à Dana Mudra et à son soutien continu, à Acharya Mangalananda et à ses efforts en Amérique, sans compter tous les amis d'Europe et d'Amérique que nous avons pu mener à bien notre beau projet.

9). Again and again we all at Ma Sharanam are Very very thankful for your incredible loving support. Sending you all oceans of love, light and joy from Ma Sharanam.
C'est de nouveau, et encore une fois que nous tous, à l'ashram de Ma Sharanam, nous sommes infiniment reconnaissants pour votre incroyable soutien. Nous vous envoyons des océans d'amour, et souhaitons lumière et Joie de la part de Mâ Sharanam.

Le système scolaire indien se compose de l'école maternelle, d'une 'primary school', qui correspond à l'école primaire française, d'une 'middle school' (en France les classes de 6ème 5ème 4ème) d'une 'high school' (classes de 3ème et seconde) et 'higher secondary' (classes de 1ère et terminale). Il y a des écoles primaires pratiquement dans tous les villages, pour les 'middle schools' il faut souvent aller un peu plus loin. Les 'high schools' regroupent plusieurs 'middle schools', et les 'Higher Secondary' plusieurs 'high schools'. Beaucoup d'enfants arrêtent leur scolarité à la fin de la 'middle school', la 'high school' la plus proche se trouvant parfois à plus de 10 km, sans moyens de transport. La fin de la scolarité générale est la fin de la 'high school'. En 'higher secondary' les élèves n'ont plus que 5 matières. Il y a donc un examen d'état qui pour la reconnaissance sociale correspond au bac en France, et les élèves sont classés au niveau du département, (district). Un enfant a donc été classé second du département, avec une moyenne de 9,6/ 10 ou 19,2 /100, ce qui est exceptionnel.
À la création de l'Ashram, on a ouvert les classes jusqu'à un certain niveau et 3 ans plus tard jusqu'à la 'high school'. Pour aller plus loin, il faut des professeurs d'un niveau supérieur, spécialistes de leur sujet, et donc qui demandent un salaire beaucoup plus élevé, et ne veulent pas vivre en milieu rural. Les enfants du *guruKul* (internat) arrivent au niveau de la 'middle school', où au début de la 'high school', car sinon ils ne pourraient pas poursuivre leur scolarité, l'école étant trop éloignée. Ensuite, ils continuent en candidats libres, n'allant à l'école où ils sont inscrits que pour passer leurs examens, et avec l'aide des professeurs et de Swamiji, qui a une maîtrise de math. Cette année, 4 d'entre eux ont passé leur examen 'd'higher secondary', un seul l'a loupé. *Jay Ma*

O Ami

O Ami, sais-tu pourquoi le vent souffle ?
C'est pour te rappeler que l'Est peut aller à l'Ouest.
Tantôt l'eau tombe du ciel,
Tantôt l'eau s'élève vers le ciel.

Ce qui est en haut peut descendre,
Ce qui est en bas peut monter.
Sache que le Nord peut aller au Sud
Et que le Sud peut aller au Nord.

Lorsque le Cœur voit, les yeux voient,
Lorsque le Cœur entend, les oreilles entendent.
Laisse donc ton Cœur aller
Aux quatre points d'où souffle l'Esprit.

Tu peux être l'homme le plus heureux
Si ton cœur jeûne

De toutes tes possessions,
De tous tes désirs.

Tu peux être libéré dès à présent
Si les désirs n'accaparent pas ton cœur!

Babacar Khane – Le Yoga de la prière
(Envoyé par Véronique Gravouille)

Envoyé par Béatrice Fesselmeyer

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

Nouvelles

Cui cui cui...Bla bla bla...
T'as vu ? Le voyage est un retour vers l'essentiel…
Ben…oui...mais la paix permet d'aller jusqu'à l'éveil !
On part avec l'utile
On garde le nécessaire
On revient avec l'essentiel !

Jacques VIGNE : toujours en pleine activité pour sa '**Tournée 2024-25'** en **Europe, Asie**, en '**présentiel'**. **Il est reparti 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'y était pas retourné…Il a enchaîné ensuite sur la **Guadeloupe, l'Italie, la Suisse**, **La Réunion**…Et le revoilà en Inde, au **Ladakh**, aux **Sources du Gange**, au **Maharashtra Madhya Pradesh, au Sikkim, au Kerala**… Il est comme le furet « *Il est passé par ici, il repassera par là… »*

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 des dimanches 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

- :- :- :-

De Geneviève KOEVOETS (Mahâjyoti) :

3 livres sur la spiritualité de l'Inde : sur Mâ Anandamayî, Swami Vijayânanda et Jacques Vigne

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

*'**Du cinéma… à la Spiritualité'** (Les chemins sont passés par Rome…et par Jacques Vigne)*
Préface de Jacques Vigne *– Editions du Petit Véhicule – Nantes (Mars 2022)*
***editions**.petit.vehicule@gmail.com – 02 40 52 14 94*

***'Jacques Vigne, une vie de passeur…entre l'Orient et l'Occident'** (Clin d'œil sur sa vie, ses motivations, son enseignement…témoignages et bibliographie)*
Préface de Marc de Smedt *– Editions Ovadia (Nice) (Novembre2022)*
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

Marc de Smedt qui est l'éditeur de Jacques Vigne depuis 30 ans a fait la préface de ce livre, lequel **est sorti milieu Novembre 2022 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).**

- :- :- :-

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

- :- :- :-

Signalement d'une relique !!!

LIEN pdf du livre de Swami Vijayânanda '***Sur la trace des yogis'*** (2008)

Voici le lien pdf de ce livre que Jacques Vigne a retrouvé sur une clé, version française. A garder précieusement. Il a fait une reconnaissance optique,

https://drive.google.com/file/d/1xrQwrTgKcUdUoT4vJ03A_TuwMXPB7Cjp/view?usp=share_link

NOTE IMPORTANTE
C'est désormais la fin des abonnements payants pour la période de 3 ans de Mars 2021 à Mars 2024
Vous n'avez rien à faire…
A partir de cette date le JAY MA sera envoyé gratuitement
Libre à vous de faire un DON : comment ?

Fini le JAY MA au prix de 1 Euro symbolique par exemplaire. Les lecteurs fervents de cette brochure seront libres, ou non, de faire un 'DON' pour la Sangha de Mâ Anandamayî : le 'Kanyapeeth' à Bénarès, à travers le compte bancaire de Jacques Vigne.

BNP PARIBAS **Relevé d'Identité Bancaire / IBAN**

Cadre réservé au destinataire du RIB

Titulaire du Compte
Monsieur JACQUES VIGNE
22 rue Boissière – 75116 PARIS

Domiciliation BNPPARB PARIS AV KLEBER (02587)
RIB : 30004 00552 00002057278 04
IBAN : FR76 3000 4005 5200 0020 5727 804
BIC : BNPAFRPPXXX

Adresse pour envois de préférence par VIREMENT direct
en précisant le motif du virement *et en avisant* ***Jacques Vigne par email.***

Le paiement de ces dons sera reversé en Inde par Jacques Vigne en 'Roupies'.

Les personnes désireuses de s'abonner au JAY MA pourront prendre leur abonnement 'en vol' à n'importe quel moment auprès de Geneviève (Mahâjyoti) (voir ci-dessous) …Les numéros arriérés pourront également être consultés sur ce site de Mâ Anandamayî :

http://www.anandamayi.org/ashram/french/frdocs1.htm

Historique de l'envoi des « Jay Mâ »

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. **Ce N° est à votre disposition**. 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**. Ils sont priés de s'inscrire auprès de **Geneviève (Mahâjyoti)** qui en gère bénévolement l'édition 'trimestrielle', pour qu'elle puisse procéder aux envois en vous inscrivant sur ses nouvelles listes : koevoetsg@orange.fr **N'oubliez pas de l'aviser afin de recevoir la brochure…sinon, elle ne vous parviendrait pas ! Et…identifiez-vous bien…**

Cette brochure fut créée il y a donc **38 ans**... Elle représente un lien d'amour avec l'Inde, avec Mâ Anandamayî, avec les Swamis, les lectures, retraites, voyages, témoignages dédiés à l'activité dans les ashrams de Mâ, au souvenir de notre vieux Maître disparu Swami Vijayânanda, aux visiteurs occidentaux, aux voyages de groupes en Inde, aux pensées poétiques sur Mâ, aux déplacements de certaines personnalités qui choisissent de divulguer la sagesse et la spiritualité de ce pays lors de séminaires à travers le monde, aux traductions des plus belles pensées de Mâ, et pour Mâ…et aussi à vos témoignages vécus, si appréciés de nos abonnés ! Tout ceci à travers la composition qu'en fait Geneviève Koevoets (Mahâjyoti) depuis bientôt 15 ans (2009), prenant ainsi la succession d'Atmananda, de Danièle Perez et de Jacques Vigne lui-même, qui en assure désormais la supervision (et dont vous trouverez les programmes sur son 'site historique' : www.jacquesvigne.com et sur le nouveau : www.jacquesvigne.org).

Le succès remporté par l'envoi de notre petite brochure « Jay Mâ » par voie électronique, a remplacé l'envoi postal sur 'papier' qui venait de l'Inde avec tant de difficultés et Jacques Vigne a ainsi confié à son assistante bénévole (Geneviève-Mahâjyoti) le soin de vous la composer, de la formater et de vous l'expédier chaque trimestre par email. C'est un gros travail de recherches minutieuses, de création, de choix des textes, de corrections, de mise en pages, mais aussi une '*tâche sacrée'*.

Tous ceux qui sont déjà abonnés, le resteront automatiquement et pourront faire un 'don'… Tous les nouveaux qui voudront s'abonner (ou les anciens se réabonner) devront envoyer (ou confirmer) leur adresse EMAIL à Geneviève (Mahâjyoti), afin que notre cher « Jay Mâ » puisse leur parvenir rapidement ! Vous n'aurez plus qu'à le lire, ou à l'imprimer (comme le font certains) pour vous en faire une jolie collection sur papier…Vous aurez également les différentes photos de Mâ en couverture dans vos ordinateurs, puisque la brochure sera illustrée des mêmes photos que celles des exemplaires qui étaient envoyés, sur papier, depuis l'Inde.

ॐ ☐ ॐ ☐ ॐ ☐

Table des matières

Editorial *(par Geneviève - Mahâjyoti)*

Mère Se Révèle (*Extrait de ce livre sur Mâ Anandamayî)*

Je dormais et je rêvais *(Tagore)*

Pour se relier…Affirmation*… (Très courts poèmes…)*

Le bonheur est entre vos mains (*Par Dzigar Kongtrül Rinpoché)*

Appel pour la Paix (suite) *(Par Richard Lavergne)*

Assemblée Historique '10.000 Personnes Pour la Paix en Inde'

Samadhi *(Par Jacqueline Bolsée-Pleyers)*

La 4ème manifestation du Bouddha *(Par Jérôme Rochelle) Voyage Ladakh/Cachemire*

Notes préliminaires sur le livre 'Lâcher toute dépendance *(de Michèle Cocchi-Jacques Vigne)*

Comment étais-tu Mâ… ? *(Poème de Geneviève Koevoets-Mahâjyoti - 2008)*

L'Eloge de la temporalité *(Lettre N°64 de Jean Pélissier)*

Inspiré du voyage au Cachemire/Ladakh *(Par Christiane Suzan)*

Good news from Ma Sharanam School (India) *(Par Marie-France Martin)*

Nouvelles et Annonces…

Renouvellement du JAY MA :
(Désormais gratuit - DONS acceptés pour l'ashram de Mâ Anandamayî)

Table des Matières