

La Gazette

du **YOGA INTÉGRAL**



NUMÉRO 12 • JUIN 2026

Vers un âge de Vérité



Rayonnement

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

Vacances

Emmanuel

4

Réincarnation et karma

Diksha

5

Les rivières

Claire Tourigny

8

**Alchimie et Yoga Intégral,
deux voies, un sommet**

Raphaël Daran

9

Les fleurs dans le Yoga Intégral

Anyvone

15

Enquête publique sur le Yoga Intégral

Le Général Overview

19

Prahlada & Narasimha

Quand le Divin surgit de la pierre
Christelle

23

S'élargir, encore et encore !

Alexandre

27

Collaboration

Les amis, *La Gazette* s'agrandit et a de plus en plus de lecteurs et nous en sommes aussi surpris qu'heureux !

Nous réitérons à l'occasion notre appel à contributions et propositions.
Que vous pouvez faire en écrivant à la même adresse qui vous permet de vous abonner gratuitement :
gazetteyi@gmail.com.



Vous souhaitez avoir la *Gazette du Yoga Intégral* en version papier ?
Contactez Anyvone :
decouvrirladifference@mailo.com
ou **decouvrance** sur Telegram

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.



Vacances

— textes choisis par EMMANUEL —

Douce Mère, Certains enfants me demandent la meilleure façon de passer leurs vacances ici.

C'est une excellente occasion de faire un travail intéressant, d'apprendre quelque chose de nouveau, ou de développer quelque point faible de leur nature ou dans leurs études.

C'est une excellente occasion de choisir librement une occupation et de découvrir ainsi quelles sont les vraies capacités de leur être.

Bénédiction.

Mère - Éducation - 1^{er} novembre 1969

Il n'y a qu'une façon d'agir d'une façon vraie, c'est à chaque minute, à chaque seconde, dans chaque mouvement, d'essayer de n'exprimer que la vérité la plus haute que l'on puisse percevoir, et en même temps savoir que cette perception doit être progressive et que ce qui vous paraît le plus vrai maintenant ne le sera plus demain, et qu'une vérité plus haute devra s'exprimer de plus en plus à travers vous. Ça ne laisse plus de place pour s'endormir dans un tamis confortable ; il faut être toujours éveillé — je ne parle pas d'un sommeil physique —, il faut être toujours éveillé, toujours conscient et toujours plein d'une réceptivité éclairée et plein de bonne volonté. Vouloir toujours le mieux, toujours le mieux, toujours le mieux ; et ne jamais se dire : « Oh ! C'est fatigant ! Si on se reposait, si on se délassait ! Ah ! Je vais arrêter mon effort », alors on est sûr de tomber dans un trou immédiatement et de faire une grosse bêtise !

Le repos, ça ne doit pas être un repos qui descend dans l'inconscience et dans le tamis. Le repos, ça doit être une ascension dans la Lumière, dans la Paix parfaite, dans le Silence total, un repos qui surgit hors de l'ombre. Alors c'est un vrai repos, un repos qui est une ascension.

Mère - Entretien du 31 août 1955

Réincarnation et karma

— par DIKSHA —

- Et tu y crois, toi, à la réincarnation ?

- Pour moi, ce n'est pas une croyance mais un fait, un principe fondamental, tout comme le karma.

En fait, ce sont les deux aspects indissociables d'une même réalité.

- Et comment peux-tu en être si sûr, quelles preuves as-tu de ce que tu avances ?

- C'est intéressant que tu parles de preuves, parce que je trouve que cette notion de réincarnation et de karma s'inscrit, pour moi, dans une parfaite logique et n'a même pas besoin du secours de la foi... Si tu réfléchis à toutes les questions existentielles restées sans réponses et aux problèmes philosophiques insolubles qui vexent depuis toujours l'humanité, tu verras qu'ils sont uniquement la conséquence d'un point de vue purement cartésien et en vérité complètement illogique et absurde.

- Tu peux préciser ? Quel genre de questions ?

- Tu n'as qu'à prendre, par exemple, les extrêmes différences de bonne ou mauvaise fortune entre les êtres humains : comment expliques-tu que certains naissent, comme on dit, avec une cuillère en argent dans la bouche, et d'autres au milieu d'un bidonville sordide, au Brésil ou en Inde ? et comment justifier une telle inégalité de chances, apparemment, dès le départ de leur existence sur cette terre ? Sans parler des enfants mort-nés ou de ceux qui connaissent un sort tragique alors qu'ils sont encore jeunes...



- Ben... certains disent que c'est le destin et d'autres, la volonté de Dieu...

- Ah oui ? Pour moi ce ne sont que des façons de se défilier... C'est quoi ce « destin » ? Un état de fait inexplicable contre lequel on ne peut rien et qu'on doit accepter sans protester et sans espoir aucun de jamais rien y comprendre ? Et que dire

de cette tombola cosmique insensée organisée par un dieu pervers et sadique ? Qui pourrait croire en un tel dieu ?

- Disons que c'est une fatalité pour le moment, mais les choses finiront par s'améliorer, avec les progrès de la science, ou bien l'évolution de la conscience, pour aller dans ton sens...

- Justement, les véritables avancées de la science, celles qui ont pour but de servir l'humanité au lieu de l'asservir, ne dépendent-elles pas, précisément, de ce changement de conscience ? Rabelais, n'écrivait-il pas, il y a cinq siècles déjà, dans son Pantagruel « *Science sans conscience n'est que ruine de l'âme* » ?

Et comment vas-tu pouvoir accomplir une telle évolution de conscience dans l'espace d'une brève vie, si réincarnation il n'y a pas ?

- Non, je voulais dire que la conscience globale de l'humanité peut évoluer et parvenir à régler petit à petit tous ses problèmes...

- Mais qu'est-ce que cette conscience globale dont tu parles, et par quel miracle peut-elle évoluer, si ce n'est à travers chacun d'entre nous ? On peut se demander, d'ailleurs, lorsque l'on regarde l'état actuel de notre humanité, si la conscience individuelle, telle qu'elle est aujourd'hui, participe de la solution ou si elle fait partie du problème... Autrement dit, le mental peut-il résoudre les problèmes qu'il a lui-même créés, de par sa nature même, ou bien doit-il s'en remettre à quelque chose qui le dépasse ?

- Tu veux parler de Dieu ou d'une force supérieure ?

- Si nous admettons l'existence d'une force supérieure alors nous sommes face à une autre question à laquelle il va nous falloir répondre : quelle est l'origine de cette force ?

- On en revient toujours au même point, c'est l'histoire de l'œuf et de la poule...

- Mais oui, on tourne en rond parce que l'on cherche le secret du cercle dans le cercle lui-même, alors qu'il faut sortir du cercle !

- On ne trouvera sans doute jamais la réponse...

- On ne trouvera jamais la réponse parce qu'il n'y en a aucune, c'est la question elle-même qui doit disparaître ou se changer en autre chose.

Pour en revenir à la réincarnation, lorsque l'on examine le problème de près, il apparaît clairement que le comportement insensé d'une grande partie de l'humanité est lié au fait qu'ils se croient enfermés entre les murs de la naissance et de la mort d'une unique vie, sans savoir combien de temps ils auront à leur disposition et s'ils pourront mener à bien leurs desseins. Comment, dans ce cas, notre conscience aurait-elle le temps et le loisir d'évoluer ? Qui est jamais passé de l'état d'ignorance hébétée à la sagesse éclairée en l'espace d'une seule vie ? On comprend bien le besoin de vies successives et donc la profonde nécessité de la réincarnation. Cela présuppose, évidemment, l'existence d'un principe indestructible survivant à la mort, que l'on appelle âme ou autrement, selon les traditions...

- Mais si on se réincarne, alors pourquoi ne se souvient-on pas de nos vies passées, ou au moins la dernière, celle d'avant ?

- Ce ne serait pas très pratique, avoue-le, de se rappeler tous les détails, ou même seulement les grandes lignes, de ces vies antérieures, du moins tant que nous ne sommes pas capables d'en comprendre les enseignements et d'en tirer les leçons qui s'imposent... Si nous avions accès à ces informations à un stade prématuré

de notre évolution, cela ne pourrait que créer un choc terrible et bouleverser complètement notre vie. Tu n'as qu'à imaginer ce qui se passerait si, après t'être souvenu de son visage, tu croisais dans la rue celui qui t'a assassiné il y a vingt ans, ou si tu devais retrouver ta dernière famille trente ans après et les convaincre que leur fils chéri, décédé trop jeune, est de retour dans un autre corps...

- *Oui, ce serait...*

- Le chaos ! Par contre, à un stade plus avancé de notre évolution, il peut nous venir des réminiscences de ce qui furent des instants essentiels, de purs moments d'être, ce sont des paillettes d'or recueillies dans le tamis de notre conscience subliminale par notre être intérieur, orpailleur à la patience infinie, sur le fleuve de nos vies passées...

Il nous devient alors de plus en plus difficile de nier qu'une sagesse vraiment divine est à l'œuvre derrière tout ce qui est.

- *Cela nous ramène à l'idée de Dieu..., c'est lui, alors, qui aurait créé la première poule, ou le premier œuf, enfin...*

- Oui, surtout que les poules, ou leurs ancêtres, étaient présents avant nous sur cette terre... Mais là aussi, il nous est possible d'arriver à l'évidence qu'il existe un suprême principe créateur sans nécessairement faire appel aux religions, principe que l'on peut appeler comme on veut, il pourrait même avoir autant de noms que d'êtres humains sur la terre sans que cela ne change quoi que ce soit à sa nature.

Nous semblons ne pas réaliser, ou peut-être préférons-nous oublier, que nous sommes arrivés sur une terre idéale où tout était déjà prêt pour nous accueillir et à laquelle nous nous sommes adaptés et n'avons rien ajouté de nouveau, si ce

n'est nos problèmes, et surtout beaucoup pris... Nous n'avons jamais rien créé ou inventé, nous n'avons fait que découvrir ce qui était déjà là, ou, si tu préfères, nous avons déjà tous les matériaux à notre disposition et nous en explorons, depuis, toutes les combinaisons ou permutations possibles, mais nous ne sommes toujours pas capables de créer un seul brin d'herbe...

Où est le sculpteur inspiré de ces formes merveilleuses, l'architecte visionnaire de ces constructions gigantesques, le peintre surdoué de cette œuvre chamarrée, l'amant passionné de cette vie foisonnante, l'ingénieur clairvoyant de la structure secrète de la matière ? Ne serait-ce qu'un seul et même... Être ? Car comment de simples forces mécaniques auraient-elles pu créer tout ce prodigieux univers alors qu'elles n'en sont que les ressorts ?

Se pourrait-il que ce suprême principe ait tout créé à partir du vide, et soit donc lui-même né de rien ?

- *C'est fou, ça donne le vertige quand on y pense !...*

- Oui, c'est le mental qui se sent défaillir car il s'épuise en vain à vouloir se dépasser... Je serais d'avis de remplacer ce fameux « *Je pense donc je suis* » par « *Je Suis donc je pense* » ou mieux encore, « *Je Suis, même si je ne pense pas* »...

Ce « *Je Suis* » est le fait premier dont tout le reste découle et si nous voulons saisir les clés de notre propre évolution, il nous faut dépasser notre matérialisme borné et nos religions étriquées, tout autant que nos spiritualités limitées, pour entrer dans un nouveau paradigme, un matérialisme divin.

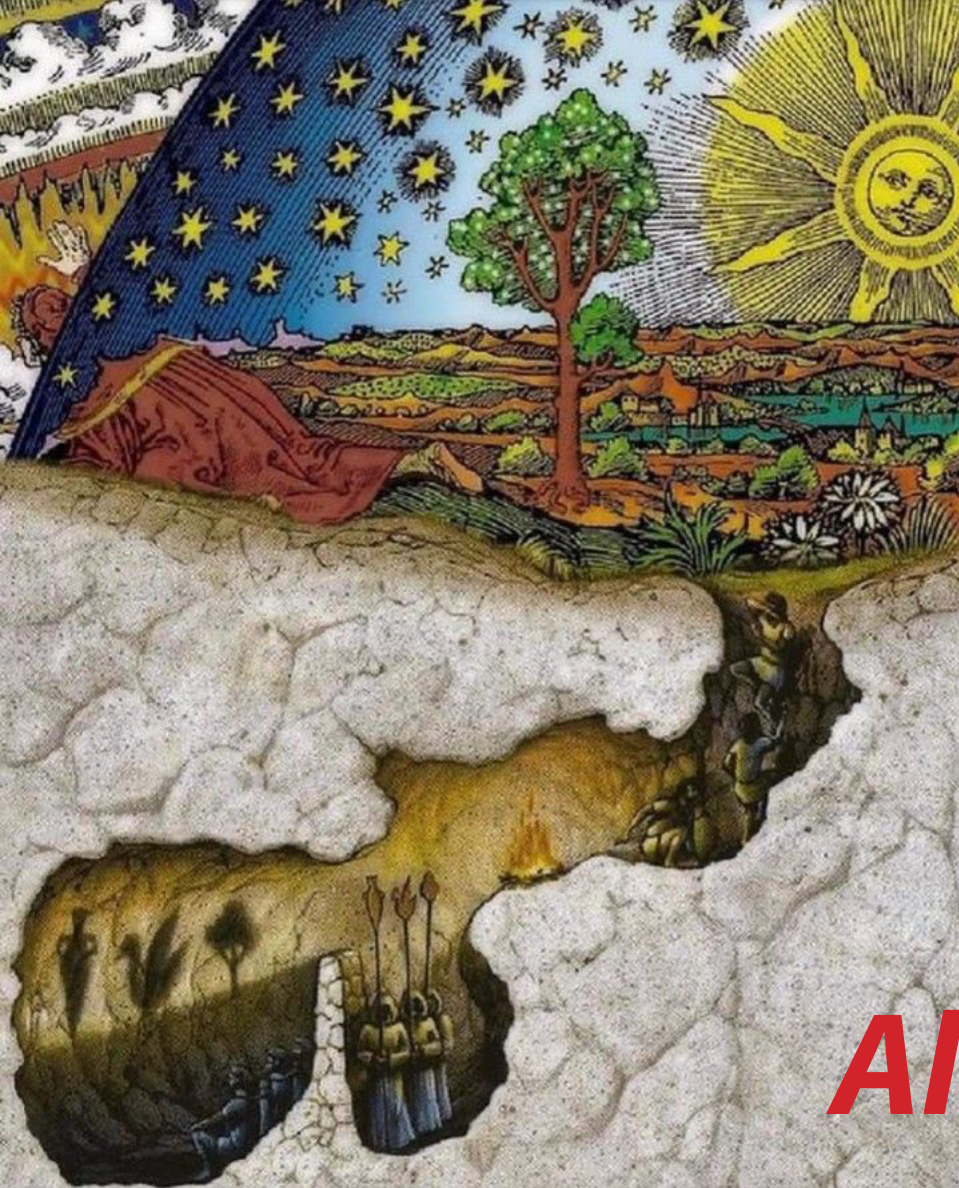
*L'aube déverse en moi ses longs ruisseaux
de lait
Où je glisse et me perds en suivant le sillage
Des poules d'eau : les œufs translucides
surnagent
Dans ces flots de blancheur roulés en gobelets.
Le midi verse en moi, en rivières de miel
Ses trésors éblouis. Le soleil s'éparpille
Parmi les blonds roseaux, les bulles d'or
scintillent
Et leur rire se mêle au sourire du ciel.
Le couchant verse en moi les flammes
véhémentes
Des rivières de vin qui font battre mon poulx,
Et les rouges désirs lancent leurs chevaux fous*

*Emportés dans l'assaut des lames lancinantes.
Puis la nuit verse en moi le flot de transparence
Des fleuves argentés où défilent les bancs
De poissons et d'étoiles. Je longe les flancs
De rocs pensifs et de falaises de silence.
Alors me vient l'odeur du sel, la mer, La Mère !
Tout l'horizon s'efface en dérives d'écume,
Les golfes grands ouverts se fondent sous la
brume,
Il n'y a plus de ciel, il n'y a plus de terre.
Et l'infini me prend dans ses bras : je connais
L'indicible délice enfin de disparaître
Et l'indicible choc enfin de reconnaître
L'océan d'où je viens, l'océan où je vais.*

Les rivières

— par CLAIRE TOURIGNY —





— par RAPHAËL DARAN —

Alchimie & Yoga Intégral : deux voies, un sommet

Fondée en 2014, l'école Le Chemin est un laboratoire de l'être. Sa vocation est d'accompagner les chercheurs de vérité sur la voie exigeante de l'alchimie, là où la quête spirituelle cesse d'être un discours pour devenir une mutation concrète de la substance.

***Le Système Perception-Conscience :
On ne perçoit que ce dont on est
conscient***

Le premier stage de notre école sur le res-senti subtil débute par ce précepte énoncé

par Freud : **on ne perçoit que ce dont on est conscient**. Ce postulat pose que notre réalité est définie par notre conscience, et même par nos croyances. Au fur et à mesure de notre progression, cette question s'élabore : **avec quelle conscience perçoit-on ?** Comme l'explique le Dzogchen, les phénomènes ne sont pas séparés de la conscience. C'est elle qui les crée. En fonc-

tion de la conscience qu'on applique à un phénomène, on lui donne telle portée et telle coloration. Toutes les traditions nous disent d'ailleurs que tout est parfait, mais c'est notre conscience limitée et déformée qui nous empêche de le percevoir.

Cela se retrouve dans tout ce que nous faisons : la qualité de notre travail, qu'il soit professionnel, spirituel ou analytique, dépend de la conscience que nous y mettons. C'est pourquoi le but de la transformation véritable n'est pas de changer nos actions, mais de transformer la conscience même qui les anime.

L'Alchimie Intégrale : Le laboratoire de l'incarnation

L'alchimie est loin d'être la quête matérielle de la transformation du plomb en or. C'est une

discipline initiatique, à la fois spirituelle et psychologique. Le laboratoire, c'est l'alchimiste lui-même : son corps, ses émotions, ses pensées. La matière première, c'est sa nature humaine ordinaire, brute, pleine de traumatismes, de peurs, d'héritages généalogiques et de schémas répétitifs. Bref, tout ce qui le « plombe ».

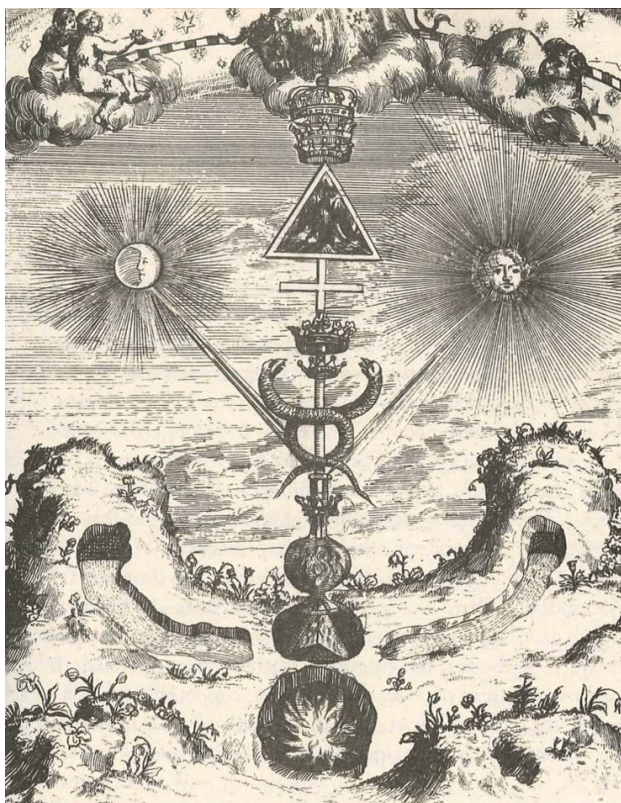
Le but est de transformer ce plomb en or, c'est à dire de repolariser une énergie qui nous dessert en une énergie qui nous nourrit afin de fabriquer la Pierre Philosophale. Cette dernière est l'outil qui permet à terme, d'éveiller notre nature divine, une conscience libre, pure, stable et incorruptible dans la matière.

Le principe fondamental de l'alchimie est défini par Hermès Trismégiste dans la Table d'Emeraude : « **Ce qui est en bas est comme ce qui est en haut, et ce qui est en haut comme ce qui est en bas** ». Cela signifie qu'il s'agit de spiritualiser la matière et de matérialiser l'Esprit et sa perfection dans l'intégralité de notre être incarné.

Le Yoga Intégral : La descente du Supramental

Le Yoga Intégral de Sri Aurobindo partage cette ambition : transformer la vie matérielle en une vie divine. Son but est l'incarnation du Supramental, cette force d'action du Divin que les religions appellent le Saint-Esprit, sur la Terre et dans l'Homme. Il s'agit de faire descendre cette Conscience de Vérité dans le corps afin qu'elle transforme notre mental, notre vital et notre physique. L'objectif final est de générer une nouvelle espèce : le « surhomme », gouverné non plus par l'ignorance de la nature humaine, mais par la Conscience Divine.

Vous voyez poindre ici le point commun entre l'alchimie et le Yoga Intégral. De toute évidence,



les deux voies partagent le même objectif. Le Yoga Intégral insiste lui aussi sur la nécessité de purifier les instruments, le mental, le vital et le physique, mais la nature humaine est quelque chose de très fragile, de très impur et de très opaque. Comment le corps peut-il recevoir la puissance du Supramental sans se briser ? L'Alchimie offre une méthode occidentale structurée pour forger un « vaisseau de conscience » apte à cette transformation.

Forger le vaisseau : L'Œuvre au Noir et L'Œuvre au Blanc

On trouve dans de nombreuses églises et cathédrales, dans les loges maçonniques, Rose-croix, ou chez les Templiers, ce qui ressemble à un damier, et qu'on appelle pavé mosaïque. Il symbolise non pas l'alternance d'une case blanche et d'une case noire comme étant deux cases différentes, mais l'unité de l'être, composé de lumière et de ténèbres, de Yin et de Yang.

Contrairement aux traités alchimiques classiques, la pratique montre que l'Œuvre au Noir et l'Œuvre au Blanc se mènent de front. L'Œuvre au Noir consiste à descendre dans la boue de sa propre nature pour prendre conscience du plomb. L'Œuvre au Blanc est la purification et la transmutation de ce plomb pour en extraire la lumière. Ce n'est pas un rejet au sens d'une amputation, mais une transformation de cette matière vile en une matière purifiée qui va nous nourrir.

Les outils de l'alchimie intégrale

L'Alchimie que nous pratiquons est ce qu'on appelle l'Art Royal ou Voie Royale. Elle se veut intégrale car elle explore l'être de manière holistique, tant dans les plans subtils que dans le corps physique. Elle ne se cantonne pas à un travail mental, ou basé uniquement sur les métaux physiques.



Dans un premier temps, le travail se fait grâce à la bioénergie et la collaboration avec des êtres spirituels, jusqu'à ce que la jonction avec le Divin soit faite.

L'adepte s'appuie également sur une vigilance active telle qu'en parle le Dhammapada. Ce travail utilise les apports majeurs de la psychanalyse (Freud, Lacan, Jung) pour libérer l'inconscient et intégrer son ombre.

De plus, le labeur alchimique ne doit pas rester subtil : il doit aussi et surtout s'ancrer dans le corps. C'est ici qu'intervient l'apport majeur de la Thérapie primale d'Arthur Janov qui permet la libération des traumatismes et souffrances inscrits dans le système nerveux.

Se dépersonnaliser

L'alchimie que nous pratiquons offre une méthodologie extrêmement structurée pour ce travail. Là où Sri Aurobindo, Mère et Satprem étaient des pionniers qui débroussaient la forêt vierge, nous proposons une cartographie

très détaillée de tous les points sur lesquels il est nécessaire de travailler.

Le premier pas de la libération, c'est d'arriver à se libérer de l'identification à tous les mouvements de notre nature, y compris à celle de nos sens. Tout le travail alchimique et psychologique consiste à s'observer et à ne plus être dupe des circonstances telles que nous croyons les vivre, mais d'apprendre à en saisir les mécaniques inconscientes et traumatiques qui se répètent à notre insu.

La dépersonnalisation ne peut s'opérer tant qu'on est pris dans le jeu du semblant, de l'illusion, et du fantasme : on s'identifie à notre colère, à notre peur, et on ne peut alors être témoin de rien. On ne peut être témoin de soi-même qu'à partir du moment où on n'est plus partie prenante de « notre » vie.

La pacification : Le mariage des contraires

La troisième étape du Grand Œuvre est appelée Œuvre au Jaune. Elle consiste à réconcilier les polarités qui sont en apparence opposées, c'est-à-dire commencer à sortir de la dualité pour entrer dans l'unité.

Il ne s'agit donc plus de faire lutter la lumière contre l'ombre, le masculin contre le féminin, mais de les marier, et pour obtenir ce mariage alchimique, nous avons besoin d'un marieur, le Mercure, c'est-à-dire l'Esprit-Saint lui-même.

Le mariage alchimique amorce l'unité des paradoxes, où il n'y a ni blanc ni noir, mais l'un et l'autre simultanément. C'est ce qu'explique la physique quantique sur les particules qui sont à un endroit et un autre en même temps au



niveau micro, alors qu'au niveau macro, nous avons un état de synthèse de ces éléments qui lui, est fixe. Il en est de même pour le psychisme humain, et Jacques Lacan l'a très bien expliqué selon sa formule « *c'est oui et non simultanément et/ou alternativement* ».

L'Œuvre au Rouge

Le couronnement du labeur de l'initié est à la réalisation de la Pierre Philosophale au cours de L'Œuvre au Rouge, présenté dans les traités alchimiques comme étant la fin du parcours alors qu'il est en fait le début du travail. Devenir la Pierre Philosophale n'est finalement qu'une préparation pour être en mesure de recevoir l'Esprit Saint, le Supramental.

La Pierre Philosophale est notre propre conscience personnelle purifiée à l'extrême, et dont on a extrait la quintessence. Elle devient une antenne qui nous permet d'avoir conscience de la descente de l'Esprit-Saint en nous. C'est à la fois une conscience intérieure, mais aussi une conscience non localisée.

Bien entendu, la Pierre Philosophale a les propriétés dont on parle dans les traités alchimiques, à savoir qu'elle transforme le plomb en or. Tout initié devenu une Pierre Philosophale a la capacité de transmuter tout ce qu'il touche, que ce soit des êtres vivants ou des objets.

L'éveil de l'âme et l'Action de la Shakti

Une fois que le vaisseau est forgé, l'initié commence à se dépersonnaliser, et les anciennes conditions de son Moi et de sa vie se détruisent. À ce moment, se propose un choix : soit il accepte de tout perdre pour évoluer, soit il s'accroche à son ancienne vie, et alors il ne peut plus avancer. C'est ce qu'on pourrait appeler l'épreuve de la sincérité, car une fois qu'on est engagé sur le sentier de la transformation, l'ancien ne peut pas tenir. Tout ce qui est bâti sur le mensonge, la peur et l'ignorance s'effondre face à la Vérité qui descend sur l'adepte.

Pour celui qui est vraiment sincère, le Divin fait en sorte que tout ce qui le maintient dans l'ancien monde s'effondre jusqu'à ce qu'il ne reste plus rien à l'ego auquel se raccrocher, jusqu'à ce qu'il ne reste plus qu'une seule chose, l'Être Psychique.

Lorsque l'Être Psychique sort de la caverne et prend les commandes, la Shakti peut commen-

cer à reconfigurer l'être. La nature humaine se transforme progressivement: le mental ne pense plus, le vital s'assagit, le corps s'ouvre à la Force, et la Paix, la Sincérité et l'Égalité d'âme commencent à éclore.

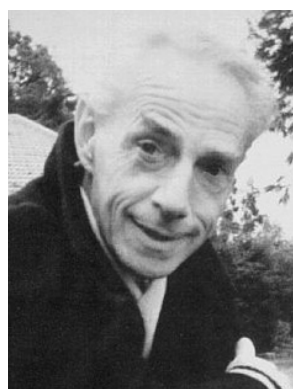
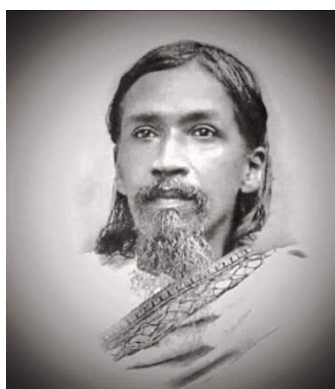
Le Yoga des cellules : Changer le logiciel de la matière

Sri Aurobindo nous a fourni la carte philosophique et une vision de la transformation finale avec la descente du Supramental. Mère et Satprem ont fait le travail d'exploration dans le corps physique, et leur expérience est consignée dans leurs agendas.

Pourtant, le champ de bataille qu'il reste à conquérir est encore celui de la conscience cellulaire. La transformation doit se faire dans la substance même de la matière, mais pour ce faire, il faut impérativement que toute la structure subtile ait été purifiée et transformée.

Mère a découvert que notre corps est composé de milliards de consciences cellulaires dirigées par le vieux logiciel de la matière : la Nature, qui ne connaît que la destruction, la maladie, le vieillissement et la mort.

La transformation supramentale consiste à passer d'un logiciel biologique qui dirige le corps à un logiciel divin. La conscience supramentale



doit pouvoir entrer directement dans les cellules et les plus infimes particules physiques, pour y remplacer l'ancienne loi par une nouvelle, c'est-à-dire par un changement de système d'exploitation.

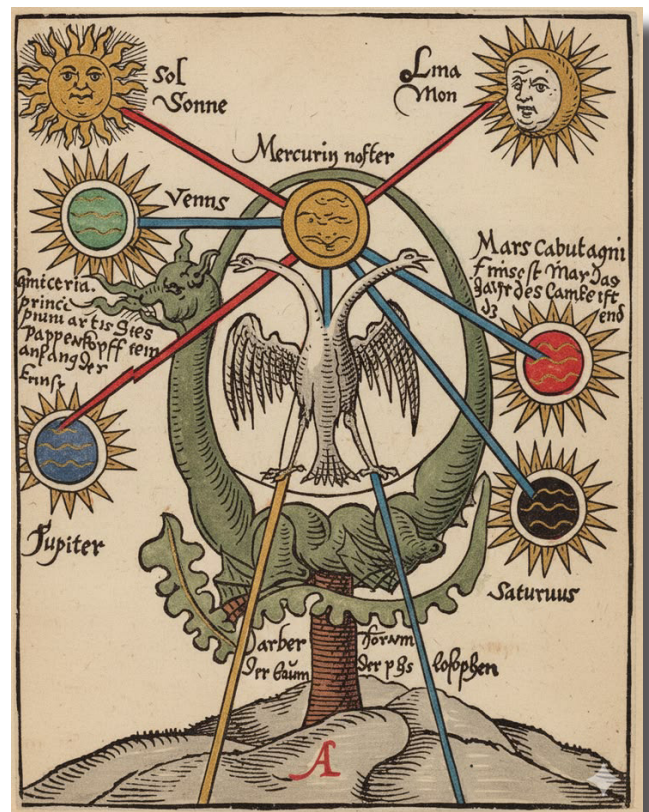
Pour ce faire, il est nécessaire d'avoir atteint le **silence mental** et d'être dans une soumission totale, qui n'est pas passive, mais collaborative. La conscience supramentale introduit dans notre structure la vibration de Vérité et d'harmonie auxquelles la matière résiste. Chaque cellule devient le lieu d'une guerre entre l'ancienne habitude et la nouvelle vibration de la vie divine qui veut s'installer. Cette étape décisive demande beaucoup de Courage, de Persévérance, d'endurance et de plasticité pour que la transformation puisse s'opérer.

L'alchimie, la sâdhanâ de la conscience consciente

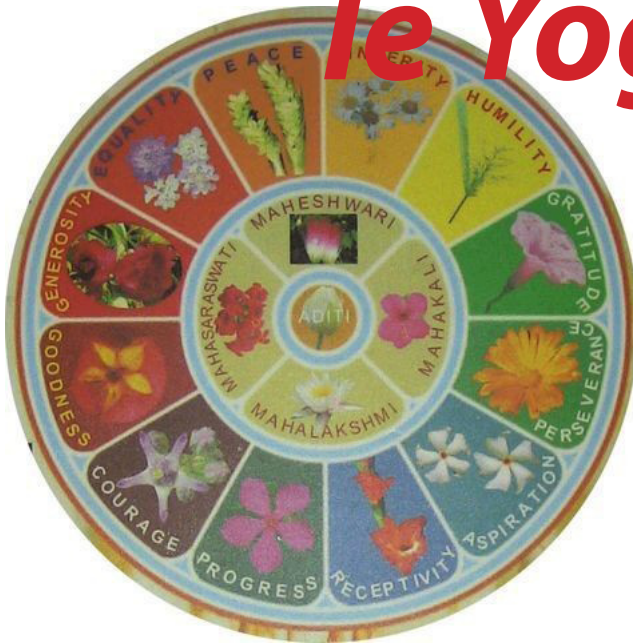
Le chemin spirituel n'est pas une simple accumulation de pratiques, mais une évolution de la conscience avec laquelle on pratique. La Voie Alchimique est une méthode structurée pour élever consciemment son propre niveau de conscience.

C'est en forgeant ce « **Vaisseau de Conscience** » que l'on devient capable de pratiquer le cœur du Yoga Intégral : **non plus faire un effort vers le Divin, mais permettre au Divin de faire son Œuvre en nous.**

L'Alchimie n'est donc pas une alternative, mais la voie royale qui prépare l'initié à incarner la Conscience Divine.



Les fleurs dans le Yoga Intégral



— par ANYVONE —
decouvirladifference@mailo.com
decouvrance sur Telegram

Pour cette Gazette, allons voir les fleurs du moment qui vont nous accompagner cet été avec les explications de La Mère dans le livre *Signification spirituelle des fleurs*.

Chapitre 5- La route vers le Divin Persévérance

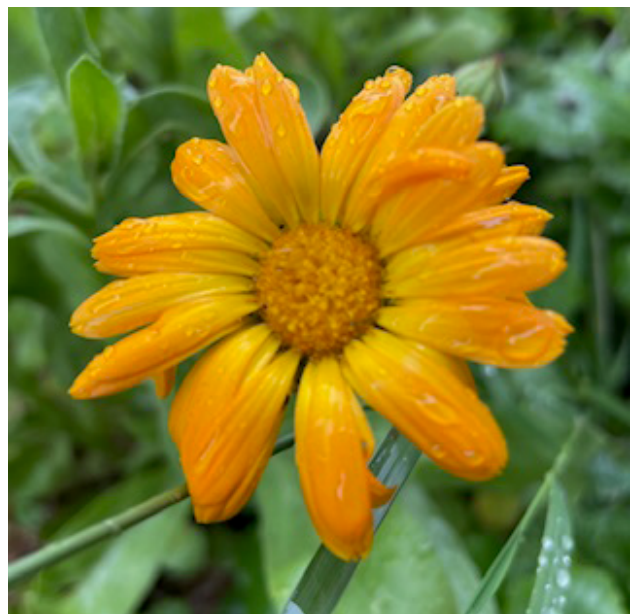
La qualité la plus nécessaire, c'est la persévérance, l'endurance, et une... comment dire... une sorte de bonne humeur intérieure qui fait que l'on ne se décourage pas, que l'on ne s'attriste pas, et que l'on fait face en souriant à toutes les difficultés. Il y a un mot anglais qui exprime très bien cela; c'est cheerfulness. Si l'on peut garder cela au-dedans de soi, on lutte beaucoup mieux, on résiste beaucoup mieux, dans la lumière, à ces influences mauvaises qui essayent d'empêcher de progresser.

La Mère

— Souci —

Famille des composées
Calendula officinalis-

La persévérance est la patience en action.
La décision d'aller jusqu'au bout.



Obéissance

L'obéissance est nécessaire pour que chacun se détache de son mental, de son vital et apprenne à se conformer à la vérité.

Sri Aurobindo

Obéissance parfaite
sans hésitation, sans restriction,
dans tous les domaines et avec joie,
obéissance à l'ordre divin.

— Œillet de Chine —

Famille des caryophyllacées
Dianthus chinensis L.



Chapitre 6 - Les bases de la vie spirituelle

Silence

Le silence est l'état de l'être lorsqu'il écoute le Divin.

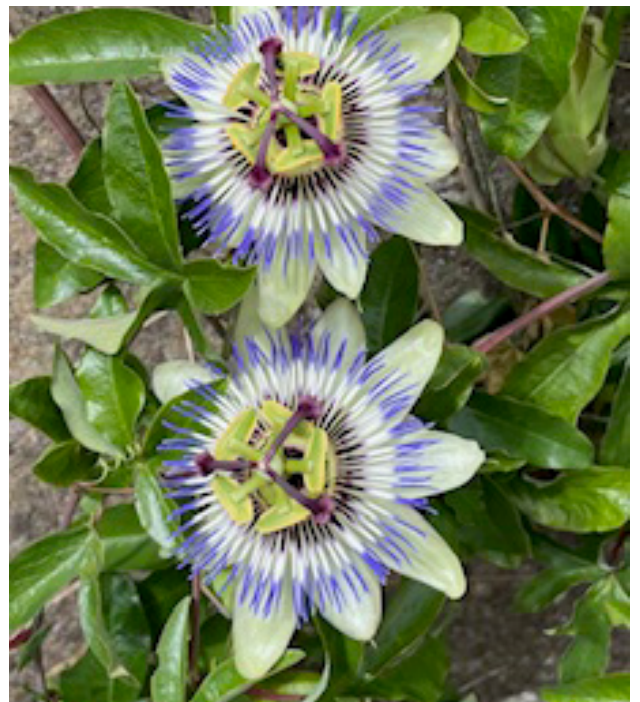
La Mère

Avec les mots on peut parfois comprendre, mais c'est seulement dans le silence que l'on sait.

La condition idéale du progrès.
Riche, profond, multiple.

— Fleur de la passion —

Famille des Passifloracées.
Passiflore incarnate *Xcinnata* « Incense »



Enthousiasme

Le véritable enthousiasme est plein
d'une paisible endurance.

— Pétunia —

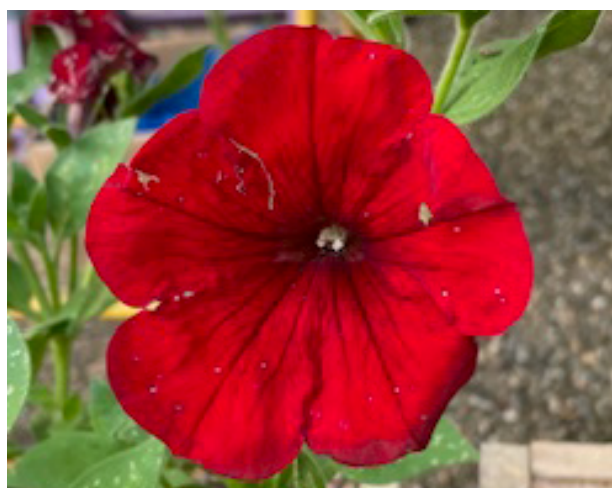
*Nombreuses couleurs-
Famille des solanacées
Petunia Xhybrida*



Enthousiasme physique

Le corps prend un vif intérêt à la vie
et à l'action.

— Pétunia rouge —



Aspiration spontanée de la nature vers le Divin

Tout ouverte, spontanée, irrévocable
dans sa puissance spontanée.

— Marguerite —

Blanc

Leucanthemum vulgare.

Famille des composées

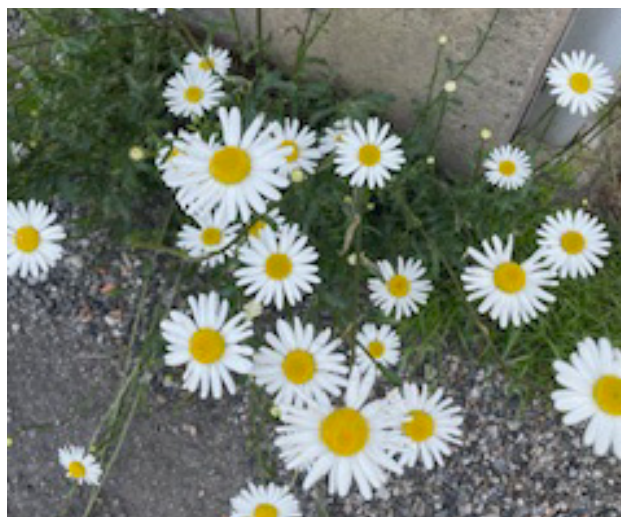
Chapitre 10 - Collaboration de la nature

*La folle beauté du monde reflète le
plaisir de Dieu.*

*Le sourire de cet enchantement
est partout secret;*

*Il coule à flots dans le souffle du vent,
la sève de l'arbre,*

*Sa magnificence colorée s'épanouit
dans les feuilles et les fleurs.*



Épanouissement de la nature

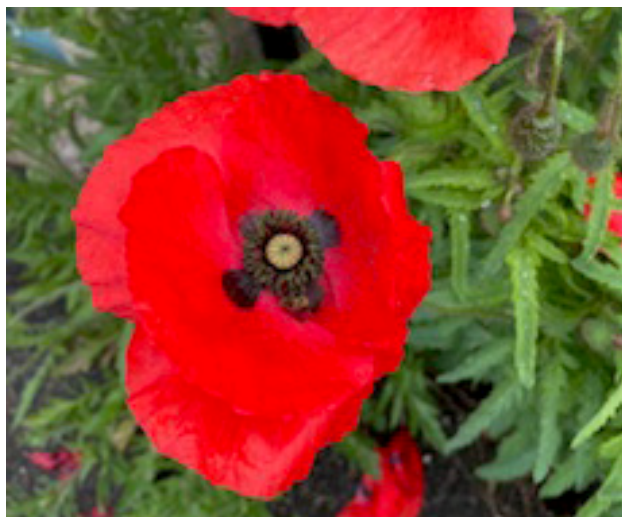
Joie spontanée de la Nature.
C'est l'homme qui a rendu
la nature douloureuse.

— Coquelicot —

Couleurs variées

Famille des papavéracées

Papaver Rhoeas



Bonne route estivale avec la Mère Divine...

Enquête publique sur le Yoga Intégral

Épisode 6 : Transformation biologique

— par LE GÉNÉRAL OVERVIEW —

« Faut que je fact-checke cette histoire d'espèce nouvelle. » Je m'étais promis de prendre cette mission à bras-le-corps. J'allais pas tergiverser, ménager mes efforts, ni contourner les obstacles. Hélas, ce jour-là, j'avais totalement déliré par un excès d'optimisme frimeur. J'étais en pleine hallucination, englobé dans un imaginaire de spiritualité-fiction faisant fi de la science que je qualifierais de moribonde pour énerver les scientifiques solutionnistes qui trouvent des solutions à tout, et les scénaristes dystopiques qui génèrent des catastrophes en série pour un rien.

Je rêvassais, la bouche ouverte et les cheveux dans le vent de l'évolution vers un cosmos transcendantal qui allait, un de ces quatre, descendre te choper cet « Homme de transition » par la peau, rectifier tout ce qui est tordu, décaper et purifier les éléments organiques pollués, s'atta-



quer à des millénaires d'habitudes fossilisées, désencrouter la croûte de l'ignorance accumulée par inadvertance et négligence, visiter un par un les chakras de haut en bas et de bas en haut et les réveiller de leur torpeur héréditaire, énergiser le Qi des 12 méridiens, le « Quoi » des cellules, le « Pourquoi » de l'ADN, le « Comment » de l'ARN, et le « Quand » des modifications génétiques...

Ça allait barder.

Le vieil homme allait être remercié avec des chrysanthèmes en guise d'au revoir, et quelques bises franchouillardes pour les photos d'archives de l'humanité francophone. Entre donc, Homme Nouveau, dans le Panthéon des phénoménologies de l'esprit. Entre donc, Homme Nouveau, dans le Musée de la Préhistoire de l'Homme, où le temps a disparu dans les méandres de je-ne-sais-plus-quoi. Je délire, je divague, j'élucubrationne. Cette problématique me rend-elle pathétique ? L'Homme Nouveau fait-il partie de l'espèce nouvelle ?

Comme souvent dans cette enquête, j'allais obtenir des infos certifiées Yoga Intégral pour avancer dans l'inconnu, garanti inconnu au bataillon des ignorants. Cette fois, ce sont des infos anonymes, cryptées par mesure de sécurité investigatoire. Tous mes agents de renseignement me savent surveillé de près comme de loin par des entités surnaturelles, paranormales, extra-terrestres, intriguées que je ne leur demande jamais leur avis, c'est-à-dire mes chefs d'Etat-major du Quartier Général. Pourtant, je leur fais régulièrement des *Points de vue et Images du Monde* à l'annexe du QG, au bar du coin, Au Ras-l'Bol de chez Popaul.

Info par l'agent Petite Souris Verte : « *On parle de Corps Glorieux : transformé, parfait et éternel, opposé au corps mortel et corruptible. Il est décrit comme lumineux et transparent. Il vient après la résurrection, selon un théologien chrétien... Cette idée de transformation du corps après la mort peut résonner avec la recherche de l'immortalité.* »

Y'a pas de corps glorieux de son vivant. Faut d'abord mourir... Moi qui imaginais le corps glorieux comme un corps victorieux, en ébullition cellulaire permanente, fait d'une jeunesse qui ne vieillit point et d'une vieillesse qui rajeunit toujours, jamais malade, toujours en pleine forme, un corps souriant, costaud, flexible, sympa, en symbiose avec l'être psychique, en osmose avec le cosmos... *Niet, niet, niet*. Faut d'abord trépasser pour obtenir une sorte de spectre informel, dit « glorieux ». *Ok, noted !*

Info par l'agent Les Grandes Espérances : « *Il y a plusieurs corps : le Physique, le Subtil, le Causal, d'après l'Hindouisme. Ces trois corps sont imbriqués et interagissent entre eux. Il faut donc d'abord savoir à quel corps on s'adresse. La transformation biologique ne peut se faire que dans un corps physique, vivant, bio.* » . Ça, c'est sûr et certain. On s'adresse aux incarnés qui assument un corps dit mortel, mais vivant. On est nombreux, dans ce cas, depuis un bout de temps. Très peu sont à se demander, grosso-modo, si ce n'est pas la mort qui vit dans notre vie mortelle, au lieu de mourir par elle-même de mort naturelle, dans une vie immortelle où il n'y aurait pas de mort vivante qui vit dans une vie sans mort. C'est bien vu de leur part. *Ok, on note !*

Première info par l'agent Up-Date Éternel : « *Sri Aurobindo va plus loin encore, et nous expose la possibilité d'un corps divin sur la Terre, l'émergence du principe supramental qui donnera*



naissance à une humanité nouvelle. Durant cette transition, se manifestera un nouveau principe de connaissance, plus intuitif, plus conscient de la vérité, que Sri Aurobindo appelle le mental de lumière, et qui nous servira de guide au cours de la prochaine étape de notre évolution. »¹ Un « corps divin » sur la Terre. Pas au ciel. Pas sur l'exo-planète LHS 1723 b, ni sur Kepler-186f. Sur Terre ! À quel endroit exactement ? Partout ? Mazette ! Mais alors, c'est le *The project*. La *The aventure* au suspense marrant. Jouer avec le Divin, c'est forcément marrant. C'est le Supra Grand Jeu, à participation volontaire, sans frais d'inscription. Même les fauchés de la sobriété forcée y ont accès. T'as pas besoin d'un fonds de pension pour t'y mettre.

Je suppose que le boulot du Yoga Intégral, durant cette transition, c'est de participer à la fabrication d'un mental de lumière. Ça doit être sa priorité. Une sorte d'œuvre d'art bio-spirituelle. Une performance perso, *in vivo* et *in situ*, mais contagieuse, capable de discernement, et de

soupirer : *Vade retro, Satanas !* Parce que le *Satanas*, il rôde, il fraude, il dérobe, il inféode. C'est le naze qui te fracasse la tête, détourne ton GPS intérieur, et t'envoie balader sur des chemins de misère spirituelle flamboyants mais pipeau.

Serait-ce le fameux baratineur Pipo l'intello ?

Sa seconde info : « L'évolution humaine vise à transformer le corps physique en un instrument conscient et parfait de l'esprit. La transformation du corps nécessite l'émergence d'une conscience supramentale, qui transcende les limitations humaines. La conscience supramentale doit se manifester pour libérer le corps des contraintes physiques et mentales. Un éveil progressif de la conscience est nécessaire pour réaliser une vie divine sur Terre. Chaque plan de conscience est lié à un corps subtil qui permet d'interagir avec des énergies spirituelles. Le corps physique subtil, ou *sûkshma sharîra*, est essentiel pour recevoir des énergies non matérielles et agir à distance. »³

Là, on est face à un fait expérimental. On ne plane pas dans l'atmosphère des bisounours mysticos qui roucoulent de l'éthos. C'est du concret sérieux, à la fois béton fait maison et terre à terre comme l'anti-éther. Et y'a des effets collatéraux bienveillants à tous les niveaux, même les plus hauts ! Il s'agit bien de transformation du corps. Pas d'amélioration de la vieille biomécanique corporelle « corruptible ».

Sa troisième info va mettre un point final à mon fact-checking : « *À la suite de Darwin, nous ne pouvons pas imaginer une autre espèce sinon comme une amélioration de la nôtre, en espérant qu'elle sera moins destructrice. Mais il n'y a pas d'espèce nouvelle possible ni d'avenir pour la Terre à moins que nous n'allions à la racine physique de ce qui fait la Destruction de tout : hommes et bêtes, depuis des milliards d'années. Or, il n'y a qu'une manière possible d'aller à la recherche de cette première tombe terrestre : c'est de plonger dans son propre corps, ses cellules, ses atomes, et de traverser ce "quelque chose qui fait la mort", tout en vivant.* »²

« *À la suite de Darwin...* » Sapristi ! Je l'avais oublié, ce Darwin. J'en avais entendu parler au cours d'une soirée entre théâtres de rue, durant le festival d'Aurillac. Ils cherchaient une idée pour leur prochain spectacle. Une des potes, qui se revendique Krypto-Clown néo-urbain, se chamaille pour rigoler avec un Proto-Clown archéo-rural au sujet de l'origine des oiseaux. L'idée était de faire un combat de rue entre un dinosaure *Tyrannosaurus rex* cracheur de feu et un *Tricératops* cracheur d'eau. À la fin, ils s'attaquaient et poursuivaient tous les deux un dinosaure *Maniraptora*, gonflé à l'hélium, qui s'envolait en balançant des confettis et des fleurs en papier sur le public. C'est ce *Maniraptora* (considéré comme l'ancêtre le plus proche des oiseaux) qui me fit découvrir le nom de Darwin, un samedi soir vers 23h45.

C'est dingue comment la providence prépare et organise les choses de la vie. C'est dingue aussi qu'elle m'oblige maintenant à enquêter sur ce « *quelque chose qui fait la mort* », tout en vivant. La providence ? Qu'ai-je osé dire ? Voilà que je commence à croire à un ordonnateur de toutes choses. Qui prépare des événements qui arrivent à point nommé. « Tout a été écrit », m'avait apostrophé une *new-age girl* sympa, une couronne de fleurs sur la tête, pendant un concert-mee-

ting écolo-collapsologie en Bretagne. « *C'est du poète soufi Djalâl ad-Dîn Rûmî, tu connais ?* ». Bien sûr que non, mais j'ai dit : « *Ouais, of course.* » Et elle est partie danser un pogo punk pro-effondrement en disant « *Inchallah.* »

Cette notion de prédestination divine, ça me tracasse. L'arrivée de l'espèce nouvelle serait alors écrite par décret divin - potentiellement - flottant dans les limbes célestes pour s'actualiser quand c'est l'heure des *breaking-news* cosmiques. Ça me tracasse. Ça me préoccupe. Ça me cause du tintouin. Et si la providence avait oublié d'écrire, dans son programme d'action providentielle, la fin de la mort ? Voulant agir en impro, par esprit d'aventure, sans script algorithmique conçu par une super-intelligence non-artificielle générale ? Et si, et si ?

Avant de pouvoir traverser ce quelque chose qui fait la mort, en plongeant dans mon corps, faut que je me renseigne. Car selon la quatrième info : « *Si l'on a le courage de traverser cette ligne océanique et captivante, les choses commencent à devenir très différentes. On n'est plus paisible du tout, on n'est plus souriant du tout, on est martelé et drossé sur une côte furieuse, et envahi par tout le chaos du monde connu, puis tout ce qui n'est pas connu, grinçant, venimeux, macabre dans nos souterrains évolutifs. Le premier effet d'un phare puissant est de faire surgir toutes les petites bêtes tapies dans l'ombre. Un dégorgement d'ignominie. C'est ce qui se passe présentement dans le monde comme dans le corps du découvreur — il découvre.* »³

Je découvre, j'avoue, que j'ai pas trop envie, tout de suite, là, à l'instant, de découvrir les petites bêtes tapies dans l'ombre. Faut d'abord que je finisse mon rapport d'activité, mon bilan et perspectives, mon dossier d'investigation, que je boive un thé vert, mange une banane et me gratte la tête. Une bonne excuse pour procrastiner face à la mort... et à sa mutation.

(à suivre)

¹ La Manifestation Supramentale sur la Terre, Sri aurobindo (Note de l'éditeur)

² Compilation de phrases à propos de La Manifestation Supramentale sur la Terre

³ Évolution 2, Satprem

Prahlada & Narasimha

Quand le Divin surgit de la pierre

— par CHRISTELLE —

Quoi de mieux qu'une belle histoire inspirante pour les vacances ? À lire avant ou après la sieste, au coucher ou au lever du soleil, devant un feu de camp et/ou sur la plage... ces récits venus de la nuit des temps nous émerveillent, nous accompagnent, nous font réfléchir, nous font grandir en conscience. Ils ne vieillissent pas. Non parce qu'ils relatent des événements extraordinaires, mais parce qu'ils disent quelque chose de vrai sur la structure même de l'existence — sur ce qui se passe, dans les profondeurs de l'âme et du cosmos.

Cette histoire que je vais vous raconter est issue du septième chant du Bhâgavata Purâna et je l'aime beaucoup parce que c'est une histoire de surrender absolue — non pas la capitulation du faible, mais la fidélité inébranlable de celui qui a reconnu, une fois pour toutes, où réside la seule réalité. Elle illustre comment la Force Divine, lorsqu'elle est appelée du fond de l'être, répond — et comment elle surgit là où nul ne l'attendait.

Le roi qui voulut être Dieu

En ce temps-là, le monde connaissait un roi dont la puissance n'avait pas de mesure. Hiranyakashipu — l'or et la soie, ainsi que son nom le signifiait — avait accompli des austérités si terribles, si prolongées, si absolues, que les cieux en avaient tremblé. Brahma lui-même avait fini par descendre pour lui accorder une grâce. Et Hiranyakashipu avait demandé l'invulnérabilité — mais avec une finesse de juriste démoniaque. Il ne pouvait être tué ni par un homme ni par un animal, ni à l'intérieur ni à l'extérieur, ni le jour ni la nuit, ni sur terre ni dans les airs, ni par aucune arme. Il avait soigneusement verrouillé toutes les portes de la mort, convaincu que la grâce arrachée à Brahma le rendait invulnérable à jamais.

Fort de cette protection, il avait régné sur les trois mondes avec l'arrogance de celui qui se croit seul maître de l'univers. Il avait banni le nom de Vishnou, interdit le culte, contraint dieux et hommes à le vénérer à sa place. Lui seul, proclamait-il, méritait d'être adoré.

Mais dans le palais même du tyran, quelque chose résistait.

L'enfant qui savait

Prahlada était né dans cette maison de fer et d'or. Fils du démon le plus puissant de l'âge, il

aurait dû être l'héritier parfait de cette mesure. Mais quelque chose s'était passé avant sa naissance : pendant que son père accomplissait ses austérités et que le palais restait sans protection, les dieux avaient emmené sa mère Kayadhu. Le sage Narada l'avait recueillie dans son ermitage et, pendant des mois, avait chanté devant elle les gloires de Vishnou. L'enfant dans le ventre avait tout entendu.

Prahlada était né sachant.

Non pas savant de la façon dont on sait les choses apprises — il ne récitait pas des textes ni ne discutait de doctrine. Il savait dans ses os, dans la substance la plus secrète de son être, que le Divin est présent partout. Que la réalité n'appartient pas aux puissants. Que la seule vérité est cette présence qui pulse sous toutes choses.

Ses maîtres s'en désolaient. Son père tempêtait. Les autres élèves le regardaient avec une incompréhension mêlée de crainte. Mais Prahlada ne cédait pas — non par entêtement, non par orgueil, mais parce qu'on ne peut pas ne pas voir ce que l'on a vu.

Les épreuves

Hiranyakashipu essaya tout.

Il envoya ses meilleurs maîtres convaincre l'enfant que son père était le seul dieu digne de ce nom. Prahlada les écoutait avec douceur, acquiesçait poliment sur tout ce qui n'était pas l'essentiel, et revenait tranquillement à Vishnou. Le roi tenta la colère. L'enfant demeurait calme. Il ordonna qu'on le jette d'une falaise. Prahlada fut recueilli dans les bras de la Force Divine avant même de toucher le sol.

On le précipita dans un brasier. Il en sortit sans une brûlure.

On le mit dans un enclos avec des éléphants enragés. Les éléphants s'arrêtèrent.

On lui fit avaler du poison. Il resta intact.

Un jour, Hiranyakashipu, ivre de fureur, saisit son épée et s'avança vers l'enfant pour lui trancher

la tête — Prahlada inclina simplement le cou, les yeux fermés, les mains jointes.

À chaque fois, Prahlada ne luttait pas. Il ne se défendait pas. Il n'opposait pas sa volonté à celle de son père. Il demeurait simplement dans cette reconnaissance fondamentale — **Vishnou est présent partout** — et la Force répondait. Non parce que Prahlada était un héros, mais parce qu'il était devenu transparent.



Hiranyakashipu sur le point de décapiter Prahlada, 1725, Los Angeles County Museum of Art

La question qui précipite tout

Un jour, l'un de ces jours où la tension entre deux mondes a atteint son point de rupture, Hiranyakashipu convoqua son fils une dernière fois. La scène se passa dans la grande salle du trône, devant la cour assemblée.

« Tu prétends que ton Vishnou est partout », dit le roi, et sa voix portait le mépris de celui qui a

décidé de briser quelque chose une bonne fois.
« *Est-il dans cette colonne ?* »

Il désignait l'un des piliers massifs qui soutenaient la salle — pierre brute et froide, muette comme la matière.

Prahlada le regarda avec cette paix particulière des êtres qui n'ont plus rien à défendre.

« *Oui, père. Il est dans cette colonne. Il est dans chaque atome de l'existence.* »

Hiranyakashipu saisit sa masse et frappa le pilier de toute sa fureur.

La rupture

Ce qui se passa alors dépasse les représentations du mental.

Le pilier se fendit. Et de la fissure — non pas du ciel, non pas de la terre, non pas du dedans ni du dehors — surgit quelque chose que personne n'avait vu ni prévu.

Narasimha : ni homme ni animal. Mi-humain, mi-lion. Un être qui n'entrait dans aucune case, qui transgressait toutes les frontières, qui était impossible selon les lois mêmes que le démon avait cru verrouiller.

La manifestation était terrifiante. Narasimha traîna Hiranyakashipu jusqu'au seuil de la salle — ni dedans ni dehors. Il le posa en travers de ses cuisses — ni sur terre ni dans les airs. Il agit au crépuscule — ni de jour ni de nuit. Et avec ses griffes — nulle arme —, il mit fin au règne du tyran.

Chaque condition de la grâce accordée par Brahma avait été honorée. Aucune loi n'avait été brisée. Et pourtant tout avait changé.



Narasimha, 1886, Metropolitan Museum of Art

L'apaisement

La fureur de Narasimha ne s'arrêtait pas. Les dieux, stupéfiés par l'intensité de la manifestation, n'osaient pas approcher. Lakshmi elle-même recula. Brahma pressa Prahlada de s'avancer.

L'enfant s'approcha alors de la forme terrible et rayonnante.

Et il pria, non pas la prière du suppliant qui demande grâce, mais la reconnaissance de celui qui a toujours su. Il ne demandait rien. Il ne voulait rien pour lui-même. Il demanda seulement que même son père, même l'être qui avait voulu le tuer, soit relevé.

La fureur s'apaisa. La Force se retira dans sa source. Et Narasimha, avant de disparaître, posa sa main sur la tête de Prahlada et le couronna roi.

Résonances : la force et le surrender dans le Yoga Intégral

Ce récit est, dans sa structure profonde, une parabole de la descente de la Force telle que Sri Aurobindo et la Mère l'ont décrite et vécue.

Prahlada est la figure de l'être psychique. Il n'est pas l'ego héroïque qui résiste par la volonté, mais l'être intérieur qui sait, qui a reconnu une bonne fois pour toutes ce qui est réel, et que rien ne peut faire oublier. Les épreuves ne le brisent pas parce qu'elles ne trouvent pas de prise : il n'y a pas d'ego à écraser. Ce que le feu, le poison et la falaise rencontrent en lui, c'est un vide habité, une transparence à la Force.

Hiranyakashipu est la figure du mental orgueilleux. Rien d'abstrait dans ce mal, mais bien au contraire une conscience qui se prend pour le centre, qui veut contrôler jusqu'aux conditions de sa propre mort, qui refuse de reconnaître une réalité qu'il n'a pas lui-même produite. Sa finesse même, la sophistication de la grâce qu'il avait arrachée à Brahma, est le symptôme de la limitation mentale : on croit avoir tout prévu, et c'est précisément dans les interstices de ce tout qu'émerge ce qu'on ne pouvait pas prévoir.

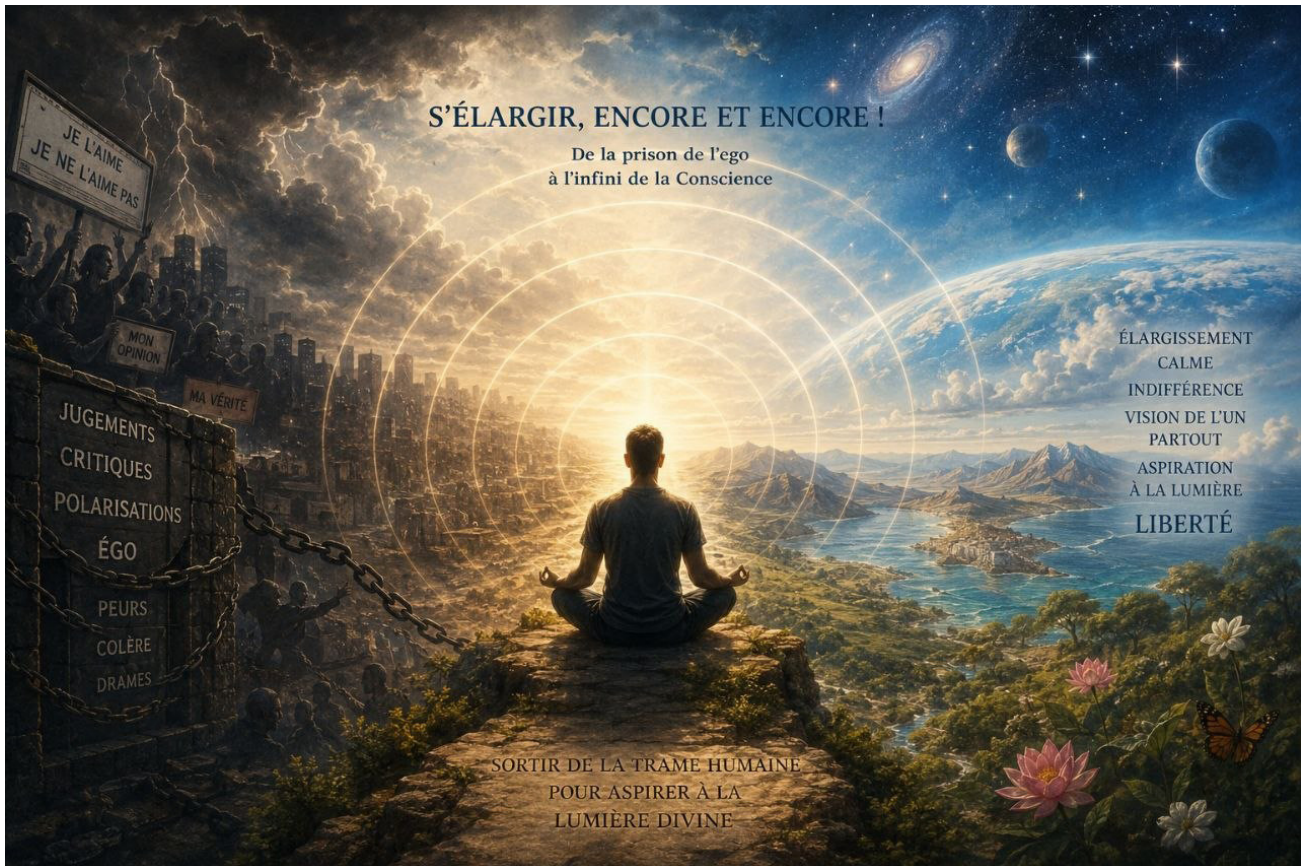
Narasimha est la Force qui transgresse les catégories. Sri Aurobindo avait souligné que la transformation supramentale ne peut venir ni du mental ni du vital — elle surgit d'un plan qui excède toutes les définitions connues. La Force descendante ne s'annonce pas, ne demande pas la permission, ne s'inscrit pas dans les cases préparées. Elle surgit là où elle est réellement appelée — du pilier, de la matière brute, du cœur même de la réalité ordinaire.

Et le *surrender* de Prahlada n'est pas une faiblesse. C'est l'acte le plus difficile qui soit : rester fidèle à ce que l'on a reconnu, même quand tout, la famille, le monde, la logique du pouvoir, dit le contraire. La Mère disait que le *surrender* véritable n'est pas une capitulation, mais un acte d'amour total — offrir chaque mouvement de son être à la Force qui sait mieux que nous ce dont nous avons besoin.

Ce conte dit donc, en images et en mythes, ce que le Yoga Intégral dit en concepts : la transformation ne vient pas de nos efforts accumulés, mais de notre capacité à devenir le lieu où la Force peut s'engouffrer. Elle cherche les fissures — les moments où la carapace de l'ego se lézarde, où le mental cesse d'avoir réponse à tout. Et c'est là, dans l'interstice entre deux certitudes, qu'elle surgit.

S'élargir, encore et encore !

— par ALEXANDRE —



Toute souffrance humaine peut finalement se résumer à l'intensité de l'identification avec l'ego. Plus je suis identifié, plus je souffre. Plus l'étau se relâche, plus je respire.

Je comprends mieux pourquoi Mère insistait tellement sur l'élargissement : ne plus s'identifier aux contours du corps, à nos idées personnelles, à nos opinions horizontales, mais embrasser l'espace, le monde, le cosmos, l'infini. Sinon, on suffoque. On reste carapaçonné dans nos murs étroits.

J'ai remarqué ces derniers temps que les jugements sur autrui, la critique, la politisation « je

l'aime, je ne l'aime pas » sont devenus monnaie courante. On voit cela très intensément dans le milieu du Yoga Intégral lui-même !

Les polarisations sont l'arme préférée des êtres du vital pour nous maintenir à un niveau bas, émotionnel.

Même avec le jugement sur les autres *sadhaks* : est-il légitime, est-il du bon côté ? Toutes ces préoccupations, qui paraissent si légitimes pour

le Mental, sont une redoutable perte de temps et un abaissement de notre conscience.

Le sadhak doit faire l'effort conscient de se tenir au-dessus de la mêlée des jugements, de ses opinions, de ses préférences, non pas dans un égoïsme du style « je suis au-dessus de tout ça », mais pour comprendre que les énergies que je donne à ce niveau horizontal sont autant d'énergie perdue pour l'essor de la conscience au-dessus du mental humain et polarisé. (On pourrait dire une chose équivalente avec le besoin qu'a le mental de se nourrir d'érudition/de données toujours plus nombreuses, qui ne donnent plus de place à autre chose.)

Ce renoncement à nourrir ce plan vital sera au début perçu comme difficile en raison de notre conditionnement millénaire et de la nourriture qu'il donne à l'ego, mais amènera progressivement une détente incroyable, une clarté dans le regard, un apaisement dans toute la structure ; et les énergies ne seront plus utilisées qu'à une seule chose : sortir de la trame humaine qui nous piège, aspirer à la lumière divine qui nous attend.

Le discernement sera essentiel : car les ruses de l'adversaire sont infinies pour nous faire déchoir de notre détermination. Tout sera fait pour réveiller une nouvelle fois en nous les filets du Vital, en suscitant l'indignation, la colère, la certitude d'avoir raison et de devoir défendre cette vérité, le besoin d'être entendu et valorisé par son positionnement.

Mais pour un aspirant au Yoga Intégral, il faut définitivement se débarrasser de ce miel empoisonné, de ce goût pour le drame, pour la polarisation extatique. Il faut sentir que toute région mentale et vitale peut devenir un piège des êtres du vital — piège grossier mais terriblement attractif — destiné à nous faire oublier qu'il existe une lumière par-delà la dualité. Cette lumière ne peut être approchée que par un effort de dépassionnalisation, une forme d'Udasinata (indifférence calme), un rejet de la clameur et une aspiration calme et continue à l'élargissement de la conscience.

Quels sont les signes de cet élargissement ?

Voir, sentir l'univers comme une Conscience Une, sans séparation, dont toutes les formes mentales, vitales et physiques sont les couches d'une seule Réalité divine.

Il faut sans cesse revenir à cette vision : d'abord par un effort mental, puis par une ouverture naturelle du cœur. Cet élargissement se ressent aussitôt dans le corps comme une sorte de décontraction, une perte de gravité — physique et mentale —, une dilution tranquille dans le Tout. On quitte les carapaces de l'ego, on sourit, on se rend compte que ce corps vital, mental et physique que nous croyons être n'est qu'un grain de sable dans l'océan cosmique que nous sommes. On perd alors le sens de notre drame personnel, si cher à l'ego tamasique, ou le sens de notre grandeur personnelle, si cher à l'ego rajasique.

Cet affaiblissement des liens égotiques est ce que tout le monde recherche, par des méthodes différentes. Quand on s'absorbe dans un film passionnant ou dans une autre activité, la joie ressentie est en partie liée à l'oubli de soi.

Les drogues agissent ainsi, et bien d'autres choses...

Mais il existe une méthode plus simple et plus radicale : l'expansion volontaire de la conscience. Je peux être sûr que si je me sens contracté, malheureux, obnubilé par mes propres malheurs et progrès, c'est que ma conscience, au lieu de s'étendre, est ramassée sur elle-même,

sur les contours du corps physique, mental et émotionnel. Alors la suffocation devient parfaitement normale.

Si je prends soin de faire le mouvement inverse, celui de l'expansion de la conscience — en sentant que je suis cette chambre autour de moi, puis ce ciel derrière la fenêtre, puis ces montagnes au loin, cet océan, puis finalement la Terre entière et le Cosmos infini — je vais connaître un élargissement des barreaux de ma prison jusqu'à goûter la liberté.

Bien sûr, les racines de l'ego sont tenaces et quelques minutes plus tard la prison se refermera ; on redeviendra identifié à une préférence mentale, une sensation physique ou à une émotion perturbatrice. Mais au moins, on aura avec soi la clé. À force de pratiquer cette expansion, elle deviendra plus facile.

Ce travail doit être fait en parallèle avec la purification du vital, car c'est l'émotionnel qui nous replonge toujours dans l'identification. L'un ne va pas sans l'autre et les forces adverses le savent.

C'est donc en développant les qualités de la première *Chatusataya* (calme, égalité, indifférence, soumission, vision de l'Un partout) que je peux avoir une base solide pour m'assurer que la prison égotique ne se referme pas à chaque fois.

C'est un long processus, qui demande de la patience, du courage et de la foi ; mais lorsque

je comprends la nature de ce processus, cela le rend plus facile.

Je rajouterais qu'il faut être particulièrement vigilant, en cette année très politisée à cause des futures élections, vigilant à garder un équilibre, à ne pas nourrir les êtres du vital qui attendent notre polarisation (cela ne veut peut-être pas dire qu'il ne faut pas avoir d'opinion, mais au moins être détaché d'elles, ne pas s'y identifier). Je suis moi-même retombé dans cette polarisation ces dernières semaines, sans m'en rendre compte et d'une manière insidieuse. Voilà la raison pour laquelle j'écris cet article.

Le monde vital est tellement puissant que même lorsqu'on connaît son jeu, on peut tout de même être repris.

Je demande donc à la force de la Mère de m'aider, ainsi que tout le monde, à démasquer ces forces, à leur opposer une sereine indifférence, un calme puissant, et à comprendre qu'il n'existe pas de vérité définitive sur le plan du Mental, et que seule une élévation — un élargissement — de la conscience peut nous apporter une véritable libération.

Dépassionner le mental

Le mental est par nature un outil de l'ignorance, il compartimente, il divise l'Unité. Il ne voit jamais l'ensemble, mais le fragment. Le Yoga Intégral a

pour but de guérir cette infirmité, en forçant le mental à toujours plus s'élargir, puis à s'ouvrir au plan de l'Intuition voire au Supramental.

On peut faire l'effort, lorsqu'on se concentre sur un objet, de ne jamais perdre de vue l'Unité ; cet objet n'est pas séparé, il appartient à un Tout, il est le Tout.

De la même manière, si nous jugeons une personne depuis le point de vue mental et égotique, nous perdons de vue que cette personne est l'expression du Divin, et même ses opinions qui semblent s'opposer aux nôtres. Cela ne veut pas dire que toutes les expressions du Divin se valent, car il existe un combat entre l'ignorance et la connaissance, mais au moins cela permet de dépersonnaliser le mental. Si je vois un autre égo face à moi, je vais réactiver mon propre égo et ne plus sortir de la dualité. Mais si au lieu de voir un égo, je vois une somme de forces impersonnelles, une expression nécessaire et sans doute incomplète du Divin, j'ai moins de risque d'activer le vital et son cortège d'émotions perturbatrices. Il faut apprendre peu à peu à dépassionner le mental.

De la même manière, il faut enseigner au mental à ne penser que ce qui est nécessaire. Car le mental physique laissé à lui-même est un tourbillon, un manège délirant qui ne peut plus laisser place à la lumière de l'Intuition. Les énergies du Mental ne doivent pas nous dominer, nous devons être leur propre maître. C'est un travail parfois difficile, disait Sri Aurobindo, car l'homme est un être Mental (*manu purusha*) et il s'identifie donc très naturellement à ces mouvements.

Mais avec de la volonté, l'aide de la Mère et de la vigilance, tout est possible. Quelque chose peut aider, c'est comprendre que le Mental ne sera jamais autre chose qu'un outil de l'ignorance et que malgré toute l'importance que nous lui donnons, il reste un instrument assez dérisoire. Cela ne veut pas dire cesser de l'utiliser, ou de le perfectionner mais c'est le faire tomber de son

piédestal (un piédestal particulièrement vrai en Occident).

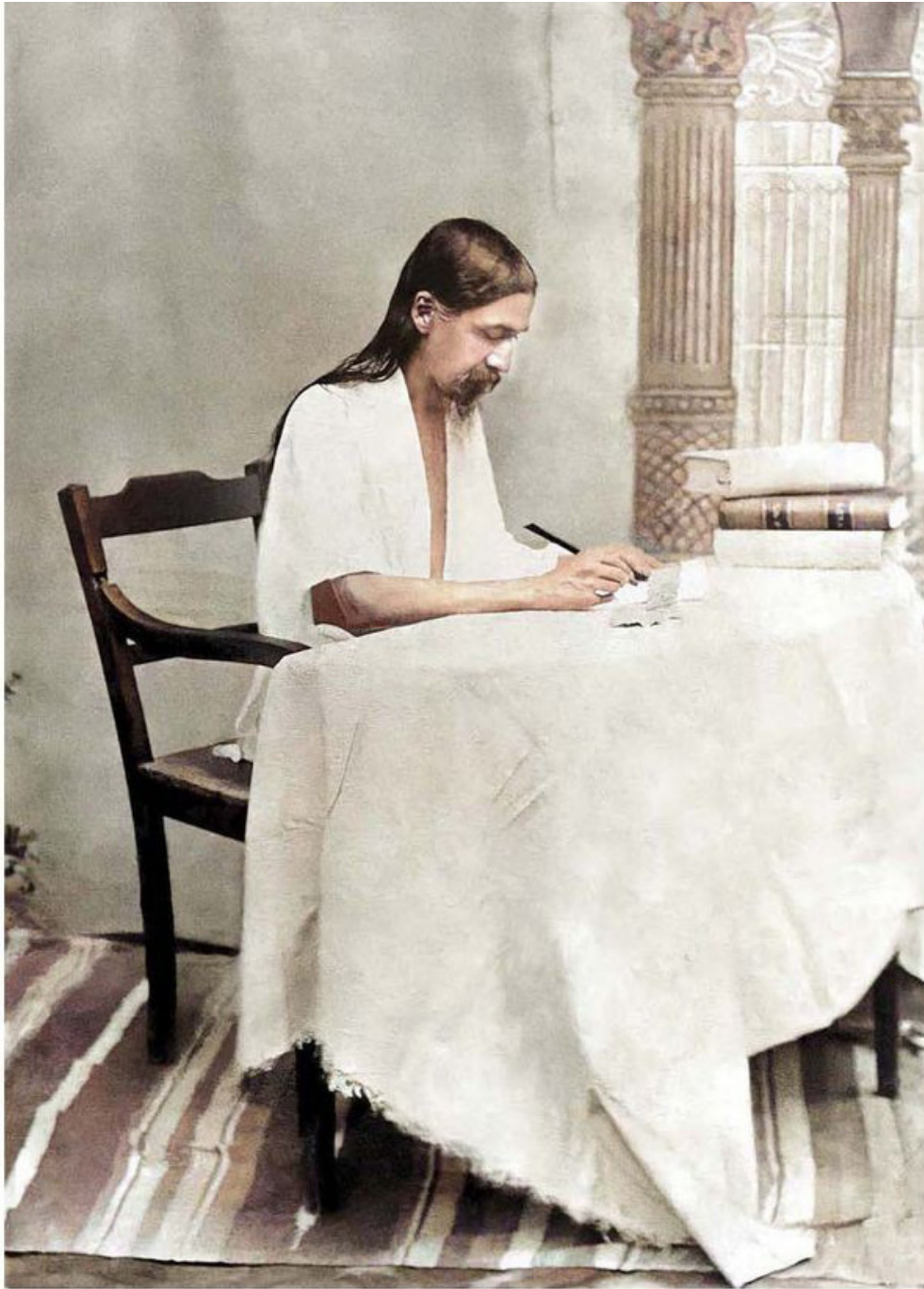
Nous savons également que des forces tentent de s'emparer constamment de notre vital, mais le même jeu se produit dans le mental : les pensées sont des idées-forces qui ne nous appartiennent pas, et qui peuvent vouloir nous posséder. Lorsqu'un sujet nous passionne au point de perdre un certain équilibre (on dort moins, on ne parvient pas à faire autre chose, on néglige notre *sadhana*), c'est le signe qu'une entité peut chercher à nous posséder. Les sujets politiques rendent les gens parfois si passionnés que c'est un signe d'une perte d'équilibre ; ils sont habités par une force et ont perdu une partie de leur souveraineté. Étant d'une nature très mentale, je connais parfaitement cela et je dois faire attention de ne pas retomber.

Une force cherche à se nourrir par nos études, nos recherches, notre positionnement engagé et vital. Cela ne signifie pas que nous devons cesser toute étude ou toute recherche, mais que nous devons être vigilant à ne pas perdre le contrôle. L'important est et sera toujours le Divin, la *sadhana*, l'ascension de la conscience.

Voilà pourquoi il est aussi nécessaire de dépassionner le mental (entre autres par la vision de l'Unité au-delà de l'égo), de le rendre plus calme et indifférent au sens d'*Udasinata* ; car lorsque le vital se mêle au mental, il devient difficile de s'en extraire.

« Ce qu'il faut, c'est tout voir dans un calme immuable, à la fois le « bien » et le « mal », comme un mouvement de la Nature à la surface. Mais pour le faire véritablement, sans erreur, sans égoïsme et sans réactions fausses, il faut une conscience, une connaissance qui ne soit pas personnelle et limitée. »

Seul le Supramental peut sortir de l'impasse du mental.



à votre disposition,

UN COURRIER DES LECTEURS

GAZETTEYI@GMAIL.COM

**POUR OUVRIR ÉVENTUELLEMENT DES DISCUSSIONS SUR UN ARTICLE
OU BÉNÉFICIER DE VOS PARTAGES, SUGGESTIONS, CRITIQUES
ET MOTS D'AMOURS !**