

VOL.2

9 NOVEMBRE 2024

GAZETTE

DU YOGA INTÉGRAL



ॐ नमो भगवते



LE PONT DES ÂGES

DE LA RÉVÉLATION DES VÉDAS AU YOGA INTÉGRAL

D'ALEXANDRE SORDET



Il semblerait que, dans cet âge de Révélation que nous vivons, le passé enfoui de l'humanité soit à nouveau disponible... L'écriture par Sri Aurobindo du livre « Le Secret des Védas » symbolise sans doute ce recouvrement. Pendant des millénaires, la Vision des Rishis a été incomprise, réduite à des formules et des rituels, si bien que l'esprit fut progressivement perdu. Après tout, le Sanskrit utilisé par ces Voyants était une langue initiatique, qui fut mal interprétée par l'esprit moderne (indien comme occidental), incapable de faire sien un message d'une si grande profondeur spirituelle.

Car les Védas ne sont pas de simples hymnes dédiés à des divinités élémentaires (comme le voudrait une vision exclusivement exotérique), mais l'épopée de cette Création Divine, de la Matière la plus inconsciente à la révélation du Dieu en l'homme et du Dieu en l'atome : c'est le secret des Âges qui est contenu dans ces pages immortelles et qui furent données à l'homme en cette aube émouvante de notre cycle. Car les Rishis ne sont pas les auteurs de ces Révélations, mais les auditeurs (Sruti) d'une Vérité contenue dans les sphères supérieures. Le Sanskrit, langage des dieux, fut lui-même révélé aux hommes !

Il est fascinant de reconnaître qu'un Infini de Connaissance existe de toute-éternité dans les lumières supra-terrestres, d'où nous puisons toutes nos clartés, nos génies et nos actes inspirés. La force d'un homme est proportionnelle à sa capacité de recevoir ces influx célestes.

Les Rishis furent donc ceux qui entendirent la mélodie des ces sphères immortelles, les Mantras prophétiques du Destin de la Terre. Malheureusement, l'Esprit qui porte des civilisations s'éclipse parfois car la grandeur est lourde à porter.

Ainsi, les hommes n'eurent bientôt plus la force de comprendre les premiers Voyants, ils se réfugièrent dans la forme et le protocole. La Révélation des Védas fut perdue et il fallut attendre le Rishi de Pondicherry, Sri Aurobindo, pour réveiller la Flamme endormie.

« Ce qui est immortel dans le mortel, ce qui possède la vérité, est un dieu établi au-dedans comme une énergie à l'œuvre dans nos pouvoirs divins.... Exalte-toi, ô Force, perce tous les voiles, manifeste en nous tout ce qui est Divin. » Vâmadeva – Rig-Véda

Mais que contient donc cet enseignement ? Pourquoi fut-il récité à haute voix par des générations d'hommes et de femmes, dépositaires de cet héritage sacré ? Les Védas, ce sont la grande épopée humaine, mais surtout : l'exhortation faite à l'homme de ne pas trahir sa destinée divine, de ne pas oublier son rôle, ni sa quête, dans cette lourdeur obsédante du royaume matériel, dans lequel – héros – il a choisi de descendre !

L'homme doit coloniser cette Nuit de la Matière et porter l'étendard de l'Esprit. Les Védas, c'est un hymne héroïque, c'est la boisson fortifiante, le soma ou l'hydromel, donnée à l'homme pour accomplir son immense et insensée tâche !

Nous pouvons imaginer avec émotion ces générations d'êtres, rassemblés autour d'un feu vivant sous le clair de lune, partageant les Mantras sanskrits et sentir la grandeur qui les unie.

« Que le chemin du Verbe conduise aux divinités, vers les Eaux par l'action du Mental... Ô Flamme, tu vas vers l'océan du Ciel, vers les dieux ; grâce à toi se rencontrent les divinités des plans, les eaux qui sont dans le royaume de la lumière au-dessus du soleil et les eaux qui demeurent au-dessous. »

Quels sont ces eaux dont parlent les Rishis ? Ce sont les mondes spirituels (les eaux du haut) et les mondes matériels (les eaux du bas) : déjà, il était question de réunir ces deux royaumes pour unifier l'être : Matière et Ciel. Déjà, il était question de cette Aspiration vivante qui monte, cette Flamme (Agni) qui est l'essence du Yoga Intégral, éveillée dans le cœur du chercheur d'Immortalité.

“Au commencement, les Ténèbres étaient cachées par les ténèbres, tout ceci était un océan d'inconscience. Quand l'être universel fut dissimulé par la fragmentation, alors par la grandeur de son énergie naquit cet Un. Cela frémit d'abord comme désir au-dedans, ce fut la prime semence du mental. Les voyants de la Vérité découvrirent la construction de l'être dans le non-être par la volonté dans le cœur et par la pensée ; leur rayon était étendu horizontalement ; mais qu'y avait-il au-dessous, qu'y avait-il au-dessus ? Il y avait Ceux qui sèment la graine, il y avait les Grandeurs ; il y avait la loi du moi au-dessous, il y avait la Volonté au-dessus.”

La vision contenue dans ces lignes est vertigineuse !

La fragmentation représente le stade final de cette Descente dans la Matière, cet oubli de soi de l'Esprit. Puis l'émergence du désir, du mental, ce sont les premières tremblements d'un Dieu qui se dégage de son sommeil premier. Puis les Voyants de la Vérité reconnurent les Grandeurs à l'œuvre, cette Main qui dirige ce Jeu obscur : la Volonté supramentale qui, en secret, anime l'atome, la plante et l'homme.

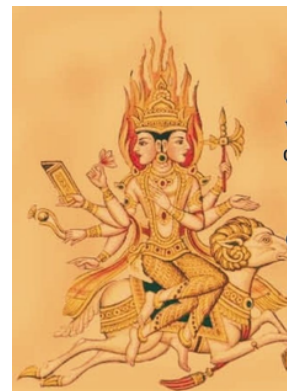
Le Maître de Sagesse abattit les enclos de pierre et appela les Troupeaux de Lumière (...), les troupeaux qui se tiennent en un lieu secret sur le pont jeté par-dessus le Mensonge entre deux mondes au-dessous et un au-dessus; désirant la Lumière dans l'obscurité, il fit monter les Troupeaux de Rayons et retira le voile recouvrant les trois mondes; il démolit la cité tapie dans l'ombre, détacha les trois de l'Océan, et découvrit l'Aurore et le Soleil et la Lumière et le Mot de Lumière.
Rig-Véda. X. 67. 1-5.

Au cours de sa quête évolutive, l'aspirant rencontre ces enclos de pierre qui toujours cherchent à limiter son ascension et lui voiler la lumière ; les Rishis connaissaient l'existence de ces forces obscures et considéraient le Yoga comme une véritable guerre, une lutte contre le Mensonge qui enserre le monde ; les Troupeaux de Lumières représentent cette Lumière que nous devons délivrer en nous-mêmes, souvent cachée, souvent emprisonnée. Les trois Océans pourraient signifier la trinité du Satchitânanda, qui vient annoncer l'Aurore d'une vie nouvelle et la destruction de cette cité tapie dans l'ombre, qui est ce Mensonge devenu la loi du monde.

Ceux-là sont conscients de l'étendue du mensonge dans le monde ; ils grandissent dans la maison de la Vérité, ils sont les fils puissants et invincibles de l'Infini.
Rig-Véda. VII. 60. 5.

Les Védas n'utilisent pas des images seulement symboliques, mais dépeignent des réalités spirituelles avec la plus grande acuité : l'expérience de la descente de la Shakti, par exemple, ressemble à ces eaux qu'on libère, ou à ces troupeaux qu'on délivre, amenant l'effondrement des enclos étroits qui nous séparent de notre réalité spirituelle. Ainsi, les Védas utilisent certes un langage mystique et imagé, mais d'une précision saisissante !

Le Maître de Sagesse, lorsqu'il naît pour la première fois dans l'éther suprême de la grande Lumière — nombreuses sont ses naissances, sept sont les bouches du Verbe, sept ses Rayons — disperse les ténèbres de son cri.
Rig-Véda. IV. 50. 4



Agni

Le chiffre sept, représentant différents mondes, revient souvent. Ce sont les deux hémisphères inférieurs (Matière, Vie, Mental) et supérieurs (Sat, Chit, Ananda) reliés par le Supramental. Les Rishis avaient donc parfaitement connaissance de ce dernier plan, qu'ils appelaient le « quatrième état », *touriyam svid*, « la vaste demeure », « le monde solaire », *Swar*.

«Je me suis élevé de la terre au monde du milieu (la vie), je me suis élevé du monde du milieu jusqu'au ciel (le mental); du firmament céleste je suis allé au monde solaire, à la Lumière (Supramental)» (Yajour-Véda 17.67) «Mortels, ils accomplirent l'immortalité.»

Le Supramental est «le Vaste, le Vrai, le Juste », Brihat, Satyam, Ritam, «la lumière qui n'est pas brisée». Et les Rishis se mirent à chercher ce « soleil perdu » dans la Matière même, dans cette extrémité opaque de l'Esprit : ils cherchèrent Agni, le souffle divin, au coeur de cet océan de l'inconscience, ce Roc. Ils virent ce qui est éveillé dans ce qui semble endormi.

Sri Aurobindo trouva dans les Védas une confirmation de ses propres expériences spirituelles et une base solide sur laquelle fonder tout son système « philosophique. » En ressuscitant l'Esprit du Passé, il nous permet désormais de marcher fermement vers ce Futur divin qui s'offre à nous. L'ombre étincelante des Védas teinte toute l'oeuvre du Maître : *Savitri* peut-être considéré comme une sorte de « Véda moderne », tant la puissance évocatrice des images, la force du rythme rappellent la poésie inspirée des Rishis.

*« Enivrées comme par une pluie de nectar,
Les étendues passionnées de sa nature affluèrent vers elle,
Striées d'éclairs, ivres d'un vin lumineux.
Tout était une mer sans limites qui se soulevait vers la lune.
Un courant divinisant possédait ses veines,
Les cellules de son corps s'éveillèrent à un sens spirituel,
Chaque nerf devint un fil conducteur de joie ardent :
Tissus et chair prirent part à la béatitude.
Illuminées, les cavernes au brun grisâtre du subconscient insondé
Vibrèrent par la prescience de son pas vivement désiré
Et se remplirent de crêtes vacillantes et de langues de feu en prière. »
(La vision et la grâce)*

Je suis très ému à l'écriture de cet article car je mesure peu à peu la chance que nous avons : celle de pouvoir réaliser un Pont entre le passé, le présent et le futur. C'est toute l'histoire de l'épopée humaine qui est désormais révélée.

Comme disait la philosophe Simone Weil, *l'enracinement* est la clé pour l'émancipation humaine. Connaître nos racines profondes et spirituelles, qui nous viennent de cette aube légendaire des âges, est pour nous la garantie d'une force inviolable.

Sri Aurobindo n'a pas passé autant de temps à traduire les Hymnes d'Agni (Du Rig-Véda), à commenter les Isha Upanishads (les plus vieux Upanishads, très influencés par les Védas) ou à dévoiler les merveilles du Sanskrit pour rien : c'est parce que notre passé a une importance capitale dans cet âge qui vient. Nous devons l'aimer, le connaître, embrasser l'esprit des anciens et porter, avec nous, tout l'effort de l'humanité dans cette ascension vers ce royaume de Swar, où brille éternellement le Vaste, le Vrai, le Juste, la Conscience-de-Vérité, le monde solaire... le Supramental.

Suivez le fil brillant dévidé à travers le monde du milieu, protégez les sentiers lumineux construits par la pensée, créez la race divine (...). Vous êtes les voyants de la vérité, aiguissez les lances brillantes avec lesquelles vous frayez le chemin vers ce qui est Immortel; connaissant des plans secrets, formez-les, les marches par lesquelles les dieux ont atteint à l'immortalité.

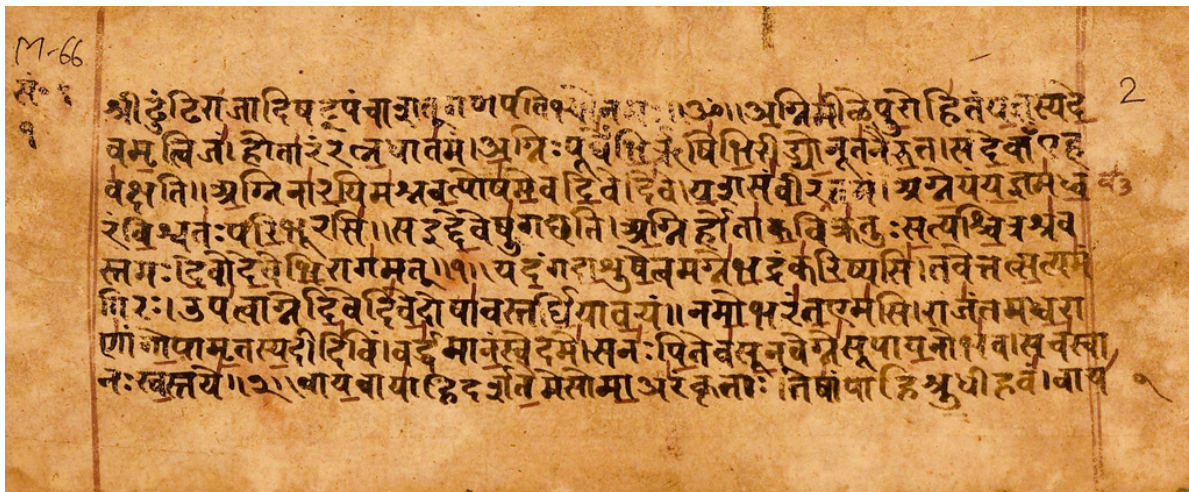
Rig-Véda. X. 53. 5, 6, 10.

La réalisation Supramentale des Rishis était certes prodigieuse, mais elle demeurait incomplète. Elle dessina une possibilité merveilleuse pour le genre humain et fit retentir les premières notes de cette épopée divine. Mais Sri Aurobindo porta cette réalisation bien plus loin (jusqu'au physique subtile) puis, par la suite, Douce Mère qui entreprit l'aventure ultime : la transformation des cellules.

Aujourd'hui, le chemin a été tracé, les obstacles déblayés par les deux Avatars qui, dans leur amour, ont permis l'Impossible.

Nous pouvons, à notre tour, prendre part à cette fabuleuse épopée : notre atmosphère terrestre baigne dans cette lumière solaire, Supramentale ; et notre aspiration sincère à la Vérité, à la Beauté, à l'Amour peut progressivement nous mettre en contact avec la divine substance, qui transformera le vieil Adam en nous. L'Extraordinaire est devenu la loi ordinaire de nos vies.

Les temps ne sont plus au désespoir, mais à la jubilation et au combat héroïque !



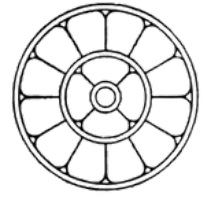
Manuscrit des Védas





FAIRE LE PONT

PAR PASCAL EMMANUEL

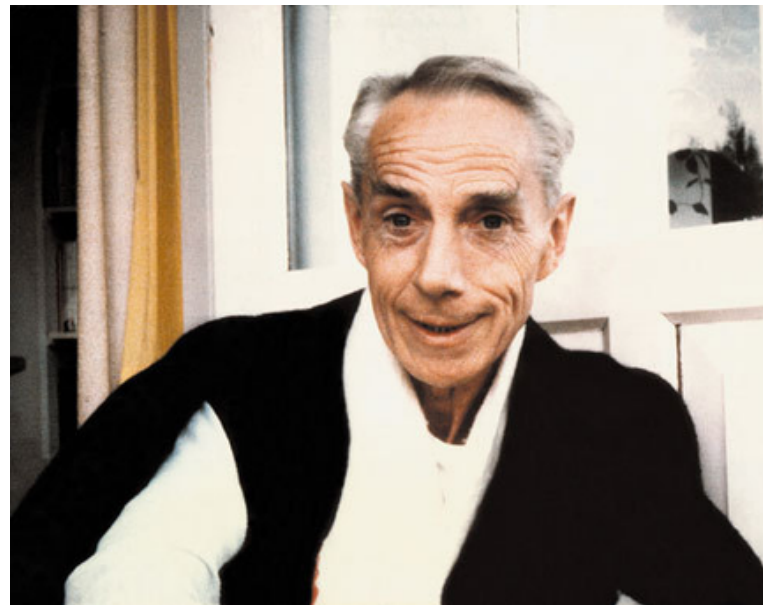


Carnets d'une Apocalypse – 2 août 1982

Reçu cette remarquable vision de L...

Le grand pont inachevé

Savez-vous ce que j'ai vu il y a deux nuits ?
(du 6 juillet) Un immense pont en construction en Inde, un pont qui enjambait une eau tumultueuse et boueuse, impossible à franchir à la nage.



Et ce pont était immense, fait de ciment et de terre (à la façon indienne), massif comme une forteresse, et prévu pour faire passer au moins une dizaine de trains côte à côte. Je voyais les rails déjà posés. Mais le pont était en construction, pas fini, il manquait juste un petit bout. J'attendais là avec quelques jeunes gens inconnus de mon âge, filles et garçons, et il fallait attendre le train pour passer ce pont (c'était ce pont que j'avais rencontré au début de mon "tour du monde" ou au début de l'"Aventure").

Finalement, impatient d'attendre ce train qui ne venait jamais, je suis monté sur la partie supérieure du pont, sur le toit, et ai essayé de passer comme ça. C'était au moins à cinquante mètres au-dessus de l'eau, dans une obscurité blafarde et peu engageante, et j'avais sur cette espèce de plateforme suspendue dans le vide vers l'autre rive. Et tout d'un coup je me suis retrouvé au bord, à l'extrémité, avec l'eau qui coulait cinquante mètres plus bas. Il n'y avait pas moyen d'avancer plus loin, c'était la fin du pont, mais l'autre rive était très proche, il restait juste un bout de pont à faire pour joindre l'autre rive.

(C'est moi qui souligne, non Satprem)

Le sens personnel m'apparaît assez clair, mais pourquoi un si gros pont avec tant de rails de chemin de fer, comme s'il était construit pour une foule de voyageurs ? Et en Inde ?

(Réponse de Satprem)

Ta vision du "pont". C'est Sujata qui a trouvé l'évidente interprétation. Ce pont était si formidable et massif parce qu'il avait été construit par Sri Aurobindo et Mère pour faire passer une foule de gens de l'autre côté : dix trains côte à côte. Et puis, tu n'as vu que "quelques garçons et filles" qui voulaient bien passer, et les trains ne venaient jamais parce que personne ne voulait passer sauf quelques-uns. Il restait un petit bout de pont à construire parce qu'il FALLAIT que ce soit l'aspiration humaine qui construise ce dernier petit bout. Peut-être pourrions-nous, au bout de cet énorme pont, jeter une toute petite passerelle pour les quelques-uns qui voudront bien passer...

Nouvelle lettre de L., du 14 août 1982

Cette vision du "pont" est remarquable, maintenant je comprends tout à fait. Il y avait aussi un détail que je ne vous ai pas dit : à l'entrée du "pont" il y avait les préposés au pont, les officiels du pont en quelque sorte, et c'est eux qui disaient : "Vous ne pouvez pas passer, il faut attendre le train officiel." Et c'est pour cela que cette poignée de jeunes gens attendaient (en tournant en rond) à l'entrée du pont. Puis je me suis approché et j'ai insisté : "Mais enfin, il n'y a pas besoin de train pour traverser, je vais y aller à pied, en suivant les rails." Et le type m'a répondu : "Vous ne pouvez pas faire cela ! Vous allez vous perdre. Si vous rentrez sur le pont, vous vous perdrez car il y a toutes sortes de chemins et bifurcations là-dessous." Et il me montrait du doigt l'obscurité sous le pont. C'est donc ainsi que j'ai décidé de passer outre et de monter au-dessus, sur le toit recouvrant le pont, et de traverser ainsi, jusqu'au moment où je suis arrivé au bord et ai failli dégringoler dans l'eau cinquante mètres plus bas. Voilà. Donc les "gardiens" du pont détournent ou découragent les gens de traverser.

(Réponse de Satprem du 21 août 1982)

Les "Officiels du pont", c'est merveilleusement cela ! "Sri Aurobindo et Mère ont ouvert le chemin, mais surtout ne marchez pas dessus !" C'était cela, le Mensonge depuis le début ; dans un premier interview avec je ne sais quel Canadien (j'ai dû garder cela dans un dossier rouge), Nolini a déclaré : "Avec le départ de Mère, la Transformation est arrêtée." Ils veulent tous adorer, mais surtout pas devenir, c'est trop fatigant !

1. C'est la "bataille de l'Agenda" après le départ de Mère, justement contre ces forces du Mensonge qui voulaient avaler l'Agenda et mettre "Krishna en or" sous clef pour bâtir leur nouvelle Église.

Carnet du 31 mars 1984

La dernière racine s'est retournée. Instantanément le corps a bu le Délice de la Pureté Divine. Le Nectar Blanc de la Pureté Suprême. La difficulté centrale est résolue. Mère est victorieuse. La Terre va changer. Mère LÀ physiquement. Le dernier cordon ombilical avec le vieux scaphandre est coupé. Nous y sommes. Le pont EST FAIT

Carnet du 17 septembre 1986

Le problème "central" c'est ce qui se passe ici, c'est cet effort désespéré pour qu'une matière humaine puisse faire le pont avec l'autre chose, le monde que nous voulons incarner. C'est cela le problème central.

Et naturellement les forces cherchent féroce­ment à désorganiser, ébranler ou détruire le travail. Sans t'en rendre compte, tout à fait involontairement ou inconsciemment, tu te fais l'instrument de ces forces de désordre qui n'attendent qu'une microscopique petite ouverture pour se précipiter ici et tout saccager. C'est ce qui s'est passé à l'Ashram, à Auroville et c'est ce qui se passe partout, tristement. Ceux qui veulent faire le travail ou qui tentent de le faire sont impitoyablement mis à l'épreuve. Je ne suis pas Mère et je ne peux pas prendre sur mes épaules toutes les difficultés et les problèmes et les vexations extérieures. Il faut, oh, il faut qu'un être humain puisse faire le pont. Il n'y a pas de moi là-dedans, il n'y a pas d'individu : il y a une tentative terrestre très désespérée.

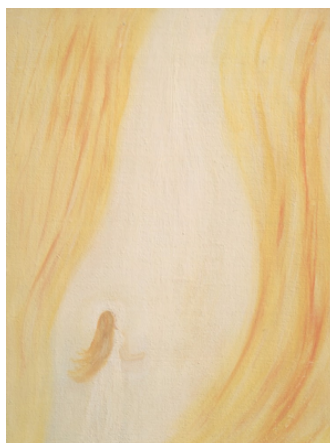
Carnet du 20 août 1989

Il faut qu'il y ait un échantillon – au moins un – qui fasse le pas. C'est ça, "faire le pas". La Terre Nouvelle, elle ne va pas nous tomber sur la tête, n'est-ce pas, il faut que ça sorte d'un corps terrestre, c'est aussi simple que cela. Alors il faut qu'il y ait un de ces foutus échantillons humains qui consente à ... ou qui soit capable de suivre, de faire le trou ou de faire le chaînon, de faire le pont avec cette Nouvelle Terre. Ils ont fait le boulot, eh bien, il faut suivre, voilà, je n'ai pas arrêté de le dire. Mais le bout, moi je ne le connais pas. J'ai l'impression chaque jour et je pourrais dire à chaque seconde, de vivre le bout. Parce que chaque fois, c'est le bout.

Nuit du 14-15 février 1994

Au milieu de la nuit, une vision qui m'a singulièrement "émerveillé", alors qu'elle a l'air toute simple. J'ai vu un pont – pas un grand pont, peut-être pas plus grand qu'un pont de Paris, mais je ne sais pas car j'étais à une certaine distance, en bas (plus bas que le pont). Mais il n'y avait pas d'eau ou de fleuve, que je sache. Ce qui me frappait d'étonnement, c'était la beauté de ce pont, pourtant tout simple (il y avait peut-être une arche ou deux ?), mais d'une couleur ! d'une qualité ! c'était blanc mais comme mêlé de rose, d'orange très léger, nacré, avec le blanc qui dominait. Je ne sais pourquoi j'étais «émerveillé», même dans mon sommeil. Un pont qui reliait simplement deux côtés ou deux bords de terre.

J'ai raconté cela à Sujata, qui instantanément a pensé à ces vers de Sri Aurobindo [dans] *Le Labeur d'un Dieu : Le gouffre entre les profondeurs et les hauteurs est comblé (et les eaux d'or se déversent).* Ce poème continue avec ce vers si exactement signifiant : *"Le feu du ciel est allumé dans la poitrine de la terre".*



Peinture d'Huta

Commentaire

Ces quelques extraits des *Carnets d'une Apocalypse* de Satprem illustrent la photo de couverture de notre Gazette et fixent l'un des enjeux du travail des disciples. Le premier point à éclaircir est de comprendre comment Satprem peut nous parler, en 1982, de cette vision d'un pont inachevé, puis en 1984 d'un pont terminé, et malgré tout nous exhorter d'une façon si poignante, en 1986 et 1989, à faire le pont, avant de partager, en 1994, une nouvelle vision d'un pont magnifique.

Une hypothèse parmi d'autres est de partir d'une conversation avec Pavitra du 8 mai 1926, publiée dans les *Entretiens de Mère du 20 mai 1953*, dans laquelle Sri Aurobindo évoque 7 niveaux du plan physique : 5 correspondants aux 5 agrégats de la Matière, les 5 éléments : l'éther, l'air, le feu, l'eau et la terre ainsi que deux niveaux plus profonds, le physique-vital et le mental dans la matière. Par ailleurs, je me souviens avoir lu quelque part que Sri Aurobindo a parlé aussi des neuf états de la Matière.

Ainsi, Satprem a pu réaliser la jonction sur un plan subtil, et non sur tous. Le pont est fait, la jonction est établie... sans l'être totalement, et le travail doit continuer. Et puis, même si Satprem a terminé le pont vers le nouveau monde, la réalisation d'un individu isolé est évidemment insuffisante pour faire passer la masse d'individus destinés à faire le passage. Chacun de nous doit trouver le moyen, doit trouver le passage... non pour lui-même, mais pour l'humanité, pour le Divin dans l'humanité.

Notons aussi que, depuis cette extraordinaire vision de 1982, les attaques adverses restent puissamment d'actualité. Toujours, nous sommes découragés d'emprunter ce pont et de faire ce yoga : *"Sri Aurobindo, Mère, Satprem, tu n'as que ces mots-là à la bouche, et de toute façon, tu n'y arriveras pas, c'est trop difficile. Et tu te prends pour qui ? Ta quête du surhomme, c'est un truc pour magnifier ton ego et te croire supérieur. D'ailleurs, cette idée d'une nouvelle espèce est une folie, non seulement une folie prétentieuse, mais une folie dangereuse. Etc..."* Ces petites voix ironiques et blessantes, parfois très habiles, nous ne les connaissons que trop... et nous les remercions de fortifier notre discernement, notre vigilance, et notre détermination à aller jusqu'au bout.

Le point le plus important de ces extraits est de fixer dans notre conscience l'idée que la jonction est faite. Si elle est faite, nous pouvons l'emprunter. Nous pouvons projeter notre conscience dans ce nouveau monde et y puiser toutes les forces, toutes les énergies, toutes les informations que nous pourrions contenir et ramener. À cet égard, l'Agenda du 2 juin 1962 est très intéressant. Mère raconte une expérience où elle devait traverser une rivière, et il suffisait qu'elle dise, avec sa **"Volonté supérieure, une volonté cristalline, claire, impérative : "je veux aller là", et elle y était**. Alors que les moyens traditionnels, par exemple avec un bateau, compliquaient tout : non seulement cela ne fonctionnait pas – Mère commençait à s'enfoncer dans l'eau – mais l'eau elle-même devenait trouble. L'utilisation des vieux moyens traditionnels ne nous permet pas de découvrir les nouveaux moyens de la conscience supérieure. Ainsi, nous avons là une occasion d'apprendre à nous servir de notre volonté consciente.

Dans un prochain article, nous aborderons un second point délicat, à savoir que c'est le corps qui est censé faire la jonction.

**C'est le corps qui fera le pont. C'est dans le corps qu'est la clef.
Tout le mystère commence là. Satprem – L'espèce nouvelle**

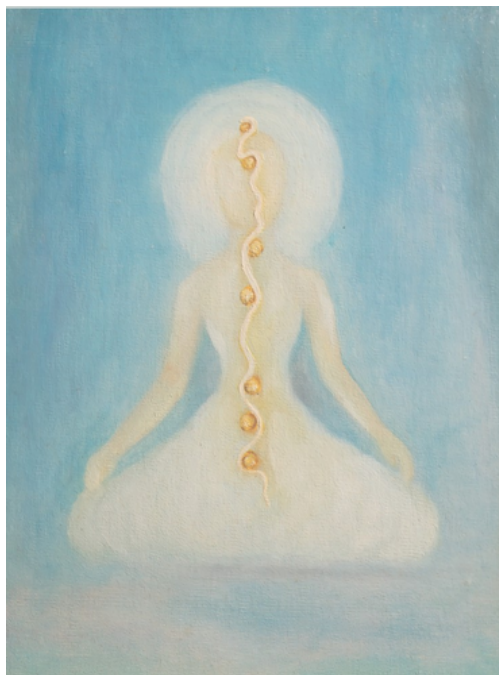
Pour le moment – chaque chose en son temps – rassemblons les informations à notre disposition. Satprem attire notre attention sur l'aspiration et Mère sur la volonté vraie. Si déjà, nous comprenions parfaitement bien comment mettre en pratique ces deux forces, nos vies changeraient sensiblement.

Pour le moment, savourons le délice d'être au bord du mystère, peut-être le plus grand des mystères. Reconnaissons la qualité si particulière de ce moment, lorsque nous sommes tout près (et tout prêt) de franchir une porte, la plus énigmatique et la plus merveilleuse des portes.

Pour le moment, souvenons-nous enfin que nos questions sont souvent plus intéressantes que nos réponses. Comment le corps pourrait-il faire le pont ? Comment le corps pourrait-il être la clef ? Laissons ces mystérieuses questions s'imprégner en nous, laissons décanter notre nature, mentale, émotive, sensorielle, et il est possible que nous recevions l'inspiration ou l'intuition de la réponse, avec la force nécessaire pour la mettre en pratique.

Puisse notre conscience devenir vaste et tranquille, claire et limpide, transparente et réceptive à la Lumière divine et à la Grâce de la Mère.

Avec tout mon amour



Peintures par Huta

MON MANTRA

PAR CYRIL

Il y a longtemps, je me cherchais un mantra. Alors, bien évidemment, je me suis tourné vers celui Mère "OM Namô Bhagavaté". Et je l'ai répété stupidement pendant longtemps. Mais cela ne me convenait pas complètement : Je voulais mon Mantra à Moi. Bien plus tard, j'ai réalisé que "OM Namô Bhagavaté" est un mantra du corps, car maintenant, parfois, quand je fais le silence dans ma tête, cela m'arrive d'entendre le mantra qui se répète tout seul, mécaniquement. Mais à l'époque, j'avais sans doute besoin d'un autre mantra pour l'action du moment. Alors, je me suis tourné vers mon être psychique en lui demandant un mantra. Et il me répondit : "La Vérité est Joyeuse"

"La Vérité est Joyeuse", intellectuellement on comprend : Dieu est Sat-Chit-Ananda. Donc, le Réel, le Vrai est forcément Ananda, donc Joie.

"La Vérité est Joyeuse", si on souhaite un argument d'autorité, on peut se tourner vers la Mère qui affirmait que notre univers a été créé pour manifester la Joie du Divin.

"La Vérité est Joyeuse", m'invoque aussi une phrase de Sri Aurobindo qui disait que si des sages cherchaient quelque chose de froid et austère, ils ne seraient pas des sages mais des ânes.

"La Vérité est Joyeuse", cela veut dire que je démasque le mensonge de ceux qui pensent que la voie du Yoga Intégral se doit d'être dur et austère.

"La Vérité est Joyeuse", cela veut dire que le sens de l'humour est pleinement justifié et indispensable au monde.

"La Vérité est Joyeuse", cela veut dire que les gens qui aiment se plaindre, se faire victime ou se diminuer sont dans l'erreur.

"La Vérité est Joyeuse", c'est détruire l'hypnotisme qui fait croire que tout doit être compliqué. Comme si parce qu'on a galéré ou souffert, cela faisait de la valeur.

"La Vérité est Joyeuse", cela veut dire que notre chemin de conquête de la Vérité, de combat dans le monde se fait dans la Joie de la lutte et de la Victoire certaine. "Remettez vos problèmes au Divin et il vous sortira de toutes les difficultés", disait la Mère.

"La Vérité est Joyeuse", cela veut dire que l'on invoque la Grâce Divine pour qu'elle œuvre dans le monde et détruise le mensonge de la souffrance.

"La Vérité est Joyeuse", c'est dévoiler la Merveille de ce monde.

"La Vérité est Joyeuse", c'est suivre le chemin qui donne le plus de Joie.

Vous l'avez compris, ce mantra est plus qu'une simple compréhension intellectuelle pour moi. C'est une action. C'est une Vérité que je martèle sur la Terre.

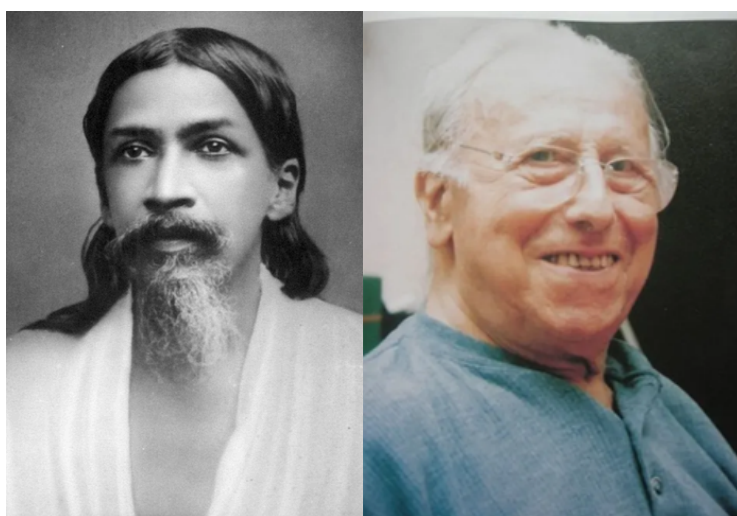
Et cette gazette est pour moi une grande source de Joie. Je vois les sadhaks qui s'unissent. Je vois l'enthousiasme des gens. Je goûte la Joie de l'Unité. Et même si intellectuellement, je ne comprends rien à ce qui se passe. Je vois la Joie et je sais que l'on est dans le Vrai.

Donc, un grand Merci à tous les contributeurs qui participent ou participeront à ce projet.

LE YOGA DE L'ÉNERGIE

PASSERELLE ENTRE LE YOGA TRADITIONNEL ET *LE YOGA INTÉGRAL*

PAR YVON



Je venais d'avoir 18 ans en 1976 lorsqu'un ami peintre m'offrait un tableau (ci-dessus à droite) avec un magnifique portrait, sur fond de ciel bleu. Cet homme était à cette époque, pour moi, un inconnu. Ce n'est que quelques mois plus tard que je découvrais, dans une librairie, ce personnage mystérieux ; c'était le philosophe Indien et maître du Yoga Intégral, Sri Aurobindo*. J'achetai alors le premier tome d'un des rares ouvrages disponibles à l'époque « La vie Divine » et m'attelai avec ardeur à sa lecture. Hélas, la première phrase me terrassait et le livre reprenait sa place sur les rayons de ma bibliothèque. De nombreuses tentatives toutes aussi infructueuses se succédèrent. De mois en mois j'avancai de pages en pages sans arriver à comprendre véritablement ni le sens ni le but de ce grand sage. Intérieurement, je sentais que je tenais un trésor dans les mains mais la carte et le chemin d'accès restaient inaccessibles.

J'ai alors découvert les livres de Jean Herbert qui suite à un travail colossal a compilé et classé les pensées de Sri Aurobindo par thèmes. Ceci a été pour moi une très grande aide pour mieux appréhender l'immense œuvre du grand Homme. A la même époque et après quelques années de pratiques du Hatha Yoga en autodidacte grâce aux livres de André Van Lysebeth, je suis tombé par hasard (mais y a-t-il réellement hasard) sur le premier livre de Roger Clerc* en 1976, « Yoga de l'énergie ». Ce livre a été pour moi, une révélation et je me suis mis à pratiquer seul les exercices décrits dans cet ouvrage. Quelques années plus tard, je déménageais et venais habiter à Annecy où je pouvais enfin pratiquer cette forme de yoga avec un élève de Roger Clerc et, peu de temps après, directement avec lui. J'ai également eu la chance de suivre l'Ecole de Yoga d'Evian dirigée à l'époque par Yves Mangeart qui avait une très grande expérience du yoga de l'énergie et une sensibilité particulière pour le Yoga Intégral. Le yoga de l'énergie est issu des enseignements de Lucien Ferrer (1901-1964) et de son élève Roger Clerc (1908-1998).

C'est une forme de Hatha Yoga très complet qui inclut des pratiques physiques dynamiques et statiques, des exercices sur le corps pranique (pranayamakosha) et également sur le corps mental (manomayakosha). Issu du yoga indien et Tibétain, il se présente comme un yoga adapté à l'occident. D'ailleurs le quatrième tome des livres de Lucien Ferrer s'appelle Hatha Yogin occidental.

J'ai ainsi longuement approfondi ces 2 enseignements qui malgré leur éloignement géographique, temporel et culturel sont très proches et se complètent admirablement sur les plans pratique, psychologique et métaphysique.

L'œuvre des Sri Aurobindo est immense, hors du commun, mais on lui a souvent reproché ses nombreuses répétitions et surtout son absence d'indication pratique. Inversement, les ouvrages de Roger Clerc sont pour l'essentiel des leçons et exercices pratiques de Hatha Yoga mais aussi de Radja Yoga. Le rapprochement de ces deux démarches était tentant, je m'y suis essayé. Avec le recul, j'ai le sentiment que le yoga de l'énergie est une passerelle entre les yogas anciens et le yoga intégral. Il me permet également une mise en pratique au quotidien vers une vie divine.

Dans cette étude, nous allons analyser quelques aspects des œuvres de ces deux sages et mettre en évidence leur point de vue commun et leur complémentarité. Notre étude va se dérouler sur les 6 thèmes suivants qui résument assez bien leur vision métaphysique, psychologique et pratique du Yoga :

- Au commencement, se trouve la réalité d'une Conscience incréée, Non-née, Transcendante, Le Brahman, le Soi, le vide,
- Le Soi ou l'Etre Cosmique s'est involué (est descendu dans la matière).
- Il se libère progressivement par l'évolution. Cette évolution était inconsciente mais l'homme a la possibilité de participer consciemment à cette remontée vers le divin.
- Le stade actuel de l'être humain, le mental, n'est pas la fin de l'évolution.
- La discipline psychologique du Yoga est le moyen et la méthode pour effectuer ce dépassement du mental et permettre l'accès au stade suivant que Sri Aurobindo appelle le Supramental.
- Contrairement aux courants anciens du Yoga, cette évolution (ce retour à la source cosmique) ne se réalise pas par un éveil de la Kundalini mais par une descente de cette Conscience Force Spirituelle (Chit-Shakti) qui viendra éclairer toutes les parties de l'être. Chaque chapitre mettra en parallèle des citations de Sri Aurobindo avec celles de Roger Clerc. Comme il est toujours difficile d'extraire une citation de son contexte général, nous apporterons si nécessaire quelques éclaircissements que nous mettrons en italique.

1 Au commencement, LE BRAHAM

Le Brahman suprême est ce que la métaphysique occidentale appelle l'Absolu (VD) Brahman est le but, le commencement et la fin, la cause et l'effet de tout mouvement (TU). Roger reste très modeste sur cet aspect ultime de notre quête ; il nous dit simplement : Dans la métaphysique du Hatha Yoga, on considère d'une part l'incréé ou monde du sans forme et, d'autre part le créé ou monde de la forme, le second étant issu du premier. (YE 3)

2 L'involution ou la descente dans la matière

Rien ne peut provenir de Rien (HG) Au commencement est une involution de l'Esprit dans l'inconscience (VD) La création a descendu tous les degrés de l'être depuis le supramental jusqu'à la matière, et à chaque degré elle a créé un monde, un règne, un plan, un ordre propre à ce degré. (LA)

3 L'Evolution ou le retour vers la source divine

Le but de l'Evolution est aussi sa cause (SYA) Même en la pierre, le Divin est tapi (LP) Tout comme en nous, dans l'atome, le métal, la plante, en chaque forme de la Nature matérielle, en chaque énergie de la Nature matérielle, il y a à l'œuvre, nous le savons, une âme secrète, une volonté secrète, une intelligence secrète..... (VD) Ce qui est venu du Divin doit inévitablement retourné au Divin (VD) L'évolution de la nature terrestre n'est pas achevée parce qu'elle à manifesté trois pouvoirs (la matière, la vie et le mental)..... Mais alors que la Nature a parcouru les étapes précédents de l'évolution sans qu'il existe dans la vie végétale et animale une volonté consciente, en l'homme elle a la possibilité d'évoluer en utilisant la volonté consciente de son instrument (SRA) Roger Clerc : « Nous sommes sur terre pour, après nous être incarnés dans la matière et nous êtres coupés du réel, devoir retourner au subtil pour redécouvrir ce réel, le paradis perdu. C'est le cycle évolutif de tout ce qui entre dans le crée, qui doit retourner dans l'incrée. Ne serait-ce pas la cause de notre court séjour sur cette terre ?».(YE3)

Pour Sri Aurobindo et Roger Clerc, l'évolution (la remontée vers le Divin) n'est pas terminée et nous avons une chance inouïe et rare de nous être incarné sur cette terre pour jouer le jeu de l'évolution et retourner à la Source créatrice. Nous n'avons pas de temps à perdre en futilités

4 L'être mental

Aurobindo : Cette évolution ne peut cependant s'accomplir toute entière par la volonté mentale de l'homme, car le mental, une fois qu'il a atteint un certain point, ne peut plus que tourner en rond (SRA). Le mental fut une aide, le mental est l'entrave (AEP). Roger Clerc : « Il s'agit en effet de dépasser l'acquis intellectuel auquel on se limite le plus souvent en occident... Il convient, si l'on désire une transformation réelle et profonde, de faire vibrer notre être intégralement sur tous les plans de conscience qui le composent (REP). Le message est très clair : le dépassement de soi ne peut se réaliser par une démarche purement mentale. Il faut vibrer sur d'autres plans.

5 Le Yoga

Aurobindo : Une conversion, un renversement de la conscience doit s'opérer, grâce auquel le mental se transformera en un principe supérieur. Le moyen d'effectuer ce renversement se trouve dans l'ancienne discipline psychologique du Yoga et dans sa pratique. (SRA) Roger Clerc : Sous le vocable de Yoga on désigne généralement une discipline orientale, véritable science de l'être humain. C'est aussi un art de vivre qui sous-entend une recherche pouvant conduire l'homme-animal vers l'homme-divin. (3MI).

Aujourd'hui, en occident, le yoga est la plupart du temps, devenu une gymnastique physique dans lequel le pratiquant reste empêtré dans son carcan mental. La véritable voie du Yoga est un refus et un renversement total des fonctionnements ordinaires afin de dépasser le mental et accéder à l'Absolu. Le yoga de l'énergie est véritablement une voie mystique. Nous allons pour terminer cette étude, aborder un des aspects de l'éveil qui fait couler beaucoup d'encre actuellement : la kundalini.

6 L'Eveil

Dans notre Yoga, il n'y a pas d'ouverture des chakras déterminée par la volonté; ils s'ouvrent d'eux-mêmes par la descente de la Force. [Par contre], dans la discipline tantrique ils s'ouvrent de bas en haut en commençant par le mûlâdhâra. Dans notre yoga, ils s'ouvrent de haut en bas. Mais il y a montée de la force à partir du mûlâdhâra. (Lettres sur le yoga T 5). Dans notre Yoga c'est une pression de la force au dessus qui éveille la Kundalini et ouvre les centres. (lettres sur le yoga T 5).

Aurobindo connaît les procédés d'éveil de la Kundalini (La voie ascendante) mais il préfère la voie descendante qu'on peut également appeler voie de la soumission. Roger Clerc va dans le même sens, la montée de la Kundalini est une voie dangereuse pour les occidentaux et il préconise aussi la voie descendante, plus douce. Une des pratiques les plus puissantes du Yoga de l'énergie s'appelle la « liaison aux sources ». L'aspirant projette sa conscience à l'Infini au dessus de sa tête pour aller puiser l'Energie primordiale à la source. Cette pratique essentielle du Yoga de l'énergie est totalement en adéquation avec la voie tracée par Sri Aurobindo. (Illustration ci contre livre YE30).



Pour illustrer par une image simple ces deux voies, imaginons, dans une maison, deux pièces séparées par une cloison : l'une d'elle est dans l'obscurité totale et l'autre est dans la lumière. Perçons un simple trou dans cette cloison et immédiatement la lumière viendra jaillir et éclairer l'obscurité. La lumière est toujours plus forte que les ténèbres. La liaison aux sources permet la descente de cette lumière qui vient progressivement purifier tout notre être. La voie ascendante (Tantrique) cherche par un effort volontaire à éveiller, pour atteindre le Soi, les forces vitales inconscientes de l'individu. C'est une voie délicate qui présente des dangers car on brasse des énergies obscures et primitives. La deuxième voie, dite descendante préconise un éveil de haut en bas grâce à la lumière Divine qui vient éclairer progressivement, dans sa descente chaque centre. Les forces inconscientes de l'individu ne sont éveillées que lorsque celui est déjà bien structuré. La voie est plus douce, plus sûre et surtout elle met de côté tout volontarisme égotique.

*Roger Clerc, en 1975 nous dit dans sa conclusion: « Ce premier livre nous fournit les moyens, les outils, pour obtenir une maîtrise de la respiration et de la pensée. Cette maîtrise nous paraît également nécessaire pour réaliser dans le même temps, une approche de l'Absolu sans courir le risque de se déséquilibrer, et un apprentissage de vie dans la société actuelle en constante évolution. **Cependant l'étape ultime consistera à dépasser tout cela pour pénétrer de la forme dans le sans forme ; du créé dans l'incrée..... ».**(YE)*

Depuis quelques années la méditation est très en vogue et le credo de ces pratiques sont le vécu du moment présent, ici et maintenant. Roger nous dit que cette voie n'est pas complète. En 1996, à 88 ans, il écrit : (.....) j'ai souvent réalisé que ce travail persévérant [de méditation et de présence au présent] m'avait réellement fait vibrer à l'horizontale, dans le monde de la forme. Mon entraînement, depuis cette rencontre [avec un grand maître tibétain] consiste à réaliser le plus souvent possible, dans le courant de la journée, une dualité de perception. C'est-à-dire conscient de l'horizontale du monde formel et simultanément, à la verticale de recevoir de l'invisible, du sans forme. (.....) Un formidable courant d'énergie passe alors à travers moi..... CELA descend verticalement (YE3)

Nous pouvons conclure que la vision « Yogique » de ces 2 maîtres s'accordent sur de nombreux points psychologiques et métaphysiques et que leur approche est juste, sûre et adaptée à notre époque actuelle. Après de nombreuses années d'expérimentation personnelle, je peux affirmer que l'enseignement de Roger Clerc est issu des traditions anciennes et qu'il s'est adapté à notre monde moderne. C'est un Yoga qui s'accorde à la lignée des enseignements du maître de Pondichéry. Sa pratique permet concrètement de comprendre et de réaliser la voie du Yoga intégral.

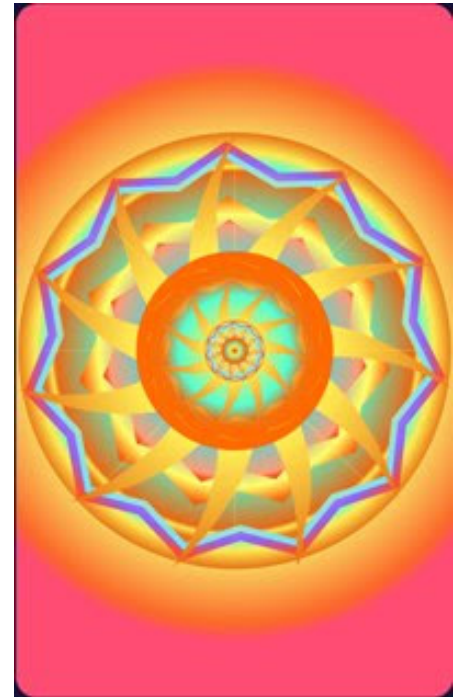
Puisse le Yoga vous émerveiller !

Ouvrages cités : Sri Aurobindo : VD : La Vie Divine
TU : Trois Upanishads
LA : Lettres sur le Yoga
SYA : Synthèse des Yoga
LP : Last poems
AEP : Aperçus et pensées
SRA : Sri Aurobindo et son ashram
HG : The hour of God Roger Clerc
YE : Yoga de l'énergie ; du physique au psychique
YE 3 : L'enseignement du Yoga de l'énergie troisième degré
REP : la respiration
YE30 : Yoga de l'énergie. 30 leçons sur la concentration
3MI : Yoga du 3ème millénaire

TÉMOIN DU *SUPRAMENTAL*

PAR NATARAJAN

supramental.fr



Chers lecteurs,

Ma “plume” pourrait être utile selon Alexandre, et donc j'évoque l'extraordinaire aventure du Supramental, qui s'est jeté sur moi sans prévenir en janvier 1977 me faisant d'abord naviguer dans de la conscience d'un niveau inimaginable, avant qu'une énergie écrasante ne se déverse dans mon corps par le sommet du crâne toute une nuit et continue le lendemain avec moins de puissance heureusement que la veille. Il s'en est suivi des événements incroyables tout au long de l'année et fort désagréables: la dose avait été telle que le corps n'a pas pu suivre. Mais arrivé à Auroville le 31 décembre 1977, j'ai commencé à remonter la pente et depuis mars 1978 l'énergie supramentale a choisi mon corps comme champ d'expérience (avec une année en veilleuse seulement, 1982) mais depuis j'ai traversé tant de mondes qu'il m'est difficile de parler de moi, puisque j'ai été entièrement démantelé en 2001, et bien amoché en Juillet 2023. C'est merveilleux de voir qu'une petite parcelle à l'intérieur de soi résiste absolument à tout, et accepte toutes les conditions du travail, aussi difficiles soient-elles. La découverte de la gazette me fait du bien, je me sens moins seul.

Plus les “civilisations” avancent dans le temps, plus les échecs s'accumulent. De nouvelles illusions dorées sur tranche viennent chasser les anciennes. Nous en sommes à l'homme câblé avec des microprocesseurs pour mieux faire aller les choses, il faut vraiment être passé à côté de tout ce qui est essentiel pour en arriver là, et beaucoup en arrivent là, leur cerveau a enflé, et leur rêve c'est de greffer leur tête sur un robot pour plusieurs siècles, bonjour les mises à jour. Néanmoins, quelques dizaines de milliers de personnes ont vraiment vu que c'était inutile d'aller si loin.

En développant correctement la conscience (et non pas le pensée), la créature humaine peut recevoir une énergie qui vient de très loin — d'avant la vie, et elle est si puissante que le corps peut en bénéficier pour réduire la puissance incoercible du désir chez les mâles, trouver la frugalité propice à la santé, et qui sait, freiner le processus de vieillissement. Pas besoin de machines donc, pour faire mieux qu'une vie ordinaire. Se consacrer à la Conscience éternelle est largement suffisant, si l'on vit pour Elle plutôt que pour soi, si l'on vit pour son âme plutôt que pour sa personnalité. Bref, un renversement de conscience qu'il est impossible heureusement de rendre obligatoire, sinon il y aurait énormément de tricheurs, prétendant se tourner vers le Divin tout en n'en faisant qu'à leur tête.

Oui, la matière biologique peut être éclairée par une présence infaillible, une présence si belle et si profonde que la seule chose à faire est de s'incliner. Cela a été facile pour moi, en raison de mes expériences passées sur terre, pendant lesquelles j'ai défendu Dieu becs et ongles, comme si j'avais peur qu'on parvienne à Le supprimer. Le privilège d'avoir commencé le yoga physique le matin de l'anniversaire de mes vingt-huit ans provient sans doute de mes préparations lors de passages précédents. Ce qui est le plus profond en moi prend forme dans des créatures le temps d'une existence, et je lui fais confiance. D'ailleurs le Tout est insécable, rien de discontinu ne peut se produire. Entrer en pleine conscience dans le prolongement immémorial de l'évolution, plonger dans le présent indépendant de nos représentations, c'est ce que nous avons de mieux à faire, maintenant que la présence éternelle de l'énergie originelle descend dans l'atmosphère terrestre. La transformation est dorénavant possible et le sentiment de vivre quelque chose d'absolument nécessaire s'installe et procure des satisfactions très subtiles.

C'est à cela que se résume mon existence désormais, supporter l'avancée du supramental, qui me dépasse complètement : je ne peux que Le servir ou abandonner la partie. Se l'approprier est une très mauvaise idée, mais certains s'y essaient quand même, en tant qu'élus ils ne se refusent rien... D'ailleurs je l'ai abandonné à trente-deux ans le supramental, tant j'étais saturé d'énergie dans les chakras, mais cela n'a pas marché longtemps. La Force s'est certes retirée, mais un an plus tard, presque jour pour jour, l'énergie supramentale est revenue tourbillonner dans mes membres inférieurs, sans me demander mon avis, et j'ai donc repris le collier. Je demeure surpris d'une telle détermination de la part du Divin: il savait que je pouvais faire l'affaire de cette expérience nouvelle avant même que je n'en sois moi-même convaincu. (Moi qui n'avais jamais été reconnu par mon père, sauf sur le document de l'état-civil, et plutôt admiré qu'aimé par ma mère, très souvent absente au cours de mon enfance, j'eus l'impression que l'univers entier s'intéressait à moi, c'était l'énergie divine sous l'aspect de MahaSaraswati.) Ce fut un nouveau départ et je me prête depuis 1983 à l'expérience, toujours nouvelle.

Plus on avance, plus les difficultés viennent de loin et sèment le défi de poursuivre. La Force poursuit sa descente sans jamais prévenir et gagne des territoires inconnus: il faut donc tenir le coup et parfois ce n'est pas gagné d'avance. Le supramental, s'il est très actif parce que le disciple parvient à le laisser agir en s'effaçant, s'occupe de toute la personne. Il a par exemple augmenté mes capacités intellectuelles, ce que je souhaitais vivement, ayant toujours pratiqué le jnana-yoga. Cela m'a permis de créer une nouvelle astrologie pendant les années 80, qui ne peut concerner que les personnes à la recherche de leur être psychique: c'est trop écrasant pour les autres d'aborder les couches de conditionnements qu'impose l'incarnation.

Le primate est toujours là en nous et il n'a pas besoin du Divin, lui. Parfois il vient dire coucou c'est moi, pour qui tu te prends, et il récrimine, mais ce n'est pas la peine de lui en vouloir, il fait son job et constitue la preuve que nous sommes incarnés. Ce n'est pas un si mauvais bougre (contrairement à ce que stipulent les religions et certains maîtres pour qui la vie n'est pas grand-chose.) Et il est vrai qu'on peut parfois se dire, à force de recevoir des coups de poignard dans le dos...que cela a été une erreur de se retrouver confiné dans une enveloppe charnelle! Mais nous apprenons sans cesse et les prochains pas s'avancent d'eux-mêmes, sans forcer. C'est mon ancienneté dans la voie qui me pousse à témoigner: j'ai été gourou quelques années pour trois petits groupes, mais c'est fini pour le moment. En revanche, je peux quand même m'exprimer à la demande. Ça m'intéresse d'affirmer que les enfers peuvent être traversés et surtout, qu'ils font partie du décor. Ils ne se ressemblent pas, les plus dangereux sont les plus beaux. Quand on parvient dans le haut de gamme, il n'y a plus rien devant, le passé est anéanti, et le corps est perclus de douleurs. Cette situation appelle la force supramentale si on la présence d'esprit de se tourner vers le Divin au lieu de se plaindre, et elle viendra voir ce qui se passe, parfois rapidement, parfois sans se presser. Puis elle se met à contrer. Certains avanceront sans doute pour le Divin en éprouvant moins de souffrances que moi. Mais je fus un "prototype" et j'ai essuyé les plâtres. L'illumination de janvier 1977 a été si longue et si intense que j'ai mis un an pour m'en remettre, à quelques jours près.

Pour le moment la transformation continue parce que j'ai tout accepté.

Tout accepter (et ne rien approuver ou presque) est une excellente méthode !

C'est le cours des choses qui laisse à chacun le droit de se représenter la vie exactement comme il l'entend. C'est particulièrement pénible en ce moment. De nombreux juifs d'Israël et d'innombrables arabes des pays limitrophes sont convaincus les uns et les autres que Dieu va se ranger à leurs côtés pour leur donner la victoire. Se pourrait-il que Dieu hésite à choisir son camp? Comment Le punir s'il soutient l'autre camp? L'illusion réelle, bien concrète, le faux réel de la pensée va encore faire d'innombrables ravages.



RENCONTRE *AVEC UN BISON!*

PAR DIKSHA



23 Mai 1999, Berijam, Inde du Sud

C'est lors d'un camp d'été avec des enfants d'Auroville que je vécus une des expériences les plus marquantes de toute mon existence, le jour de la St Didier, mon prénom d'origine... Comme tous les ans, nous avons installé le campement au bord d'un lac situé dans une région montagneuse assez sauvage du Sud de l'Inde qui s'étend de l'état du Kerala à celui du Tamil Nadu.

Malgré la déforestation intensive, il reste encore, au milieu des étendues replantées, des poches de forêt primitive, que l'on appelle « Sholas », où vivent plusieurs espèces d'animaux sauvages, telles que le singe Langur noir, l'écureuil géant de Malabar et le Gaur ou Bison Indien.

Nous nous procurons toute l'eau potable nécessaire grâce à une source située de l'autre côté du lac que nous traversons à l'aide d'une pagaie et d'une planche de surf chargée de deux jerricans.

J'ai pris l'habitude de me rendre tous les jours, à l'aube, dans un shola situé sur la rive opposée afin d'observer en toute discrétion les singes et les écureuils et, pour ce faire, j'ai repéré un des arbres les plus grands, mais assez facile à escalader, en haut duquel je m'installe, ce qui me permet d'avoir une vue imprenable sur toute la canopée d'arbres plus petits. Après un petit temps d'attente dans une immobilité concentrée mais toujours pleine d'excitation, je commence à distinguer les sons maintenant familiers et à percevoir les mouvements révélateurs, dans le feuillage, de la troupe de singes Langur noirs qui commencent leur journée avec le lever du soleil, puis, tout près, les écureuils géants qui procèdent à une toilette approfondie et interminable...

J'ai tendance à perdre quelque peu la notion du temps lors de ces merveilleuses rencontres avec cette population animale préservée vivant au sein de son milieu originel, et c'est toujours à regret que je redescends de mon perchoir pour retourner au camp où certaines responsabilités m'attendent. Or, je décide un jour de rendre une visite supplémentaire au shola, cette fois en fin de journée, histoire de voir si l'expérience est aussi intéressante à l'approche du coucher du soleil.

Je m'installe donc à mon poste d'observation, mais au bout d'une longue attente, je dois bien me rendre à l'évidence que ce moment de la journée ne semble pas aussi propice à la contemplation de la faune locale et je me résous finalement à redescendre de mon arbre, d'autant plus que des nuages s'amoncellent maintenant pour former un front menaçant et que la lumière commence à baisser.

Je marche d'un pas rapide, lorsqu'à l'entrée d'une clairière je m'arrête net : à une cinquantaine de mètres droit devant moi, se tient un autre habitant beaucoup plus imposant de cette forêt, un Gaur, un mâle solitaire énorme qui doit bien approcher la tonne, tout en muscles et en cornes. Je dois préciser ici qu'il est d'ordinaire assez difficile d'observer le bison Indien de près, car c'est un animal assez farouche, malgré sa force et sa taille importante, et nous avons rarement l'occasion d'en approcher un malgré toutes les ruses de sioux employées.

Je décide donc de profiter de l'occasion et entreprends de me dissimuler derrière un maigre bouquet de fougères, comptant sur le fait que cet animal n'est pas réputé pour avoir une très bonne vue, en tous cas très en-deçà de celles du lynx ou de l'aigle royal, et sur l'absence presque totale de vent dans sa direction. Il ne semble pas m'avoir repéré pour l'instant et je m'accroupis donc le plus silencieusement possible en contrôlant ma respiration qui ne demande qu'à s'emballer. Il broute tranquillement l'herbe bien grasse qui recouvre en partie la clairière, lorsque soudain, il relève son énorme tête et regarde dans ma direction pendant un long moment : je suis dans une immobilité quasi-minérale et j'essaie de faire le vide en moi dans un effort d'invisibilité, mais peut-être a-t-il détecté la présence inhabituelle de quelque molécule odoriférante émanant de ma personne ou bien a-t-il un sixième sens dont j'ignore l'existence ; quoiqu'il en soit, il reprend le cours de son repas en avançant insensiblement, de droite à gauche, dans ma direction et je suis fasciné par la proximité avec cet être solitaire, proximité qui ne doit cependant pas se muer en une dangereuse promiscuité...

C'est pourtant ce qui arrive, alors qu'il se rapproche de plus en plus et que je commence à ressentir son énergie vitale. Un moment, il s'arrête près d'un jeune bouleau au tronc fin pour se frotter contre lui, en proie sans doute à des démangeaisons intolérables, et c'est assez drôle de voir le petit arbre se balancer de droite à gauche au rythme des mouvements de cet animal sans gêne. Tout en faisant cela, il regarde dans ma direction alors qu'il n'est maintenant qu'à environ une trentaine de mètres et fait alors une chose incroyable : il a coincé le tronc souple dans une de ses cornes et d'un puissant mouvement de torsion il le casse de telle façon que l'arbre décidément malchanceux est maintenant plié en deux en un angle pas du tout droit, son feuillage touchant le sol. N'ayant pas beaucoup étudié les bisons, je ne sais pas vraiment comment interpréter ce geste mais cela ressemble fort à une démonstration de force dans un but dissuasif, signe qu'il a maintenant parfaitement détecté ma présence. Je ne bouge toujours pas et, étrangement, à tort ou à raison, je ne ressens toujours pas la moindre peur, mais je suis de plus en plus conscient de son énergie, peut-être est-ce cela que l'on appelle le « magnétisme animal » ?

Il se rapproche encore jusqu'à se trouver à moins d'une dizaine de mètres et c'est à ce moment-là que je reprends en quelque sorte mes esprits et jette un bref coup d'œil autour de moi, tandis que la nuit tombe, en vue d'une extraction imminente de la clairière : je suis tout près d'une descente assez prononcée et je conçois en un éclair un plan de fuite précipitée qui consiste en fait à dévaler la pente et sauter dans le premier arbre qui se présente au cas où cet animal se lancerait à mes trousses.

Mon corps se détend comme un ressort et... je suis catapulté dans les airs par le bison qui vient de me percuter avant même que j'ai pu faire le moindre pas et je retombe lourdement sur le sol, le souffle coupé, le bison près de moi, prêt à charger encore et me piétiner pensai-je, mais il n'en fait rien et prend la fuite comme en proie à la plus grande des paniques. J'entends longtemps encore le bruit des branches fracassées sur son passage alors qu'il se fraye un chemin dans la forêt. Je me rends compte que j'ai gravement sous-estimé la vitesse de réaction foudroyante de cet animal face à mon mouvement soudain.

J'ai du mal à respirer et je sens ma cage thoracique comprimée et douloureuse au point que je crois un instant avoir plusieurs côtes cassées, mais après un bref examen, je constate avec soulagement qu'il n'en est rien. Mis à part ces difficultés, je ne ressens aucune douleur importante mais seulement une étrange sensation de vertige alors que j'essaye en vain de me lever. C'est alors que je réalise qu'il y a un énorme trou dans mon pull à hauteur du plexus solaire et que ce dernier est plein de sang ! un intense frisson parcourt mon corps à l'idée que les choses sont bien plus sérieuses qu'il ne m'a paru au premier abord.

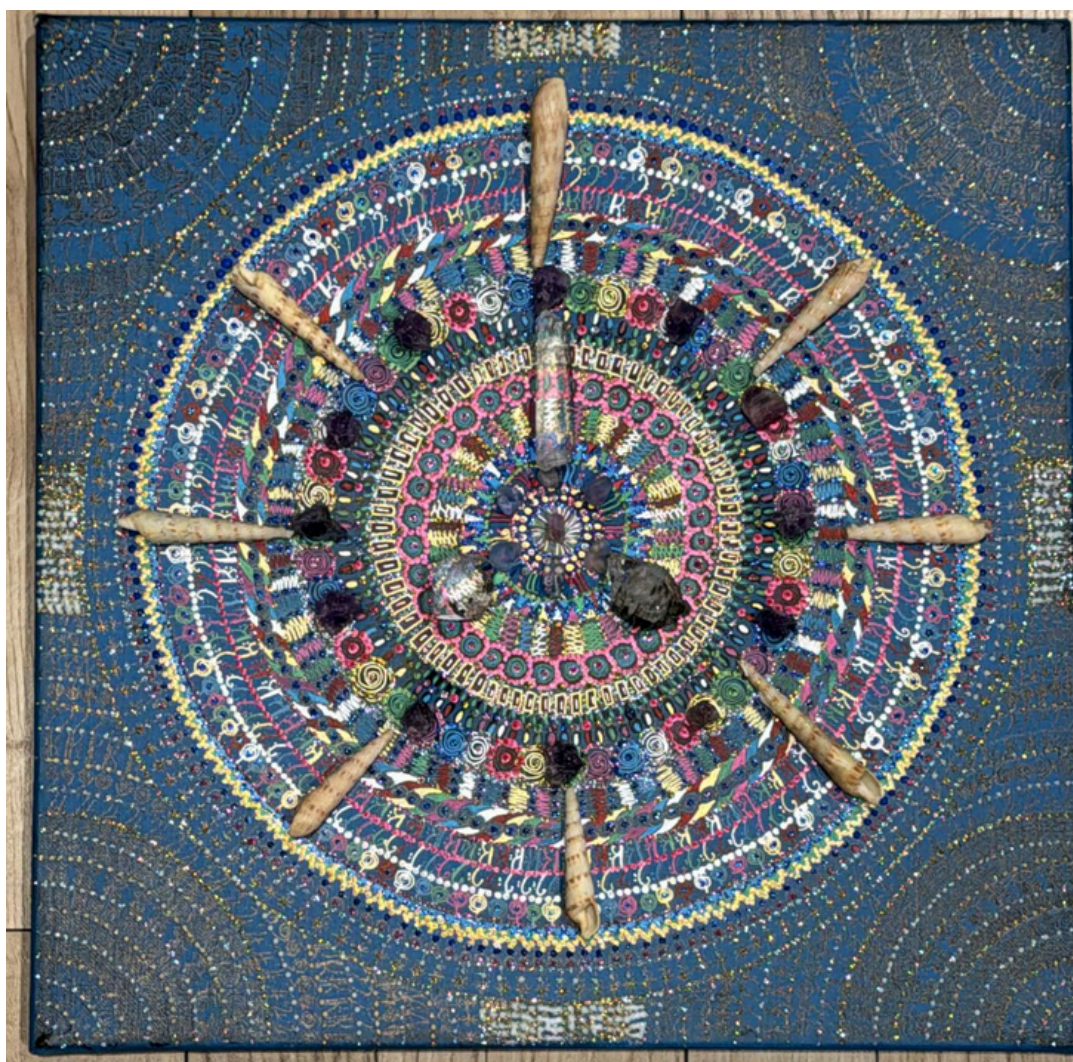
Je m'attends, en soulevant mon pull, à découvrir une plaie béante mais il n'y a rien du tout, à part une assez grosse ecchymose. Je remonte en tâtant avec mes mains vers ma tête et me rends compte alors que ma gorge est tranchée à la base du cou sur presque toute sa largeur et qu'il y a également une ouverture importante sous mon oreille gauche... Aucun son ne peut sortir de ma bouche et tout le côté gauche de ma tête jusqu'à mon épaule est pratiquement insensible. Une vague de panique me submerge alors que je mesure la gravité de ma situation : je suis très sérieusement blessé, il fait maintenant nuit noire, et je n'ai mis personne au courant de mon expédition. Il se peut même que nul ne remarque mon absence avant l'heure du dîner car je n'ai pas à travailler à la cuisine ce soir-là. Je parviens non sans mal à me calmer, mais je sens mes forces m'abandonner et me dis que je suis en train de mourir ; je lâche alors totalement prise et m'allonge sur le sol. Dans la douceur du soir, je contemple le ciel d'un noir profond rempli d'étoiles. Je vais avoir 33 ans et la pensée pour le moins incongrue me vient que c'est aussi l'âge supposé du Christ à sa mort...

Je ne m'attendais évidemment pas à quitter mon corps de cette façon et surtout aussi tôt, mais je ne ressens aucune détresse à cette idée car je sens une Présence qui m'entoure et je sais que j'ai pris conscience de l'essentiel dans cette vie : j'ai rencontré Sri Aurobindo et Mère à travers Leur Œuvre et suis maintenant en contact intérieur avec Eux. C'est alors que me revient brusquement à l'esprit le flash de lumière blanche et ce cri intérieur : « Mère », au moment de l'impact avec le bison, et je sens monter en moi pour la première fois une sensation extraordinaire, comme le pétilllement de millions de bulles microscopiques partout dans mon corps et je sais que c'est le frémissement de ses cellules. Je suis pleinement conscient et en paix, peut-être même plus conscient que je ne l'ai jamais été, et je ne souffre pas. Une larme de gratitude coule doucement sur ma joue et je me mets à répéter intérieurement le Mantra...

Om Namo Bhagavate... Om Namo Bhagavate... Om Namo Bhagavate... un claquement sec comme d'une corde de violon qui cède, une dernière tension dont on ne prend conscience qu'au moment où elle nous quitte, et je m'abandonne alors totalement à cette ultime aventure. Je reconnais les signes familiers du processus, ce glissement dans une fluidité pulsatile et cette aise infinie et je suis presque libre maintenant, mais tout s'arrête soudainement et je suis maintenu là, entre deux mondes, l'espace d'un instant qui semble une éternité, puis de fortes vibrations concentriques me ramènent brutalement dans mon corps.

Je sens une grande énergie remplir mes membres tandis que m'apparaît dans une vision fugitive le chemin de retour jusqu'à ma chambre à Auroville.

Ainsi donc, le moment n'est pas encore venu pour moi de quitter ce monde et je reçois maintenant toute l'énergie nécessaire pour me lever et repartir vers le campement. J'entame la descente dans l'obscurité de la forêt qu'éclaire seulement un pâle rayon de lune, mon corps semble guidé et, à ma grande stupéfaction, je me retrouve, après ce qui me semble être quelques instants seulement, au bord du lac, à l'endroit même où j'ai laissé la planche de surf et la pagaie. Je ne peux m'expliquer comment je suis arrivé là aussi vite et aussi facilement et cela demeure toujours un mystère pour moi plus de 25 ans après... (à suivre...)



Kolam par Perrine

LA DESTINÉE SPIRITUELLE *DE LA FRANCE*

DEUXIÈME PARTIE : DEMANDEZ ET VOUS RECEVREZ

PAR PASCAL EMMANUEL



Zéphyranthe – Prière psychique

Introduction

Dans un premier article, nous sommes partis du constat que les meilleurs analystes de la situation actuelle semblaient enfermés dans leur mental intellectuel et nous avons présenté les plans de conscience spirituelle s'élevant au-delà de la raison ordinaire. Voyons maintenant comment participer à l'avènement spirituel de la France évoqué dans la citation de Mère.

Et si le plus simple était de partir de cette célèbre parole : *"Demandez et vous recevrez"* ?
(Matthieu 7.7)

Une citation de l'évangile dans un article d'une revue consacrée au yoga intégral offre l'opportunité de rappeler que lorsqu'une parole traverse les âges, et reste toujours aussi vivante, fraîche et percutante, nous serions bien sots de nous priver de la sagesse qu'elle contient encore, et bien prétentieux de croire que les divinités du passé n'ont plus rien à nous apprendre. Par ailleurs, l'expérience intérieure de la Présence divine, sous un nom ou un autre, reste évidemment une source d'inspiration.

"Il ne suffit pas d'adorer Krishna, le Christ ou le Bouddha sous une forme extérieure, si le Bouddha, le Christ ou Krishna ne se révèlent pas et ne prennent pas forme en nous-mêmes."

(La Synthèse des Yogas)

Maintenant, la méthode de Sri Aurobindo consiste à partir des richesses du passé pour les amener aux promesses de l'avenir :

"Si nous voulons tenter un yoga intégral, autant partir d'une idée du Divin qui soit elle même intégrale. Il faut une aspiration assez vaste dans le cœur pour que la réalisation soit sans étroites limites. Non seulement nous devons éviter le point de vue religieux, sectaire, mais toutes les conceptions philosophiques exclusives qui veulent enfermer l'Ineffable dans une formule mentale rétrécissante." (La Synthèse des Yogas)

Mère, quant à elle, nous assure dans l'Agenda du 31 décembre 1969 que *"la Force en train de travailler [...] a] une volonté très active [pour qu'il n'y ait] pas de religion, pas de formes religieuses."* Quelques mois avant son départ, Mère le confirmait dans cette note du 19 mars 1973 : *"Ici, nous n'avons pas de religion. Nous remplaçons la religion par la vie spirituelle, qui est plus vraie et plus profonde et haute à la fois, c'est-à-dire plus proche du Divin. Car le Divin est en toute chose, mais nous n'en sommes pas conscients. C'est cet immense progrès que les hommes doivent faire."*

Et puis, il y a cette vérité étonnement simple qu'il est impossible de donner ce que l'on n'a pas. Les divinités du passé appartiennent au surmental, alors que les aventuriers du yoga intégral sont tournés vers l'avenir et travaillent à la victoire supramentale. Dans l'Agenda du 11 octobre 1960, Mère nous fait l'étonnante confidence que pendant son japa, elle faisait *"une invocation au... (les mots sont un peu drôles) au Seigneur de demain. Pas le Seigneur non-manifesté : le Seigneur tel qu'il se manifestera "demain", c'est-à-dire la manifestation divine sous la forme supramentale, pour employer les mots de Sri Aurobindo."*

Si nous sommes tant focalisés sur Sri Aurobindo, Mère, Satprem, au grand dam de nos amis qui nous le reprochent souvent, c'est parce qu'ils ont l'expérience vécue de ce que nous cherchons. Hélas, beaucoup font souvent preuve d'un manque d'acuité dans le discernement, et considèrent que le yoga intégral, la spiritualité, c'est tout pareil, c'est la recherche du Divin, que tout se rejoint, que tout est la même chose, et que le processus de transformation du corps expérimenté par Mère, c'est le corps de gloire... Faire comprendre que ce yoga est nouveau est une chose assez difficile et nous devons sans doute revenir sur le sujet. C'est la raison pour laquelle je me suis permis cette introduction.

Spiritualisation

Entrons maintenant dans le cœur de notre propos et commençons par rappeler que dans notre culture laïque et matérialiste, nous avons oublié les vertus de la prière, au point de ne même plus oser demander. Combien de fois par jour pensons-nous à demander ? Pourtant *"l'aide est toujours là. C'est vous qui devez garder vivante votre réceptivité. L'aide divine est beaucoup plus vaste que ce qu'aucun être humain ne peut en recevoir." (Paroles de la Mère – Volume 1)*

"Avec la qualité intellectuelle de la France, la qualité de son esprit, le jour où elle sera vraiment touchée spirituellement (elle n'a jamais été touchée spirituellement), le jour où elle sera touchée spirituellement, ce sera quelque chose d'exceptionnel."

Puisque Mère a prononcé cette extraordinaire parole, le plus naturel semble de tourner notre prière vers Elle, pour qu'Elle l'accomplisse. Maintenant, le fait d'être des disciples de Sri Aurobindo-Mère n'interdit pas d'être en bon terme avec le Christ, la Vierge Marie, Bouddha, Krishna et toutes les divinités selon les élans de notre cœur. Ou bien, puisqu'il s'agit de la destinée de notre pays, nous pourrions aussi garder à l'esprit les quatre aspects de la Mère.

"Maheshwarî fixe les grandes lignes des forces mondiales, Mahâkâlî conduit leur énergie et leur impulsion, Mahâlakshmî révèle leurs rythmes et leurs mesures, mais Mahâsaraswatî préside au détail de leur organisation et de leur exécution, à la relation des parties entre elles, à la combinaison efficace des forces et à l'exactitude infaillible du résultat et de l'accomplissement."

(Sri Aurobindo – La Mère)

Ou bien, inspirés par ce vers sublime de Savitri, **"Tout peut se faire si le toucher de Dieu est là,"** nous pouvons nous tourner vers Sri Aurobindo pour qu'il touche la France de sa grâce et de sa lumière – la France, son deuxième pays d'adoption après l'Inde.

Un jour, j'ai entendu parler d'une étude scientifique sur ce qui était le plus efficace en matière de soin : les massages, l'hypnose, la psychanalyse, l'homéopathie, la médecine chinoise, etc. Et la réponse fut que le plus puissamment thérapeutique n'était pas la méthode, mais la relation, la qualité de la relation. Prier, n'est-ce pas mettre en relation ? À chaque difficulté, Mère présentait le problème au Divin. Ainsi, nous pouvons aussi prendre la France dans notre cœur et en faire l'offrande à la petite flamme psychique qui brûle dans notre cœur et le psychique se chargera de faire monter notre prière.

"Sans Agni, la flamme sacrificielle ne peut brûler sur l'autel de l'âme. Cette flamme d'Agni est le pouvoir aux sept langues de la Volonté, une Force de Dieu mue par la Connaissance. Cette volonté consciente et puissante est l'hôte immortel de notre état mortel, un prêtre pur et un ouvrier divin, l'intermédiaire entre la terre et le ciel. Elle apporte aux Puissances supérieures ce que nous leur offrons et rapporte en retour leur force et leur lumière et leur joie à notre nature humaine."

(Sri Aurobindo – Hymnes au feu mystique)

La formulation de notre prière peut-être très simple, l'essentiel étant la façon dont nous demandons, avec sincérité, recueillement, confiance, gratitude... Nous pouvons aussi laisser d'autres mots jaillir de notre cœur, comme des Védas.



Amour et liberté

Maintenant, il n'est pas de spiritualité sans amour et nous pourrions nous souvenir que la première chose que fit Sri Aurobindo pour l'indépendance de l'Inde, fut de restaurer l'amour du pays. Rien ni personne ne peut se relever sur la base de la détestation de soi. Or, nous sommes tous témoin d'une sorte de francophobie qui consiste systématiquement à dévaloriser et dénigrer l'image de notre pays. De la même façon que nous ne nous laissons pas insulter, nous ne devrions plus laisser salir l'histoire de notre pays.

Et il est tout aussi certain qu'il n'est pas de spiritualité sans liberté. Or, il n'est aucun exemple non plus, qu'un pays qui ne maîtrise plus sa politique monétaire, sa politique industrielle, sa politique énergétique, sa politique commerciale, sa politique économique et sociale, sa politique migratoire, etc... se soit relevé, cela n'existe pas ! Tant que nous serons pieds et poings liés, tant que la promesse de l'aphorisme 76 ne sera pas accomplie – pour cela aussi nous pouvons prier – je crains que nos chances de survie collective restent minces. Mais qui sait la sagesse du mouvement universel du développement des êtres, des peuples et des nations ? Peut-être faut-il que le phénix meure pour renaître de ces centres.

"Tant que tes mains sont libres, lutte avec tes mains, ta voix et ton cerveau et toutes sortes d'armes. Es-tu enchaîné dans les donjons de ton ennemi et ses bâillons t'ont-ils réduit au silence ? Lutte avec le silence de ton âme qui peut tout assiéger et avec la puissance de ta volonté qui porte au loin ; et si tu meurs, lutte encore avec la force qui enveloppe le monde et qui est venue de Dieu en toi." (Aphorisme 273)

Une nation, plus qu'un territoire et une langue, nous dit Sri Aurobindo, est un principe spirituel, un peuple et une âme. Nous reconnecter à notre âme individuelle est une chose, nous reconnecter à notre âme collective en est une autre. L'âme justement...

*"Il y a quelques nuits, probablement au moment où le Président Mitterrand arrivait en Inde, j'ai vu ceci : J'étais au premier étage du "Palais du gouvernement". Tout était dans l'obscurité. Un serviteur est venu m'avertir de m'apprêter pour la réception en bas. J'allais descendre lorsque je me suis dit : **"Il faut que j'aille chercher le petit."** Je suis revenu chercher **"le petit"** dans l'obscurité. Je tâtonnais, lorsque, tout d'un coup, la lumière se fait et je vois assis, côte à côte, le Président et sa femme (un chat cruel, ou plutôt une panthère) devant une énorme cuvette de faïence remplie de soupe ou de nourriture. J'ai failli trébucher sur la cuvette et l'ai posée par terre. La femme était furieuse. Ainsi, le Président et sa femme étaient en train de bâfrer tout seuls dans l'obscurité, et **"le petit"**... on ne sait pas où il était. **Le "petit", c'est l'âme de la France."***
(Satprem – Carnets d'une Apocalypse du 30 novembre 1982)

Prière collective

Prier seul est une chose, mais si quelques personnes peuvent se joindre à nous, l'effet serait plus puissant. Dans un Entretien du 6 août 1958 Mère répondit à une question sur l'effet et la valeur d'une prière collective. Voici un extrait de sa réponse :

*"Il y a la collectivité d'un ensemble d'individus qui se sont groupés autour d'un idéal, ou d'un enseignement ou d'une action qu'ils veulent accomplir, et qui ont un lien organisateur entre eux, le lien du même but, de la même volonté et de la même foi. Ceux-là peuvent s'assembler d'une façon méthodique pour pratiquer en commun la prière ou la méditation, et si leur but est élevé, leur organisation bien faite, leur idéal puissant, **ces groupes peuvent avoir, par leurs prières ou par leurs méditations, un effet considérable sur les événements du monde**, ou sur leur propre développement intérieur et sur leur progrès collectif."*

[...]

*"Il y a eu de ces groupes, mi-religieux mi-chevaleresques, qui, rassemblés autour d'une croyance, ou plutôt d'un credo, avec un but défini, ont eu une histoire très intéressante dans le monde. Et certainement, **ils ont fait beaucoup pour le progrès collectif par leur effort individuel.**"*

*... Il y a une organisation idéale qui, si elle était menée à bien totalement, **pourrait créer une sorte d'unité très puissante**, composée d'éléments ayant tous le même but et la même volonté et suffisamment développés intérieurement pour pouvoir donner un corps très cohérent à une unité intérieure de but, de mobile, d'aspiration et d'action.*

*... De tout temps, les centres initiatiques ont essayé cela, d'une façon plus ou moins heureuse, et toujours il en est question dans toutes les traditions occultes **comme d'un moyen d'action extrêmement puissant.***

*... Si l'unité collective pouvait arriver à la même cohésion que celle de l'unité individuelle, **elle multiplierait la puissance et l'action de l'individu.***

*... D'habitude, si l'on met ensemble plusieurs individus, la valeur collective du groupe est très inférieure à la valeur individuelle de chacun pris en particulier, mais avec une organisation suffisamment consciente et coordonnée, **on pourrait au contraire multiplier la puissance de l'action individuelle."***

"Ne doutez jamais qu'un petit groupe d'individus conscients et engagés puissent changer le monde. C'est même la seule chose qui ne se soit jamais produite."

Margaret Mead

Conclusion

Maintenant, pour répondre complètement à la question, un autre aspect est à prendre en compte. Si nous voulons que la France soit touchée spirituellement, s'ouvre spirituellement, commençons par essayer de le réaliser nous-mêmes. Le prochain article s'essayera modestement à rappeler quelques principes de base pouvant favoriser notre ouverture spirituelle.

SAPTA CHATUSHTAYA

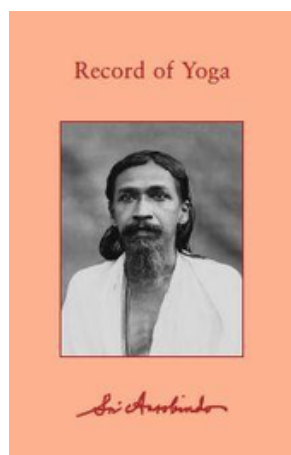
LA DÉMARCHE PRATIQUE DU YOGA INTÉGRAL DE SRI AUROBINDO

PAR YVON

Comment aborder l'œuvre de Sri Aurobindo ?

“Ce n'est pas par des livres qu'il faut étudier Sri Aurobindo mais par des sujets : ce qu'il a dit sur le Divin, sur l'Unité, sur la religion, sur l'évolution, sur l'éducation, sur l'auto-perfectionnement, sur le supramental, etc., etc.”

La Mère, Sur l'éducation



Préambule

On a souvent reproché à Sri Aurobindo la difficulté à lire ses œuvres et le manque d'indications pour les pratiques spirituelles. Moi-même j'ai mis de nombreuses années à rentrer dans cet univers immense et exceptionnel. J'ai appliqué la méthode de Mère, c'est-à-dire prendre un sujet et l'approfondir pour en tirer toute sa saveur. Pratiquant le hatha yoga depuis plusieurs décennies, je me suis donc beaucoup intéressé aux méthodologies et aux moyens pour nous libérer de notre nature inférieure. Le yoga classique nous propose un chemin possible mais Sri Aurobindo nous montre une autre voie que nous allons aborder. Nous allons donc nous intéresser plus particulièrement à cette démarche spirituelle appelée « Sapta Chathustaya », traduite par le terme Sept Quartets et décrite dans le livre Records of Yoga. Ce livre, en anglais, non traduit, écrit à partir de 1910 à Pondichery est le journal de bord des pratiques et expériences du Maître.

Sapta Chatusthaya (Sept Quartets) est le programme de pratique spirituelle qui a été révélé à Sri Aurobindo. Il a quatre objectifs : *Shuddhi* (purification), *Mukti* (libération), *Siddhi* (réalisation) et *Bhukti* (félicité).

Le contexte

Depuis quelques années, le yoga est très en vogue, voire même très tendance. Il s'affiche sur tous les médias mainstream et chaque jour voit la sortie d'un nouvel article ou livre souvent écrit par des petits amateurs ou même, parfois par d'anciennes danseuses de club parisien.

Plus sérieusement, on trouve, tout de même, des enseignants et pratiquants engagés dans une pratique fervente et humble. Souvent, en toile de fond de ces pratiques nommées hatha yoga, on trouve le livre de chevet le plus connu et reconnu du yoga moderne : les yoga sutras de Patanjali.

Wikipedia nous dit : **Les Yoga sūtra** de Patañjali, est un recueil de 195 aphorismes (sūtra), phrases brèves, laconiques, destinées à être facilement mémorisées. Ce texte qui comprend 1161 mots est la base du système philosophique appelé yoga. Cette œuvre a probablement été rédigée ou compilée entre 200 av. J.-C. et 500 apr. J.-C. C'est devenu un texte de référence pour le yoga jusqu'à l'époque contemporaine.

Ce livre fondamental comprend 4 chapitres et il est surtout connu pour **sa définition du yoga** (le yoga est la cessation des vagues du mental) et sa description de la démarche pratique en 8 étapes, **les 8 membres ou anga** pour atteindre le samadhi (la libération).

Ces 8 angas sont comme une fusée à 8 étages. Il faudrait, pour une pratique sûre et juste respecter (ce qui n'est pas toujours le cas) la chronologie ci-dessous.

Yamas les devoirs moraux envers soi et les autres.

Niyamas la discipline personnelle

Asana la pratique posturale.

Pranayama la maîtrise du souffle

Pratyahara la maîtrise sensorielle.

Dharana la concentration

Dhyana la méditation,

Samadhi l'enstase.

Je ne vais pas m'étendre plus sur ce texte fondamental des yoga Sutra que Sri aurobindo devait très certainement connaître, mais dont il ne parle pas à ma connaissance. Le maître de Pondichéry a préféré suivre une autre voie, plus adaptée certainement à notre époque moderne.

C'est donc cette démarche et voie spirituelle du Yoga Intégral que nous allons étudier. Cette démarche est décrite en 7 chapitres de 4 points chacun. J'ai repris volontairement le titre des chapitres dans leur langue d'origine, l'anglais et je suis resté très succinct sur les détails de chaque point afin de garder une vue d'ensemble. Cette présentation simple permet une approche « méditative » subtile et fructueuse.

Les lecteurs (maîtrisant l'anglais) intéressés pour plus de précisions pourront toujours se reporter à l'ouvrage du Maître, cité ci dessus.

Sapta Chatusthaya

1. Shanti (Peace Quartet)

1.1. Samata (Egalité)

1.2. Shanti (Paix)

1.3. Sukha (Contentement)

1.4. Hasya (Félicité)

Pour Sri Aurobindo, le calme, la paix, l'égalité d'humeur sont les qualités de départ nécessaires et indispensables à toute évolution spirituelle. Cela explique pourquoi ce chapitre est placé au début de toute la démarche de la sadhana du yoga intégral. Il nous le rappelle, ci-dessous, dès le premier chapitre de son livre « les bases du yoga » écrit en 1936. Ce texte est repris dans le livre « Le guide du Yoga » publié aux éditions Albin Michel ; Collection Spiritualités vivantes.

Il n'est pas possible de construire un fondement au yoga si le mental est agité. La première chose requise est le calme dans le mental. De plus, la dissolution de la conscience personnelle n'est pas le premier but du yoga ; le premier but est d'ouvrir cette conscience à une conscience spirituelle supérieure, et pour cela aussi un mental calme est de première nécessité.

Un mental tranquille ne signifie pas qu'il n'y aura pas du tout de pensées ou de mouvements mentaux, mais que ceux-ci resteront à la surface et que vous sentirez au-dedans votre être véritable séparé d'eux, observant sans se laisser entraîner, capable de les surveiller et de les juger, de rejeter tout ce qui doit être rejeté, et d'accepter et de conserver tout ce qui est vraie conscience et expérience vraie.

Je pense que ce calme, cette paix doivent être établies conjointement dans le corps physique, le vital et le mental. A ce titre, les pratiques du Hatha Yoga - asanas (postures), Pranayama (souffle) ainsi que les pratiques mentales de cette disciplines- nous fournissent de nombreux moyens pour réaliser cette attitude juste au départ du chemin. Nous aborderons ces sujets pratiques dans de futurs écrits.

2. Shakti Chatusthaya (Power Quartet)

- 2.1 Shakti (Pouvoir-force physique, vitale, psychique, intellectuelle)
- 2.2. Virya (Energie divine : sagesse, force , habileté, travail désintéressé)
- 2.3. Daivi Prakriti (Nature Divine)
- 2.4. Sraddha (Foi)

Sri Aurobindo a écrit la majorité de son Œuvre entre 1910 et 1920, période particulièrement agitée. Nous vivons actuellement dans un contexte identique. Le retrait du monde n'est plus possible, le sadhak doit un guerrier de lumière au sein de la société. Une fois le calme intérieur établi, il nous faut développer la force intérieure pour vivre sereinement au milieu de l'agitation. Notre force intérieure nous permet de nager à contre courant et de garder le cap.

"Seuls les poissons morts nagent dans le sens du courant." Citation d'un inconnu

3. Vijnana Chatusthaya (Knowledge Quartet)

- 3.1. Jnanam (Connaissance : en pensée, en expérience, en action)
- 3.2. Trikaladrsti (vision en 3 temps simultané : passé, présent, futur)
- 3.3. Ashtasiddhi (8 pouvoirs : 2 de connaissance, 3 de force, 3 pour le corps)
- 3.4. Samadhi (enstase)

4. Sharira Chatusthaya (Physical body Quartet)

- 4.1 Arogyam (Santé)
- 4.2. Utthapana (Maîtrise du corps)
- 4.3. Saundaryam (Beauté)
- 4.4. Vividhananda (Joie Intense)

5. Karma Chatusthaya (Divine Work Quartet)

- 5.1. Krishna, c'est Ishvara prenant plaisir dans le monde
- 5.2. Kali, c'est la Shakti qui supporte la lila (le jeu divin) selon le plaisir d'Ishvara
- 5.3. Kama la joie divine
- 5.4. Karma l'action divine

6. Brahma Chatusthaya (Divine Quartet)

- 6.1. Sarvam Brahma: Union avec l'univers.
- 6.2. Anantam Brahma: nous réalisons la Force Infinie qui œuvre en toutes les formes.
- 6.3. Jnanam Brahma: nous réalisons la conscience en toute chose.
- 6.4. Anandam Brahma: nous réalisons la béatitude cachée à l'intérieur de toutes les entités.

7 Siddhi Chatusthaya (Realization Quartet)

- 7.1 Shuddhi (Purification du prana, chitta, Manas, Buddhi et du corps)
- 7.2 Mukti (Libération des dualités, de l'ignorance et de l'ego)
- 7.3 Bhukti (Jouissance en l'esprit, sans désir, du physique au spirituel)
- 7.4. Siddhi (Réalisation)

Conclusion

Les 7 aspects (démultipliés en 4 sous chapitres) de cette pratique du Yoga Intégral – Paix, Pouvoir, Connaissance, Corps, Action Divine, Être Cosmique et Réalisation Supramentale –, pourrons être retrouvés, plus précis et détaillés dans certains livres plus tardifs de Sri Aurobindo comme la *Synthèse des Yoga*. Nous approfondirons prochainement certains aspects de ces 7 quartets dans un article futur et nous ferons le lien avec les chapitres de la Synthèse.

Mon intension première étant de donner une vue d'ensemble de la démarche du Yoga Intégral, j'espère vous avoir donné le goût pour continuer ce chemin. En attendant, je vous propose de lire, relire et méditer sur quelques aspects qui résonnent en vous en appliquant la méthode proposée par Mère. *Pour pouvoir offrir mon esprit à Sri Aurobindo en toute sincérité, n'est-il pas très nécessaire de développer un grand pouvoir de concentration ? Pouvez-vous me dire par quelle méthode je pourrais cultiver cette précieuse faculté ?*

Fixez un moment où vous pouvez être silencieux chaque jour. Prenez un livre de Sri Aurobindo. Lisez-en une phrase ou deux. Restez ensuite silencieux et concentré pour en comprendre le sens profond. Essayez de vous concentrer suffisamment profondément pour obtenir le silence mental et recommencez chaque jour jusqu'à ce que vous obteniez un résultat. Naturellement, vous ne devez pas vous endormir. (Mère)

CC-BY-SA

Mail d'inscription : gazetteyi@gmail.com