

La Gazette

du **YOGA INTÉGRAL**



NUMÉRO 5 • FÉV. 2025

Vers un âge de Vérité



Le feu
de l'aspiration

Retrouvez
l'intégrale de
**La Gazette du
Yoga Intégral**
en téléchargement
libre sur
www.meredivine.fr



Agni le fils des eaux	3
Mazen	
Fatigué, même dans mes rêves	4
Cyril	
Le feu de l'aspiration	6
Emmanuel	
Les pensées	8
Audrey	
Purifier et libérer le Vital	10
Yvon	
La trame catastrophique	15
Mado Sauvé	
Un an déjà !	19
Emmanuel	
Le soleil volé	21
Claire Tourigny	
Le feu	22
Prahlad	

Agni le fils des eaux

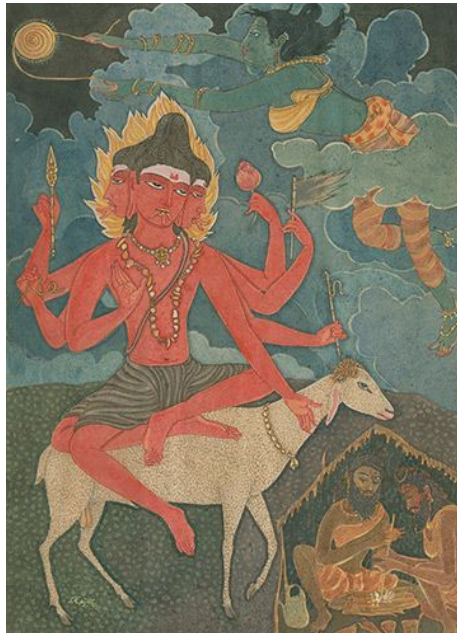
— par MAZEN —

Nous y voilà ! La chaîne YouTube Mère Divine a un an ! Un an déjà ! L'occasion pour Emmanuel de faire retour sur le chemin parcouru, individuellement et collectivement. Et quelle aventure depuis ce 29 février 2023.

Mère soulignait l'importance des anniversaires comme occasion de renaissance et de croissance, une occasion d'ouverture. Et justement, c'est aussi le 5^e numéro de notre Gazette, celle du mois de février. Et d'où vient notre mois de février ? Du « Februarus Mensis » romain, « le mois des purifications » ! Et qui dit purification, dit Feu ! Comme c'est à propos !

Peut-être l'avez-vous remarqué, mais depuis quelque temps, ça secoue pas mal ! Intérieurement et extérieurement.

Ce premier quart du 21^e siècle semble s'achever sur de grands chamboulements, il y a beaucoup de bouleversement, d'excitation, de collisions, de conflits, de colère, d'accidents, on se cogne partout. Comme si la **trame catastrophique** décrite par Mère dans l'Agenda, dont nous parlera **Mado**, se resserrait avant de céder peut-être ? Il y a une grande agi-



tation dans le Vital, et **Yvon** ne s'y trompe pas en nous proposant ce mois-ci de faire la lumière sur un pan du yoga souvent omis, **la purification du Vital**. Et dans cette entreprise, mieux vaut avoir un mental tranquille, ce à quoi nous invitent **les pensées** partagées par **Audrey**.

Dans ce matraquage de notre être, il y a de quoi être **fatigué** comme **Cyril** qui nous racontera comment dans le sommeil, le divin peut nous surprendre par une aide humoristique et en images s'il vous plaît.

Notre identification avec ce petit moi ridicule, qui lutte et fait effort est bien sûr encore trop grande, nous comprenons peut-être tant bien que mal que nous ne trouverons de repos qu'au cœur de Kurukshétra (littéralement « le lieu de la bataille », dans la Bhagavad Gîta, qui est aussi le lieu du Dharma). Quand l'expérience se fera plus profonde, qu'à travers **le Feu de l'Aspiration**, c'est Mère qui œuvre et fait TOUT - petit rappel, grâce à des citations que nous offre **Emmanuel**.

Et guidés par l'intuition qui flaire la piste des forces obscures, accompagnés par le chant de Claire, retrouvons l'écho des hymnes védiques et **le soleil volé**, caché au fond de l'obscurité du corps, le divin Agni, le fils des eaux. **Ce Feu**, dans lequel nous pouvons totalement nous jeter avec **Prahlad**, parce que nous sommes Lui.

Agni apporte la bénédiction du feu, de la chaleur et de la lumière aux humains,
S. Rajam - DR

NOTE DE LA RÉDACTION

Chers lectrices et lecteurs, chose peu commune, à *La Gazette du Yoga Intégral*, nous n'avons pas de rédacteur en chef ! Nous avons une Rédactrice en cheffe invisible pour les yeux, dont les indications dépendent de notre réceptivité, Mère.

Alors permettez-nous de faire appel à la plus grande indulgence dont vous êtes capables. Lisez ces pages comme une mère pleine d'amour regarde un enfant faire ses premiers pas.

Nous sommes des outils encore bien imparfaits, avec une intelligence toute naturelle, bien que ça ne soit plus la mode. Et à ce titre nous pouvons faire de nombreuses erreurs, écrire des choses fausses, abracadabrantes voire hallucinantes, peut-être même scandaleuses, supra-perchées et j'en passe ! Mais d'aventure, il se peut que nous touchions juste, que des choses profondes et Vraies se glissent sous nos doigts, un peu de Lumière, des notes d'Amour, une touche de Joie. Pour cela, nous vous prions de bien vouloir accepter par avance nos excuses les plus plates si par malheur de tels accidents inacceptables arrivaient.

Mieux encore, nous avons l'outrecuidance de ne pas être d'accord entre nous, mais nous avons choisi de nous crêper le chignon yogiquement et par amour comme il se doit et en privé pour laisser les textes cohabiter dans *La Gazette*.

LES ÉCRITS QUI SUIVENT N'ENGAGENT DONC QUE LEURS AUTEURS POUR LE MEILLEUR ET POUR LE RIRE.



Fatigué, même

dans mes rêves

— par CYRIL —

Ces derniers temps, j'ai du mal à me reposer. Et je suis troublé : j'ai en tête une longue vidéo que j'ai très envie de sortir mais j'avance dessus à pas de tortue. Cela m'ennuie, je ne comprends pas pourquoi dernièrement je n'ai plus d'énergie pour matérialiser des vidéos.

En fait, d'un autre côté, je comprends : quand on essaye de sortir une vidéo en tentant de dire des trucs pas trop nuls, on se fait traverser par des forces puissantes et on est bien travaillé. On ne tient pas forcément la charge. On n'est pas habitué à canaliser à travers nous ces forces du dessus que l'on essaye de matérialiser ici-bas, dans notre monde, à travers des textes ou des vidéos. Seulement voilà, je suis trop impatient ou trop enthousiaste. J'ai envie que ça aille vite.

Quelque part, je suis aussi en Joie de voir une communauté autour du Yoga Intégral commencer à se former à travers la Chaine Mère Divine ou cette Gazette. Et j'ai envie d'y contribuer. Mais dernièrement, je suis comme bloqué. Qu'est-ce qui se passe ?

Heureusement pour moi, je fais des rêves symboliques qui me guident.

Dans l'un, fatigué, même dans mon rêve, je demandais à mon ami Kârttikeya, le fils de Shiva, s'il ne pouvait pas me proposer une chambre dans son palais pour que je puisse me reposer et me détendre à l'abri de toutes menaces. Il me dit qu'il n'y avait pas de problème pour cela mais que ce n'était pas forcément la bonne solution. Il m'emmena donc moi et mon cheval dans son palais. Oui, je ne l'ai pas précisé, mais dans mes rêves, il y a toujours un petit cheval joyeux et

sautillant qui tourne autour de moi. Parfois, il est là, parfois non, mais il est très rapide !

Très vite, je me retrouvai allongé dans une chambre sur un très beau lit. Mon cheval, lui, s'était endormi sur le sol à mes pieds et Kârttikeya, restait là, souriant, montant la garde à mes côtés. Cependant, une à une, de belles femmes, des shaktis, vinrent s'agglutiner aux fenêtres de ma chambre pour venir voir la nouvelle attraction du palais, c'est-à-dire moi. Parfois, elles étaient de taille normale, mais parfois elles étaient gigantesques, laissant uniquement des yeux immenses m'observer.

Et dernièrement, j'ai vécu la suite de ce rêve. N'arrivant pas à me reposer avec tous ces regards sur moi, je demandais à Kârttikeya si toutes ces shaktis qui l'observaient ne le dérangent pas. « Pas du tout ! », s'exclama-t-il. Et puis, je me rappelle l'histoire de sa naissance :

En résumé, un démon puissant avait réussi à réduire les Dieux en esclavage, et c'était le bordel sur Terre. Alors, un sage alla supplier Shiva : « Enfin Shiva, Tu ne peux pas laisser les choses comme ça ». Shiva sortit alors de lui 6 étincelles brillantes et les tendit à Agni, le dieu du feu. Mais même pour lui, ces étincelles étaient trop brûlantes, il les passa donc à la déesse du Gange qui les déposa sur Terre. Là, un bébé à 6 têtes naquit et 6 nymphes s'occupèrent de nourrir le bébé. Ensuite, ce fût Parvati, la femme de Shiva, qui descendit sur Terre pour nourrir le nouveau-né. Et comme nourrir un bébé à 6 têtes n'est pas très pratique, elle fusionna toutes les têtes en une seule, pour pouvoir lui donner plus facilement le sein. Ensuite, il s'ensuivit une grosse dispute entre femmes pour savoir qui était sa vraie mère ! Shiva dut alors intervenir pour éviter qu'une nouvelle guerre apparaisse en donnant une multitude de noms à Kârttikeya : un nom pour chaque femme qui s'était occupée de lui. Alors oui, je comprends bien qu'il a l'habitude d'être entouré de shakti !

Mais enfin, pour moi, tous ces regards me perturbaient. Je lui demandai alors s'il n'y avait pas un endroit où elles ne pourraient pas m'observer. Il me dit que oui, et me téléporta là-bas. C'était un endroit où la nuit régnait, le sol était noir et

dur. Parfois, la nuit était traversée par d'intenses éclairs qui illuminaient ce monde. Kârttikeya m'indiqua que l'on se trouvait dans un des domaines de Shiva, dans une région proche du nirvana. Effectivement, je sentais bien que le sol noir était comme fait de néant. Fatigué, je m'allongeai sur le sol dur. Kârttikeya me conseilla alors de ne pas résister et de laisser simplement les énergies qui doivent disparaître retourner dans le sol. Et je vis en moi, comme plein de petits éclairs électriques qui descendaient vers le sol. J'étais vraiment comme branché sur la terre comme dirait un électricien. C'était d'ailleurs cela, ces éclairs qui déchiraient la nuit : des énergies qui avaient fait leurs œuvres et qui retournaient au néant. J'observai alors en moi toutes mes tensions petit à petit diminuer, absorbées par le sol. Et plus je me détendais, plus le sol devenait doux et confortable comme un canapé moelleux.

Ce que je comprends de ces rêves, c'est que parfois il faut agir dans le monde, mais parfois aussi il faut juste laisser la force faire le ménage en nous. Faire des vidéos ou écrire pour la gazette, c'est génial, mais ce qui est vraiment attendu de nous, c'est que l'on se transforme, que l'on évolue. L'action n'est qu'un moyen qu'utilise la Mère pour travailler sur nous.

On s'offre, on fait et on aime faire. Mais aussi, on évolue en faisant. Il faut être gentil avec nous-même et nous laisser du temps pour digérer la transformation que l'on subit. Beaucoup de forces positives souhaitent s'incarner et voient en nous un moyen de toucher enfin le monde. Mais il y a une sagesse qui les retient et dit : pas toutes à la fois. Il faut se laisser du temps pour assimiler ce que l'on vit, pour faire le ménage en nous, pour s'habituer à la nouvelle Joie que l'on porte. Ne pas vouloir brusquer les choses au risque de tout casser.

Alors en route vers le calme, la paix et l'égalité d'âme.

Le FEU de l'aspiration


Sri Aurobindo – Lettres sur le Yoga Volume 5

— partagé par EMMANUEL —

Pour ce mois de février, c'est le Feu de l'Aspiration qui est venu en moi pour cette Gazette du Yoga Intégral. Alors, ces textes sont apparus. C'est quelque chose que je sens fortement en moi depuis le 1^{er} février. C'est tellement intense. Ça brûle absolument toutes les difficultés comme le dit Sri Aurobindo. Parfois il y a l'évidence que c'est le Psychique qui pulse fort. À d'autres moments, je sens la puissance et l'Amour de La Mère. Mais quel que soit ce Feu, Psychique, Agni, Mère, il transforme de plus en plus profondément. Alors je le laisse faire, car Lui sait ce qui doit être brûlé.

Que ce Feu de l'Aspiration embrase tous les cœurs.

Le feu psychique est le feu de l'aspiration, de la purification et de la Tapasyâ ; il vient de l'être psychique. Ce n'est pas l'être psychique, c'est un pouvoir de l'être psychique. L'être psychique est un Pourousha, non une flamme ; le feu psychique n'est pas l'être, c'est quelque chose qui lui est propre.



C'est le feu d'Agni que vous sentez. Agni est, tout à la fois, un feu d'aspiration, un feu de purification, un feu de Tapasyâ, un feu de transformation.

— * —

Agni, sous la forme d'une aspiration pleine de calme et de don de soi concentrés, est certes la première chose qu'il faut allumer dans le cœur.

— * —

C'est la Force de la Mère qui agit dans Agni.

— * —

Le feu constant de l'aspiration doit être allumé, c'est vrai, mais ce feu est celui du psychique et il s'allume ou s'enflamme et grandit à mesure que le psychique se développe au-dedans, et pour que le psychique se développe, la tranquillité est nécessaire. C'est pourquoi nous avons travaillé, la Mère et moi, à faire grandir en vous à la fois le psychique et la tranquillité, et pour cette raison, nous voulons que vous attendiez les effets de l'action de la Mère avec toute votre patience et

toute votre confiance. Se souvenir sans cesse de la Mère alors que brûle un feu toujours égal et qui ne vacille point est, en soi, un progrès considérable dans la sâdhanâ ; il doit être préparé par divers moyens tels que les expériences que vous avez eues. Restez donc ferme dans votre confiance et tout ce qui doit être fait sera fait.

— * —

Le feu central est situé dans l'être psychique, mais il peut être allumé dans toutes les parties de l'être.

— * —

C'est seulement dans la conscience physique qu'il est difficile d'entretenir le feu ; le physique peut sans peine suivre indéfiniment un train-train invariable, mais il lui est difficile de soutenir un effort éveillé et constant. Avec le temps, cependant, on peut l'y préparer. Toute l'aide vous sera donnée.

— * —

C'est égoïste si l'ego croit qu'il est le feu psychique. Si la conscience se sent identifiée au feu psychique et s'aperçoit que le feu peut brûler toutes les impuretés, alors l'expérience est authentique.`

— * —

Les pensées

Morceaux choisis

— par AUDREY —

« **T**ranquilliser le mental de sorte qu'aucune pensée ne vienne n'est pas facile et prend généralement du temps. L'essentiel est de sentir dans le mental une tranquillité telle que si des pensées viennent, elles ne le troublent pas, ne retiennent pas son attention, ne l'obligent pas à les suivre, mais simplement le traversent et s'en vont. Le mental devient d'abord le témoin du passage de la pensée et non plus le penseur ; ensuite il devient capable de ne pas observer les pensées : il les laisse passer sans les remarquer et se concentre en lui-même ou sur l'objet de son choix sans difficulté. »

Sri Aurobindo,
Lettres sur le Yoga, tome 3

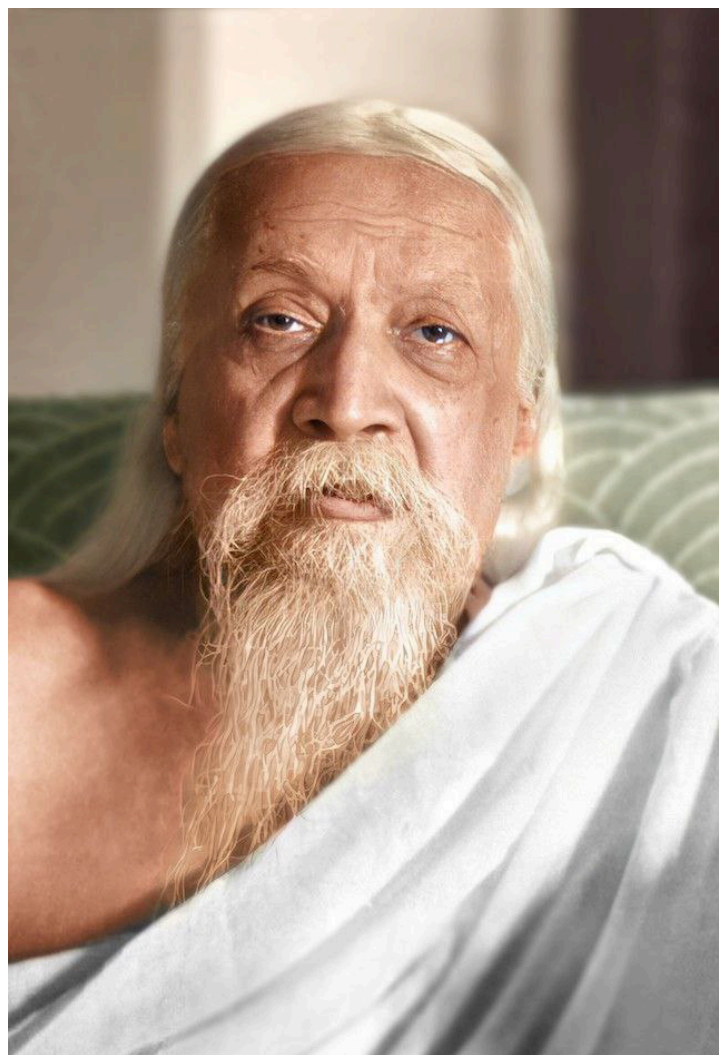
— * —

« **L**a première préoccupation de l'homme à l'éveil de sa pensée et, semble-t-il, son inévitable et ultime préoccupation (car elle survit aux plus longues périodes de scepticisme et revient après tous les bannissements) est aussi la plus haute que sa pensée puisse envisager. Elle se manifeste par le pressentiment du Divin, l'élan vers la perfection, la quête de la Vérité pure et de la Félicité sans mélange, le sens d'une secrète immortalité. Les anciennes aurores de la connaissance humaine

nous ont laissé le témoignage de cette constante aspiration. Aujourd'hui, nous voyons une humanité rassasiée, mais non point satisfaite par l'analyse victorieuse des aspects extérieurs de la Nature, se préparant à retourner à ses aspirations premières. La plus ancienne formule de la Sagesse promet d'être aussi la dernière : Dieu, Lumière, Liberté, Immortalité. »

Sri Aurobindo,
La Vie Divine

— * —



« **D**ans le monde mental, la pensée humaine crée tout le temps des formes. La pensée humaine est tout à fait créatrice dans le monde mental. Constamment quand vous pensez, vous créez des formes et vous les envoyez se promener dans l'air et elles vont faire leur travail. Constamment, vous êtes entouré d'un tas de petites formations. »

Mère,
Les entretiens du 11 août 1954



« **T**ous les gens qui exercent leur intelligence, plus ils sont intelligents, plus ils s'aperçoivent qu'ils ne savent rien du tout et qu'avec le mental on ne peut rien savoir. On peut penser d'une façon, juger d'une manière, voir d'une façon, mais on ne sera sûr de rien. On peut toujours dire « peut-être est-ce comme cela » ou « peut-être est-ce comme ceci » et ainsi de suite, indéfiniment, parce que le mental n'est pas un instrument de connaissance.

Au-dessus des pensées, il y a les idées pures ; les pensées servent à exprimer les idées pures. Et la Connaissance est bien au-dessus du domaine des idées pures, comme ces dernières sont bien au-dessus de la pensée. Il faut donc savoir remonter de la pensée à l'idée pure – et l'idée elle-même n'est qu'une traduction de la Connaissance. Et la Connaissance ne peut s'obtenir que par l'identification totale.

Alors, quand vous vous mettez dans votre petite mentalité humaine, cette mentalité de la conscience physique qui fonctionne tout le temps, qui regarde tout, qui juge tout du haut de sa supériorité dérisoire, qui dit « cela est mauvais, cela ne doit pas être comme ça », vous êtes sûr de vous tromper, sans exception.



Quand vous êtes capable de garder tout cela au-dedans de vous, tranquillement, sans aucune agitation, et de le présenter tout tranquillement à la partie la plus haute de votre conscience en essayant de garder un silence attentif, et d'attendre, alors peut-être, lentement, comme venant de très loin et de très haut, quelque chose comme une lumière se manifestera, et vous saurez un peu plus de vérité.

Mais aussi longtemps que vous agitez vos pensées et les débitez en petits morceaux, vous ne saurez jamais rien.

Je vous répéterai cela cent fois s'il le faut, mais je puis vous assurer que tant que vous n'êtes pas convaincu de cela, vous ne sortirez jamais de votre ignorance. »

Mère
Les entretiens 20 janvier 1951

Purifier et libérer le Vital

— par YVON —

*Mon enfance ayant été marquée par une maladie osseuse, je me suis passionné très jeune pour les pratiques corporelles articulaires et musculaires du Hatha Yoga. Fort heureusement, j'ai eu la chance de rencontrer assez rapidement sur mon chemin une forme plus subtile de yoga qui se nomme **yoga de l'énergie** et qui nous propose de ressentir le plan vital. Je vous invite à lire ou relire mon article dans La Gazette numéro 2 (le yoga de l'énergie, passerelle entre le yoga traditionnel et le yoga Intégral) où j'explique les origines de cette forme de Yoga.*



Corps subtils et nadis.

Dans ses nombreux écrits, Sri Aurobindo nous parle de trois plans de base (plus un quatrième, le plan spirituel) : le physique, le vital et le mental. Pour faire simple, à l'échelle humaine, le plan physique c'est notre corps et le plan mental c'est la machine à moudre les pensées. Le vital, c'est tout ce qui palpète en nous ; c'est une arène pleine de forces et envies de toutes sortes, instincts, pulsions, besoins, désirs, sensations, émotions, sentiments, qui se bousculent pour prendre la première place dans la cour de l'école de la vie. En bref, c'est la puissante Force de vie qui vibre en chacun.

*La vie telle que nous la connaissons... se meut entre les deux termes de notre existence normale, les deux firmaments du mental et du corps.
Sri Aurobindo, La vie Divine*

Mais c'est quoi l'énergie ? Et comment peut-on intégrer cette notion dans une pratique d'éveil spirituel ?

L'Énergie

Tout est énergie nous dit Albert Einstein !
Donc dans la matière, dans la vie et dans le mental, la Conscience est de l'énergie et réciproquement, l'énergie c'est la Conscience.

Ça tout le monde le sait. Mais comment intégrer cette notion dans sa vraie vie, tous les jours ? Sri Aurobindo nous dit dans La Vie Divine :
La vie est une échelle de l'Énergie Universelle où s'opère la transition de l'inconscience à la conscience. (VD 275)

Anatomie simplifiée du plan vital

Dans les yogas classiques indiens, la vie est exprimée sous forme d'énergie appelée **Prana**, le souffle de vie.

Prana c'est le Premier animateur de la vie (*Pran*). Prana est partout, de l'atome à la galaxie. De la même manière qu'il y a différents niveaux (du plus dense au plus subtil) dans notre corps physique (solide, liquide, gazeux et plus subtil encore), il y a plusieurs niveaux vibratoires dans notre corps vital appelé aussi corps éthérique ou corps de l'énergie. Cet exposé n'abordera que son aspect le plus dense.

Les yogis indiens disent que dans le corps humain circulent 72 000 canaux subtils qu'ils appellent nadis. Ils circulent dans le corps selon le schéma au début de cet article.

De leur côté, les Sages chinois proposent un système un peu différent ; ils nomment l'énergie vitale **Qi** et les canaux de communication Méridiens. Ce système subtil issu de la Chine ancienne est aujourd'hui bien connu en occident sous le nom d'acupuncture. Son principe : en levant les blocages, les nœuds sur les méridiens, l'énergie vitale se remet à circuler librement et l'individu retrouve la santé, sa plénitude et son harmonie. L'acupuncteur va utiliser pour cela les moxas, les aiguilles ou parfois de simples pressions digitales.

On retrouve un peu le même concept dans les pratiques corporelles du Hatha Yoga ; l'étirement musculaire va libérer les tensions. Les pratiquants du Tai Chi ou du Qi Gong vont utiliser la fluidité physique pour organiser la fluidité subtile. Tout est question de fluidité et de levée de barrages. Un peu comme si on débouchait un tuyau pour permettre à l'eau de circuler à nouveau dans le jardin. Une autre image me vient à l'esprit, c'est celle du nageur ou du surfeur dans un océan agité. S'il joue dans le sens de la vague, il est en symbiose avec l'océan. S'il n'est pas avec la vague, alors gare à lui ! **Fluidité et vigilance apaisée**, telle est la règle.

En réalité, [la Vie]... est la même à tous les stades, toujours un moyen terme entre le Mental et la Matière, constituant de la Matière, imprégné du Mental... Agissant comme intermédiaire, elle relie et soutient le Mental et la Matière dans leurs rapports mutuels. (VD 278 sq.)

Tout est dit dans ces courts extraits, **la vie ou l'énergie de vie est la passerelle entre la matière, c'est-à-dire le plan physique, et le plan mental**. Ces trois plans étant les supports et plans d'entrée du plan spirituel, la sadhana du yoga intégral nous demande une pratique à tous les niveaux de ces trois plans. Or, le plan vital (qui est issu de nos origines animales) étant un monde capricieux, malin et compliqué à maîtriser, les aspirants yogis préfèrent, très souvent, refouler ce plan plutôt que l'explorer.

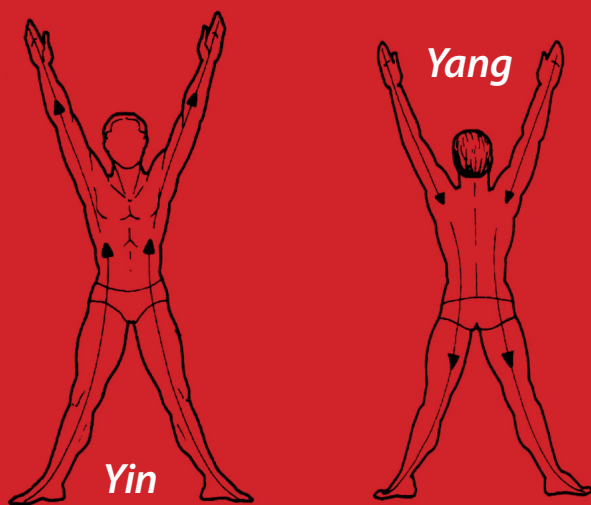
Pourtant, cette passerelle vitale, interface entre le corps et l'esprit est d'un intérêt inestimable pour la connaissance et la maîtrise de Soi. Nous verrons comment aborder ce plan de manière douce et discrète.

L'énergétique humaine

Pour ne pas surcharger cet exposé, je vais rester volontairement simpliste sur les sciences énergétiques de l'Inde et de la Chine. J'aborderai les niveaux énergétiques plus subtils à l'occasion d'un autre exposé. Le niveau le plus dense de notre système énergétique est constitué des 12 Méridiens de l'acupuncture chinoise en lien avec nos 5 émotions fondamentales : la peur, la colère, la tristesse, l'obsession et la joie. Ces méridiens sont connectés également aux organes, aux saisons, aux couleurs, aux sons, etc. et ils jouent un rôle crucial pour la santé et notre état général. C'est ce système qui est utilisé au début de notre enseignement pratique. Les systèmes plus subtils (les nadis Ida, Pingala, Sushumna, les chakras) seront abordés dans les enseignements et pratiques plus avancés.

Ces 12 Méridiens circulent dans l'ensemble du corps, les bras et les jambes. Ils sont bilatéraux, de chaque côté du corps, à droite et à gauche et ils parcourent le corps selon le principe suivant (Voir schéma de l'homme debout) :

- 6 méridiens yang ou solaires descendent du ciel sur la face arrière du corps et circulent jusqu'aux orteils des pieds.
- 6 Méridiens Yin ou lunaires montent de la terre par la face avant et circulent jusqu'au bout des doigts des mains.



Pour mémoriser ce schéma, il suffit de penser au maraîcher courbé dans son jardin pour bichonner ses plantes ; la partie bronzée est yang et le reste (peau blanche), yin.

Notre enseignement du yoga de l'énergie va s'appuyer sur ces canaux énergétiques comme support de pleine conscience pendant les méditations mais aussi pendant les pratiques corporelles statiques et même dynamiques. Notre conscience à la fois active, émettrice va se promener sur ces parcours bien définis tout en mobilisant notre conscience réceptrice et nos sens subtils internes de la vue et du toucher.

Où la pensée va, l'énergie va !

Tel est notre mantra ! Il y a également une autre règle dans ces pratiques : les plans subtils contrôlant les plans sous-jacents, cette méditation sur notre corps subtil va réorganiser notre corps vital.

Ainsi, en déplaçant la conscience, **en lien avec la respiration**, dans le sens du courant énergétique, comme un rameur sur la rivière, le corps subtil devient plus fluide, plus libre et harmonieux ; **il se purifie**. La respiration subtile associée (appelée respiration pranique) est, en effet, le moyen essentiel pour activer et réguler l'énergie (prana), permettant ainsi une circulation équilibrée dans les canaux, les nadis.

Il faut tenter l'expérience pour apprécier la puissance de cette pratique.

Vivez l'expérience, le jeu en vaut la chandelle, nous disait Roger Clerc, notre instructeur.



Exercice pratique

Nous allons maintenant passer à une pratique concrète. Debout en équilibre ou bien allongé sur le sol en arbrisseau (selon dessin). La respiration est douce, subtile comme pour respirer un parfum. Une relaxation classique du corps peut être pratiquée avant la pratique qui suit. La conscience se déplace selon les zones décrites suivantes :

- ◆ **Inspire dos de la main droite**
 >> omoplate droite (face arrière du corps)

- ◆ **Expire omoplate droite**
 >> pied gauche (face arrière du corps)

- ◆ **Inspire pied gauche**
 >> clavicule droite (face avant du corps)

- ◆ **Expire clavicule droite**
 >> paume main droite (face avant du corps)

Par ce simple exercice, ta conscience se déplace sur tous les plans de l'espace :

- Terre/ciel ou haut/bas
- Droite/gauche ou solaire/lunaire
- Devant/derrière ou futur/passé.

C'est une véritable gymnastique cérébrale : chaque partie du corps étant connectée à une zone du cerveau, pleins de neurones et de petites lumières s'allument dans la tête. Durant ces pratiques, il n'y a pas de place pour le bavardage mental, la conscience pure est totalement présente. Le mental et le vital sont apaisés et purifiés.



Et le yoga Intégral, dans tout ça ?

Nos 3 plans d'accès au plan supramental sont le physique, le vital et le mental. Sri Aurobindo insiste beaucoup sur la pacification du mental comme point de départ obligé de la sadhana (voie) du Yoga Intégral. Cet aspect est aujourd'hui bien connu des pratiques yogiques de relaxation et de méditation. Par contre les approches sur le corps vital et ses émotions sont moins connues. Et pourtant, le lien entre ce réseau énergétique et nos émotions est manifeste.

Cette pratique est encore loin de l'idéal supramental de Sri Aurobindo mais mon expérience personnelle m'a montré que mon plan vital (plan capricieux et complexe à maîtriser) devenait, grâce à cette méthode plus fluide, plus calme et plus facile à vivre. Grâce à la pleine conscience de nos circuits d'énergie, nos colères, tristesses, peurs et obsessions perdent leur intensité, permettant ainsi une meilleure gestion de nos émotions perturbatrices.

Dans l'univers actuel du yoga, les plans physique (par le hatha yoga) et mental (par la méditation) sont très souvent abordés tandis que le plan vital est négligé voire oublié. Afin de convaincre d'éventuels récalcitrants qui pensent que le vital doit être évité ou refoulé, je terminerai cet exposé par deux citations de Sri Aurobindo, dans les *Lettres sur le yoga* :

Le vital est un instrument indispensable : aucune création, aucune action puissante n'est possible sans lui. Il s'agit simplement de le maîtriser et de le convertir en un vital vrai qui soit à la fois fort, calme, capable d'une grande intensité et libéré de l'ego.

Le vital doit être maîtrisé et non laissé libre d'agir à sa guise. Ce n'est pas le vital qui doit vous maîtriser, c'est vous qui devez maîtriser le vital.

Puisse le yoga vous réjouir !

La trame catastrophique

— par MADO SAUVÉ —

Récemment, une foule de copines ont eu des accidents ou souffert de conditions médicales sévères. Ghislaine s'est cassé un bras en tombant et a ensuite dû être hospitalisée pour une opération d'urgence à l'intestin. Colette a eu un grave accident de la route et a passé deux semaines à l'hôpital. Lise a glissé sur la glace pendant sa marche quotidienne et a dû ramper sur une longue distance pour avoir de l'aide, car elle avait souffert d'une fracture à l'omoplate, d'une autre au pied et de trois fractures du plancher pelvien. Danielle a fait une grosse pneumonie. Jean-Claude a eu de la difficulté à respirer et d'autres malaises importants pendant des semaines. Je m'arrête ici, mais on me rapporte que les hôpitaux sont pleins à craquer et qu'on doit attendre des heures interminables pour avoir des soins.

De mon côté, tout va bien, mais je dois me surveiller comme jamais.¹ Quand je marche dans la rue, que je descends l'escalier, que je circule dans la maison avec une tasse remplie de tisane bien chaude, que je conduis ma voiture dans



une tempête de neige — il y en a beaucoup cette année ! — que je fais les mille choses de la vie quotidienne, une petite voix à peine audible tente de me persuader que je vais tomber, avoir un accident, laisser s'échapper ma tasse, et que sais-je encore. Invariablement, ce sont des messages défaitistes.

Je me suis demandée pourquoi ces suggestions étaient soudainement devenues tellement fréquentes chez moi. En partageant avec d'autres personnes sur le chemin aurobindien, j'ai constaté que je n'étais pas la seule à vivre ce phénomène. Bien sûr, je suis devenue graduellement consciente de ce fait depuis plusieurs années, mais je constate que ce défaitisme a augmenté substantiellement, jusqu'à devenir presque omniprésent, autant chez moi que

¹ Alors que j'étais en train d'écrire cet article, j'ai descendu les 14 marches de l'escalier pour aller préparer mon dîner. Tout à coup, je me suis sentie soulevée et j'ai « manqué » les deux dernières marches. Heureusement, je suis « bien » tombée et ne me suis pas blessée. C'était la première fois de ma vie que je tombais ainsi en manquant des marches. J'ai trouvé cet « accident » très louche, alors que j'écrivais justement cet article. Puis, quand j'ai demandé à mon coloc Luc de le lire pour corriger les erreurs, il m'a avoué avoir presque chuté dans l'escalier en entrant. Impressionnant !

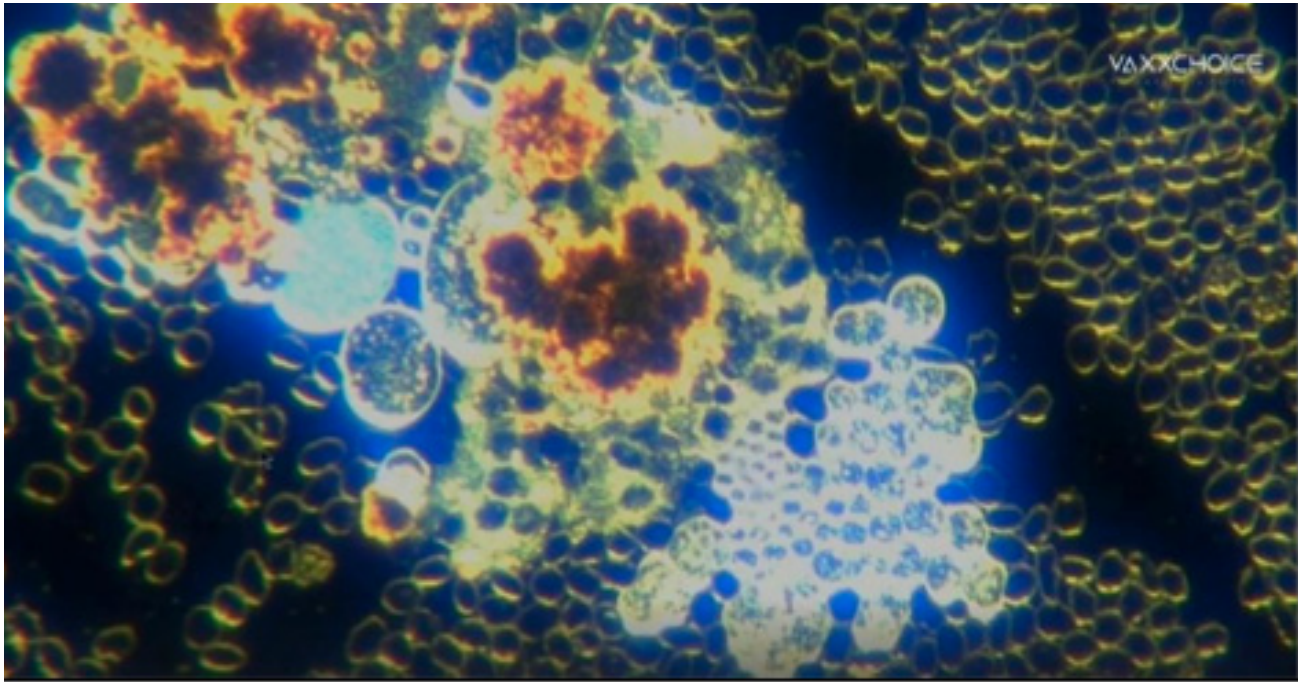


Photo au microscope à fond noir du sang d'une personne non-injectée. Ses globules rouges sont déformés et agglomérés. Les corps lumineux proviennent d'agglomérations de structures nanobiotechnologiques issues de la propagation par les injectés et la géoingénierie. Le développement de ces structures est directement stimulé par les ondes EM des technologies ambiantes.
Source : Dr. Ana Mihalcea

chez plusieurs autres. Les gens semblent pris dans cette trame collante – une toile d'araignée sournoise et invisible.

Suis-je simplement plus consciente d'un phénomène qui était toujours là ou s'agit-il d'efforts plus fréquents et soutenus des forces hostiles ? En lisant *L'Agenda de Mère*, je suis tombée sur ce passage :

« Sur toute la création matérielle (geste couvrant, enveloppant la terre), il y a un tissu – tissu que l'on pourrait appeler « catastrophique » – de mauvaise volonté. C'est-à-dire une sorte de trame, oui, de trame défaitiste – défaitiste, catastrophique – où ce que l'on veut faire, on le rate, où il y a toutes sortes d'accidents possibles, toutes les mauvaises volontés. C'est comme une trame. Et on apprend au corps à sortir de là.²

C'est comme mélangé à la Force qui se réalise et qui s'exprime ; c'est comme quelque chose qui se mélange à la création matérielle. Et on apprend au corps à s'en libérer. Mais c'est difficile, c'est très difficile. C'est la cause des maladies, c'est la cause des accidents — c'est la cause de toutes les choses destructives. Et cette trame, c'est tout le temps,

c'est tout le temps là, comme ça (même geste couvrant). C'est très-très mélangé (au corps). Ce n'est pas encore clairement séparé. »

Mère, Agenda 9, le 7 septembre 1968

Cette trame existe donc depuis la nuit des temps ou, du moins, depuis le début de l'animal pensant qu'est l'Homo sapiens. Le fait qu'elle semble plus active qu'auparavant est probablement dû à quatre raisons :

La conscientisation

Notre corps se purifie de plus en plus et devient rapidement conscient des pensées destructrices qui pénètrent en nous en tout temps à partir des divers mondes invisibles. C'est un signe encourageant, car il nous prouve que nous sommes plus efficaces qu'auparavant pour faire face à ces infiltrations. Plus nous les captions rapidement, plus nous sommes en mesure de stopper leur influence sur nous et de « sortir de la trame ».

² C'est cette « trame » qui sépare notre fausse matière du vrai monde « comme en doublure du nôtre », ce lieu [que] Mère ne voyait pas avant. Satprem

Les structures nanobiotechnologiques

Elles se retrouvent désormais dans les liquides de la plupart des corps humains (sang, urine, salive, glaire, sperme, sécrétions nasales, etc.). Ces nanostructures biologiques artificielles (voir la photo p. 16) proviennent de diverses sources et maximisent l'influence des forces hostiles et de la haute technologie. Les sources les plus connues sont :

- Les injections covidienues et autres (vaccins divers, injections dentaires, etc.) ;
- La propagation (*shedding*) des injectés vers les non-injectés par l'expiration, la toux, le toucher, la sueur, les liquides sexuels, etc. ;
- La respiration et l'ingestion d'eau et de nourriture renfermant ces structures, qui sont répandues par des avions et des drones (géoingénierie ou chemtrails) sur la majorité des territoires habités.

Vous et moi qui sommes sur le chemin aurobindien savons que rien n'arrive pour rien. Chaque pierre sur le chemin est un cadeau qui nous indique la prochaine étape à franchir afin d'accélérer notre évolution de conscience.

Comme nous nous approchons d'une étape charnière de la création terrestre – la manifestation d'un être supramental fait d'une nouvelle matière « plus fluide qu'un gaz, plus dure que du diamant »³ — il est normal que les choses se corsent !

Alors que faire quand les gens tombent comme des mouches, que les désastres (pandémies, feux, tsunamis, éruptions volcaniques, tremblements de terre, alouette, ah !) et les invasions (migrants, extraterrestres, hybrides, cyborgs, zombies, re-alouette, ah !) se multiplient ? Certains diront : « Ne t'en fais pas. La Mère suprême s'occupe de nous. Tout est parfait ! » Voici ce que Sri Aurobindo leur répondrait :

En soi, cette vision des choses ne vaut guère mieux que le dogme facile selon lequel tout ce qui est, est juste, parce que tout est parfaitement décrété par la Sagesse divine. Elle ne nous apporte rien

Les forces hostiles

Celles-ci maximisent leurs efforts pour stopper la manifestation du surhomme et de l'être supramental qui le suivra tôt ou tard. Cependant, comme Mère l'a si souvent répété, ces forces hostiles sont nécessaires pour nous indiquer les parties non-purifiées de notre être. Elles nous forcent en ce moment à accélérer le développement de notre témoin mental, afin qu'il surveille nos moindres pensées, acceptant celles qui peuvent aider et refusant instantanément celles qui peuvent nuire à notre évolution. De la même façon, le témoin vital capte de plus en plus facilement nos émotions et nos désirs, et notre témoin physique, nos habitudes, y compris celles des maladies et des accidents.

La haute technologie

Divers types de technologies récentes (télévision, ordinateur, cellulaire/portable, tablette, WiFi, LiFi, Bluetooth, satellites de télécommunication, tours de 5G, 6G, etc.) émettent des ondes qui peuvent influencer notre mental (introduction de pensées négatives), notre vital (diffusion d'émotions destructrices et de désirs malsains) et notre physique (maximisation d'habitudes insalubres, émissions d'ondes correspondant à des maladies spécifiques).

de mieux qu'un optimisme intellectuel et philosophique complaisant, et ne jette aucune lumière sur ces réalités déconcertantes que sont la douleur, la souffrance et la discorde dont notre conscience humaine porte le perpétuel et troublant témoignage ; tout au plus est-il suggéré que la raison divine détient peut-être la clef de ces choses auxquelles nous n'avons pas accès.⁴

Acceptons donc ce que nous ne pouvons changer (propagation, certaines technologies, gouvernements corrompus, forces hostiles), mais travaillons avec détermination et acharnement à diminuer l'effet de pensées, d'émotions et d'habitudes négatives de diverses sources. Nous pourrions y parvenir en nous offrant le plus sincèrement possible à notre âme divine, tout en développant une conscience-témoin mentale, vitale et physique de plus en plus diligente et claire. Nous pourrions également diminuer graduellement les influences les plus faciles à gérer : WiFi, LiFi, Bluetooth, cellulaire/portable, etc. Il existe de multiples façons de le faire que je n'énumérerai pas ici.

Lisons avec attention les ouvrages de Sri Aurobindo, de Mère et de Satprem. Répétons le mantra de Mère⁵. Concentrons-nous sur le Divin intérieur (être psychique) et supérieur (Jivatman) à chaque instant, sans retomber dans les vieux programmes périmés de notre ego en voie de dissolution. Comme une mouche prise dans une toile d'araignée, notre ego est englué dans la trame catastrophique décrite plus haut par Mère. Pour se libérer à la fois de l'ego et de la trame qui l'emprisonne, faisons un « pas en arrière », comme nous l'explique Satprem :
À chaque instant nous sommes repris par la vieille mécanique, l'habitude de moudre des pensées, juger, déduire, calculer, et, instantanément, c'est comme un voile qui tombe, un écran qui s'interpose entre la clarté tranquille derrière et le tourbillonnement laborieux d'ici : les communications sont brouillées. De nouveau, il faut faire un pas en arrière, retrouver l'étendue spacieuse — et elle

*est irritante, elle semble ne vouloir rien dire, nous laisser parfaitement tomber, opposant un silence neutre, un blanc immuable à la question que nous lui envoyons et qui pourtant demanderait une réponse immédiate.*⁶

À chaque pas, à chaque instant, efforçons-nous d'être toujours en contact avec le Divin en nous et/ou au-dessus de nous. Ainsi, les accidents, les maladies, les malchances deviendront de plus en plus rares. Notre corps apprendra à « *sortir de la trame* » et nous entrerons graduellement dans « *un fonctionnement de vérité* ». ⁷

Site : TripleTransformation.ca
Courriel : info@tripletransformation.ca

³ Purani, Evening Talks with Sri Aurobindo

⁴ Sri Aurobindo, La vie divine

⁵ Om Namo Bhagavaté
Le premier mot représente : l'invocation suprême,
l'invocation du Suprême.
Le deuxième mot représente : le don total de soi;
la soumission parfaite.
Le troisième mot représente : l'aspiration,
ce que la manifestation doit devenir – Divine.
Mère, L'Agenda 1, le 11 octobre 1960.

⁶ Satprem, La Genèse du surhomme

⁷ Idem



Mère Divine

— par EMMANUEL —

UN AN DÉJÀ !

Nous voici donc arrivés le 28 février 2025. Il y a un an, le 29 février 2024, je mettais en ligne la toute première vidéo sur YouTube abordant le Yoga Intégral de Sri Aurobindo sur la chaîne Mère Divine.

Un an déjà !

Ça me paraît si incroyable au regard de tous les événements qui sont survenus en si peu de temps.

Je me souviens que tout a commencé avec Gaëlle de la chaîne *L'Autre Conscience*. J'ai une immense gratitude pour Gaëlle, car grâce à elle, je me sens totalement à ma place. Ça a réellement ouvert une porte en moi vers La Mère Divine. Depuis le *Surrender* n'a cessé de grandir encore et encore. Je n'avais aucune idée à ce moment-là de l'histoire vers où tout ceci allait me mener. Il est fort probable que si on m'avait montré le futur, soit je n'y aurais pas cru, soit j'aurais rigolé, soit j'aurais pris peur tellement c'est incroyable, voire improbable. Et moi qui pensais que je lançais toute cette aventure pour faire des vidéos.

Ah, pour ça, j'ai fait des vidéos ! On peut clairement dire que La Mère m'a réellement mis au travail, un gros Karma Yoga. Cent quarante-quatre

vidéos à ce jour. Je rigole quand je constate que La Mère a fait de moi un youtubeur, moi qui fabriquais des didgeridoos. C'est drôle non ?

La chose qui me remplit le plus de joie, c'est que cette histoire est avant tout une aventure humaine et Divine en même temps.

Humaine, parce qu'elle m'a mis en contact avec des personnes absolument magnifiques. Dont la toute première est Cyril. Je dois reconnaître que cette aventure ne pourrait être sans Cyril. Il représente un véritable pilier pour moi dans tout ce qui a été entrepris.

Et puis il y a Yvon. Une personne d'une telle douceur et d'une immense gentillesse. Tellement érudit dans le domaine du Yoga traditionnel.

Et Mazen. C'est drôle, la première fois que nous nous sommes vus lors d'une rencontre Aurovilienne dans les Cévennes, c'est comme si nous nous étions reconnus. J'ai tout de suite vu une grande force intérieure, une droiture et un énorme cœur. Un grand amour de l'humain.

Et enfin Mélina. Mélina que j'aime parfois appeler Savitri. Je suis fasciné que La Mère nous ait envoyé une personne qui aime autant lire Savitri. Quelle action incroyable.

Je pourrais citer tant de personnes qui m'ont permis d'ouvrir mon cœur toujours plus grand. Moi qui ai cheminé si longtemps seul avec La Mère. Je me sens béni d'avoir cette joie de croiser toutes ces âmes et surtout d'œuvrer avec certaines d'entre elles.

C'est aussi une aventure Divine, parce que je ne me suis jamais autant senti aussi proche de La Mère. Je l'ai priée tant de fois toutes ces an-

nées. J'ai tellement aspiré à m'offrir totalement à Elle. Et aujourd'hui, Elle est là dans mon cœur à chaque instant. Elle me porte à chaque pas sur le chemin. Mon cœur est rempli de gratitude.

Dernièrement, en regardant tout ce qui a été réalisé par La Mère dans cette aventure Mère Divine, une question s'est imposée à moi. Que sommes-nous en train de construire ? Je le vois, c'est une évidence, La Mère nous met à l'œuvre pour construire quelque chose de très précis. Mais impossible de savoir quoi. Il est fort probable que ça soit comme lors de la toute première vidéo de la chaîne, nous n'y croirions pas si on nous le montrait. Sans compter que ça n'a pas une grande importance de savoir. Savoir, c'est encore désirer quelque chose. Ce qui importe c'est de cheminer avec La Mère Divine, où qu'Elle nous emmène, quoi qu'Elle nous demande de construire, c'est assurément la chose parfaite.

Merci Mère. Je t'aime.



Le soleil volé

— par CLAIRE TOURIGNY —

Nous dessinons aux crayons de couleur
Un cercle jaune avec de longues traînes,
Nous cherchons le soleil dans la noirceur,
Comme une orange au fond d'un bas de laine.

Nous tâtonnons sur la piste des contes
Mais nous n'avons que des cailloux par terre
Pour nous guider par les sentiers qui montent
De pas en pas, de mystère en mystère.

Car la mémoire est une double porte :
Les miroirs du passé et du futur
Se fondent l'un dans l'autre et nous emportent
De gouffre en gouffre, du noir à l'azur.

Parmi les contes les plus reculés
Est celui des brigands de la caverne
Et de l'œuf d'or et du soleil volé
Qu'ils ont caché dans le noir qui nous cerne.

Les chasseurs de lumière ont pris leur piste,
Un chien couleur de lune court devant,
L'oreille droite, il renifle, il insiste,
Il sent le feu quelque part en avant.

Et les chasseurs qui marchent sur ses traces
Savent qu'ils vont devoir trouver le son,
Le mot sacré qui crèvera l'espace
Et que la pierre et la mort entendront.

Ils sont debout devant le mur de roc :
Leurs bouches d'or lancent le cri d'amour,
L'appel perçant comme le chant du coq,
Qui brise en deux la barrière du jour.

Et le soleil rebondit en plein ciel,
Ballon lâché qui monte en fleur de feu,
Pollen vivant et pétales de miel
Qui en douceur retombent sur nos yeux.

Nous écoutons, ravis, cette légende
Du soleil libéré de la noirceur,
Du son qui ouvre et des rochers qui fendent,
Et nous guettons le son qui fendra notre cœur.



Le FEU

— par PRAHLAD —

*« Et peut-être trouverons-nous
quand tout le reste aura échoué
cachée dedans
la clé du parfait changement. »*

Sri Aurobindo, Savitri II, x

Tout le reste ?

***Tout le reste, c'est peut-être ce qui n'est
pas essentiel en nous, ce qui n'est pas
essentiellement nous ?***

C'est-à-dire ma recherche extérieure, mes lectures, mes efforts de compréhension, mes satsangs, mes méditations, en somme ce que je considère comme ma sadhana, que je pratique depuis 5, 10, 30 ans dans l'espoir qu'un jour tout cela portera ses fruits.

Mais c'est encore un extérieur, ce n'est pas ce que je suis en réalité, ça fait partie de « tout le reste ».

Tant qu'on pose des questions, qu'on recherche des expériences ou des états, on ne fait que nourrir le sentiment d'être quelqu'un, et on tourne en rond en croyant avancer.

L'égo a besoin du temps, de devenir dans le temps pour se sentir exister, car il se projette ainsi dans le futur, ce qui lui donne le sentiment d'une continuité, mais ce n'est qu'une projection mentale. En réalité rien ne bouge ni ne devient que dans la pensée !

Dès qu'on pose un objectif intérieur à atteindre, un devenir à accomplir, automatiquement on se sépare de l'objectif : moi maintenant/moi demain, comme si on avait deux moi...

Il faut revenir à l'essentiel :

Qui veut des expériences, qui veut être réalisé, qu'est-ce qui manque maintenant et à qui ?

Quand, par bonheur, on réalise que ça n'a pas marché, que malgré notre (bonne) volonté et notre foi, rien n'a changé fondamentalement, qu'on est toujours le même moi qui cherche, quelque chose de fondamental se passe : on arrête de vouloir comprendre, on ne cherche plus rien ailleurs.

Alors d'un seul coup on revient ICI comme un élastique, dans le moment présent, d'où en réalité on n'était jamais parti — sauf dans la tête.

Il ne reste plus que notre aspiration pure au cœur du corps maintenant.

On ne peut plus aller chercher ailleurs ce qu'on est, cela n'a plus de sens.

On ne peut plus chercher la clé dans une compréhension car c'est devenu évident que cette clé ne peut pas se trouver dans les mots des autres, aussi vrais et puissants soient-ils mais dans notre propre réalité, ce qu'on vit maintenant, ce qu'on est maintenant.

Dans cette colère ou cette tristesse, on ne cherche plus à savoir pourquoi elle est là, d'où elle vient, comment la maîtriser etc. mais qui est en colère, qui est triste, qu'est-ce qui réagit ? Comment et où ça se manifeste dans le corps ?

Quand toutes les questions mentales, philosophiques et métaphysiques ont été épuisées, seule reste l'aspiration intense à vivre la Vérité, à être la Vérité à chaque instant.

La clé est dans notre propre aspiration, c'est elle qui ouvre toutes les portes.

Le vrai changement se fait naturellement lorsque ce n'est plus le moi mental qui le désire (en projetant l'image d'un Changement à partir de sa propre histoire personnelle, qui n'est encore que le passé qui se répète) mais lorsqu'on s'est abandonné à sa propre aspiration, à son propre besoin de changement.

Finalement, peut-être est-ce simplement dans l'échec ou l'abandon de notre moi de chercheur ou de yogi à la Force ou à la volonté divine qui le meut que se trouve « cachée dedans la clé du parfait changement. »

Se demander comment arriver à cet abandon, c'est encore une question que le mental pose pour continuer à se sentir exister, sa stratégie pour ne pas avoir à lâcher prise.

La seule réponse c'est d'en avoir besoin, comme on a besoin d'air.

Tant qu'on se pose des questions, c'est qu'on n'a pas cette intensité au fond de soi, car elle brûle toutes les questions dans son Feu.

On n'a plus de questions car l'intensité même est la réponse.

C'est Elle qui nous fait rencontrer les bonnes personnes, nous libère des attachements et des désirs non par un tour de magie mais parce que ce Feu qui est en nous n'est plus compatible avec ce qui n'est pas intense, n'est plus compatible avec ce qui veut l'enfermer, le mettre en mots, en concepts.

Parce qu'Il ne se déploie que dans la Liberté.

Et Il se révèle que ce n'est pas « mon feu » ni « ton feu », mais le Divin lui-même qui brûle en nous, c'est la forme qu'il prend dans l'humanité pour se manifester, se désirer lui-même, aspirer à lui-même et grandir dans chaque corps...

Et la Merveille c'est que tout en étant le Dieu en nous en tant qu'intensité d'aspiration, c'est aussi



Alors on réalise que :
**« Tout est Miracle ici-bas
et par Miracle peut changer »**

Sri Aurobindo, Savitri i,v

notre intimité même, c'est notre être profond, ce que nous sommes vraiment, c'est le « Agni » des Vedas, c'est Dieu au fond de la Matière...

On n'obéit plus aux mêmes lois, ce n'est plus la Raison qui domine dans un monde de Hasard et (de) nécessité (Jacques Monod), mais une autre Loi qui dépasse le mental, et qui se manifeste par des coïncidences, des synchronicités, comme des clins d'œil complices, tout se met à nous parler directement : chaque circonstance, chaque rencontre, chaque détail fait sens, plus rien n'est anodin ou insignifiant, tout se remplit d'un Sens plus large, d'un Grand Sens (Satprem). Et parce que c'est notre intensité d'être qui met en contact avec le Miracle, tout ce qu'on a à « faire » c'est de nous abandonner de plus en plus à Dieu le Feu (Savitri) au fond de nous et Le laisser tout prendre en charge.

« Je t'avais dit que j'avais fait ce que Sri Aurobindo avait fait, c'est-à-dire : être absolument passive

avec l'aspiration — SEULEMENT vivre dans l'aspiration pour s'unir et manifester le Divin : la SEULE occupation »

Agenda 08/11/1969

« Le Gourou est dans le Cœur de l'Homme, il faut le chercher, il faut en avoir besoin.

C'est toujours la même chose, s'il n'y a pas de besoin, il n'y aura rien du tout.

Il n'est pas nécessaire de rencontrer un Maître, ni qui que ce soit. Il n'y a qu'à promener dans sa vie son besoin d'Être, son Feu d'Être.

Ce besoin, c'est le Gourou en Personne, c'est le Divin au fond de Soi, c'est la Lumière-Même au Fond de Soi-Même.

Qu'a-t-on besoin d'aller écouter la Bonne Parole de celui-ci ou de celui-là ?

Si on a l'occasion de rencontrer des Êtres ou des livres qui ont une Puissance, une Réalité pour nous, qui nous ouvrent une Fenêtre, un moment, c'est parfait.

Mais pourquoi s'arrêter éternellement à une fe-

nêtre particulière, à un homme particulier ?
 Ces êtres et ces livres sont simplement des prétextes
 pour déclencher en nous l'Aspiration vers le Réel .
 Mais si ce Feu n'est pas allumé Dedans, vous pou-
 vez déverser des tonnes de bonnes paroles, ça ne
 servira à rien, vous pouvez amenez des kilomètres
 de Christ, ça ne vous changera pas un homme .
 Il faut que quelque chose Dedans ait Besoin .
 Si la fleur pousse et s'épanouit, c'est qu'elle cherche
 le soleil, c'est aussi simple que ça.
 Si on cherche des billets de banque ou de la philo-
 sophie, on aura des billets de banque ou de la phi-
 losophie, et c'est tout.
 Mais si on a réellement Besoin d'Être, au milieu
 de cette marée gluante de conscience obscurcie,
 alors quelque chose s'allume Dedans, et Ça, c'est le
 Chemin .»

extrait d'un entretien
 entre Jean Biès et Satprem

La sincérité c'est de VOIR le mensonge du moi
 et de cesser de le nourrir.

Un moi sincère ça n'existe pas.

Un moi spirituel ça n'existe pas.

Un moi éveillé ou libéré ça n'existe pas.

C'est juste une histoire qu'on se raconte.

La seule issue c'est de s'abandonner,
 et on s'abandonne parce qu'on a vu la prison dans
 laquelle on est enfermé et qu'on est totalement
 incapable d'en sortir,

On s'abandonne par amour pour le Divin qui est
 notre propre Source, notre vrai Moi...

Agenda 12/10/1962



Satprem

« Simplement -- simplement être sincère, c'est-à-
 dire VRAIMENT vouloir que ce soit bien. On est par-
 faitement conscient qu'on n'y peut rien, qu'on n'a
 aucune capacité »

« Satprem : Mais c'est déblayer qui est dur, difficile,
 c'est le travail de déblayage avant.

Mais on n'a même pas besoin de le faire ! Il le fait
 pour vous. Pourvu qu'on laisse faire le Seigneur.
 Mais il y a toujours quelque chose qui a envie de
 faire soi-même, c'est ça l'ennui. Autrement...

*Non, on peut être plein d'une excellente bonne volonté, et puis ON VEUT le faire. C'est ça qui complique tout. Ou alors on n'a pas la foi, on croit que le Seigneur ne pourra pas faire et qu'il faut faire soi-même parce que Lui ne sait pas ! (Mère rit)
Dès qu'on pense, toute la bouillie recommence. »*

Encore et toujours ce moi qui veut faire : une sadhana, suivre un chemin, progresser, enseigner aux autres, sans réaliser que c'est toujours la même prison qu'on décore de jolis motifs, pour ne pas voir les murs.

On cherche le Soi, ou on cherche Dieu, on L'appelle, on Le prie, sans réaliser que par ce simple mouvement on se sépare de Lui, on crée une distance qui n'existe pas ! Là encore c'est la même prison.

Agenda 12/10/1962, même entretien

« Non, Il est très loin parce que tu Le penses très loin. Même, tu sais, si tu Le pensais là, comme ça (geste contre le visage), te touchant... si tu sentais. Ce n'est pas comme le contact d'une personne, ce n'est pas comme cela. C'est quelque chose qui n'est pas étranger, qui n'est pas extérieur, qui ne va pas du dehors au dedans – c'est pas ça ! C'est... partout.

Il est loin seulement si nous Le pensons loin. Naturellement, quand nous commençons à penser à toutes les zones, tous les plans de conscience universels, et que c'est tout au bout, tout au bout, tout au bout, là ; alors ça devient très loin, très loin, très loin ! (Mère rit) Mais quand nous pensons qu'il est en toutes choses, qu'il est partout, que c'est Lui qui

est tout, et que c'est seulement notre perception qui nous empêche de Le voir et de Le sentir, mais que nous n'avons qu'à faire comme ça (Mère retourne ses mains vers le dedans) – c'est un mouvement comme ça, comme ça (Mère retourne alternativement ses mains vers le dedans et vers le dehors), ça arrive à être très concret : on fait comme ça (geste vers le dehors), tout devient artificiel, dur, sec, faux, mensonger, artificiel ; on fait comme ça (vers le dedans), tout devient vaste, tranquille, lumineux, paisible, immense, joyeux. Et c'est seulement ça, ça (Mère retourne alternativement ses mains au-dedans et au-dehors). Comment ? Où ? Ça ne peut pas se décrire, mais c'est seulement – seulement – un mouvement de conscience, pas autre chose. Un mouvement de conscience.

Non, il faut arrêter ça (la tête), tant qu'on n'arrête pas ça, on ne peut pas voir la Chose Vraie – on cherche des comparaisons, on dit : « C'est comme ci, ah c'est comme ça, ... oh ! »

(silence)

Agenda 12/10/1962, même entretien

Om Namo Bhagavaté