

YOGAKSHEMAM e-Newsletter

Revue de Yogakshemam, France (association loi 1901) et Association Yogakshemam-Suisse

N° 02 - mars 2016

Aussi publiée en allemand, anglais, grec, italien et espagnol

En souvenir de mon père, Sri T. Krishnamacharya

Interférences mentales

Il existe trois sortes d'interférences mentales que nous devrions abandonner. La première est d'avoir un esprit comme un pot à l'envers, à savoir, ne pas écouter les explications de l'enseignant. La deuxième est d'écouter son discours avec un esprit comme un pot souillé, c'est-à-dire, un esprit contaminé par nos idées préconçues, nos préjugés, ou nos mauvaises motivations. Le nectar de l'enseignement de notre maître spirituel, bien que pur et nourrissant en lui-même est souvent empoisonné par nos propres poisons. Le troisième est d'écouter l'enseignant avec un esprit comme un pot qui fuit, oubliant immédiatement tout ce qui est entendu.

Lors de l'écoute d'un discours d'un maître spirituel, il est important de cultiver les attitudes suivantes : nous considérer comme des malades ayant besoin de soin, croire que son enseignement est la médecine, accepter notre enseignant comme le médecin, développer le courage de surmonter nos délires personnels, et être humble envers notre enseignant. (- T.K. Sribhashyam)

Les qualités inhérentes de l'âme (*dharma bhūta jñāna*) 2/4

- T.K. Sribhashyam

Être de la taille d'un atome ne signifie pas que c'est une matière sensible ayant une taille et une forme définie. Le mot sanscrit *anu* est utilisé aussi bien comme une entité physique que comme une qualité divine connaissable seulement en Dieu et dans les âmes, elle a la petitesse d'un atome, invisible, mais elle est capable de se propager partout, pénétrant même les obstacles matériels qui ne sont que nos objets d'expérience. Le terme technique utilisé est *vibhu*, pénétrant à l'intérieur et à l'extérieur en tout temps. Pour nous, en Occident, il peut sembler étrange et incroyable d'accepter que cette connaissance (*jñāna*) d'une chose de la taille d'un atome soit capable de se répandre partout. Sa connaissance est ainsi parce que son émanation est indépendante d'autres entités limitées dans le temps et l'espace.

Nous voyons donc que la nature essentielle de l'âme est *jñāna svarūpa* qui est la *lumière qui provient d'elle* et qui peut se propager partout, par son pouvoir de se répandre sans aucune limite

ni d'espace (forme) ni de temps (naissance, enfance, adulte, maladie, vieillesse, mort ...). Ces limites sont spécifiques à la matière qui est assujettie au temps ou à l'espace.

Logiquement, il est évident que chaque âme est capable d'être l'omniscient et l'omniprésent. S'il en est ainsi, pourquoi notre âme est-elle incapable d'être comme Dieu ? Car, bien que Dieu ne met aucun obstacle entre Lui-même et ses qualités qu'Il nous offre, notre âme, en revanche, est soumise aux obstacles que nous plaçons entre elle et ses qualités inhérentes, tout comme une planète éclipse le soleil. Notre ignorance des qualités essentielles de l'âme ne veut pas dire que nous ne possédons aucune de ces qualités. L'éclipse qui atténue la lumière provenant du soleil ne signifie pas que le soleil ne propage pas la lumière. Sa luminosité est occultée par les obstacles qui sont entre le soleil et une autre planète et par conséquent, ses qualités inhérentes et inséparables sont, elles aussi, cachées. Non seulement notre corps, mais aussi la façon dont nous voulons savourer, apprécier et jouir des expériences du monde matériel sont en soi les éclipses que nous plaçons de façon presque permanente entre notre âme et ses qualités inhérentes. (à suivre)

Quelle est la relation entre l'âme et le mental ?

- William Altman

Cet article est l'introduction d'un sujet qui sera développé dans les prochains numéros. Il a pour but de nous sensibiliser à une problématique qui peut porter à confusion. Quelle est la relation entre l'âme et le mental ? On pourrait croire au premier abord que l'une et l'autre sont susceptibles de se compléter. Que le mental à force de réflexion, de recherche, d'analyse est en mesure de découvrir, voire d'expliquer ce qu'est l'âme, ou bien encore d'en nier son existence. Et que l'âme attend d'être analysée, disséquée par le mental pour se révéler. C'est ce que l'on peut en conclure si l'on se fie à une frange de la philosophie occidentale qui nous offre une proposition devenue depuis un adage : "Je pense donc je suis". Cette proposition affirme que le "je" est, dès l'instant où le "je" pense. Pourtant, penser n'est qu'une des multiples fonctions du mental. Alors que devient ce "je" lorsque le mental ne pense pas. Durant les phases de sommeil profond par exemple. Que devient ce "je" lorsque face aux diverses situations de la vie quotidienne notre mental utilise d'autres fonctions que la pensée ? Que ce soient les émotions, la mémoire, l'imagination, etc. Est-ce que le "je" disparaît ? La pensée indienne qui se rattache à la tradition philosophique des Védas* aborde cette problématique sous un angle totalement différent. Le "je" est considéré comme une pure construction du mental, et le "être", souvent traduit du sanscrit par "soi", "âme", "conscience absolue", est considéré comme notre Nature Profonde et Essentielle. Cette approche n'est pas le fruit d'une construction intellectuelle, logique ou bien encore rationnelle. Cette approche découle de l'expérience et de l'investigation qui au lieu de s'appuyer sur le mental, s'efforce au contraire d'en réduire son influence afin de permettre à notre "Être" de se révéler. Voyons simplement comment nous fonctionnons quotidiennement et observons comment notre mental prend tout l'espace avec son bavardage incessant. Comment nous nous pensons autonomes, alors que nous ne faisons qu'obéir aux injonctions du mental, à tel point que dans notre esprit notre mental prend la place de notre Être.

Cet article précède l'étude d'un chapitre tiré du "Traité des mille Enseignements" de Shankaracharya, philosophe de la fin du 8ème Siècle. Ce chapitre s'intitule "Dialogue entre l'âme et le mental". Son étude nous donnera l'occasion d'aborder les préceptes philosophiques de

l'Advaita Vedānta, traduit habituellement par non-dualisme, ce courant majeur de la pensée indienne dont Shankaracharya est l'un des fondateurs. (à suivre)

* Védas : Textes de la tradition indienne considérés comme des révélations de la connaissance éternelle, sur lesquels s'appuient entre autres les différents Yogas et ses diverses branches.

Les Saintes Maries de la Mer en France

- Christine Mérindol (France)

En Provence, il est le Lieu Saint sur cette terre nommée « *sacrée* » par les Saintois eux-mêmes.

Deux mille ans de prière résonnent lorsque l'on pénètre en la chapelle dite « *des Saintes* » aux allures extérieures de forteresse.

Cette force mystérieuse qui a traversé les siècles vient frapper, voire atteindre en plein cœur le dévot tout autant que le visiteur.

Cette puissance est portée par l'Amour de quelques témoins directement impliqués à l'événement qui a structuré notre culture judéo-chrétienne : celui du Golgotha. Ces témoins ont la spécificité d'avoir été proches parents, amis et disciples du Christ. Marie sa mère et quelques autres étant eux, partis évangéliser d'autres terres du proche orient, c'est à dire apporter la bonne nouvelle, celle de la résurrection.

En Provence, sont arrivés par mer (entre autres ; *Myriam de Magdala, Jacques le Majeur, Joseph d'Arimathie, etc..*) deux parentes directes de Jésus à savoir, Marie Jacobé et Marie Salomé.

Marie Jacobé de par sa généalogie est issue de la lignée de Sainte Anne (*Mère de la Vierge Marie*). Elle est l'une des Tantes de Jésus. Marie Salomé mère de l'Apôtre Jean (*Évangile selon Jean*) est son autre tante. Leurs reliques reposent en paix en la Chapelle Haute de l'Église des Saintes.

Dans la crypte est un reliquaire de Sarah la Vierge noire, Sainte vénérée par le peuple gitan : mais elle est aussi reliée directement au culte dit « *des Saintes* ».

En cette architecture sacrée, le chœur est lieu de recueillement, de contemplation.

Toute une dévotion inonde de prières multiples les différents niveaux de l'Église.

Chaque année en deux périodes précises, printemps puis automne, des rituels issus de cultes anciens continuent à être mis à l'œuvre.

A savoir, la descente des châsses (*coffre aux reliques*) de Marie Jacobé & Marie Salomé d'une part et d'autre part la procession autour de Sarah, la vierge noire.

Cette dernière portée à bras est amenée jusqu'à la mer toute proche. La ferveur y est intense, car la procession est accompagnée à la fois par le peuple des gardians, le peuple gitan, les dévots et les touristes venus nombreux de toute part.

Plusieurs jours de prière précèdent ce jour-là. Dont une soirée consacrée à la guérison des malades. Les familles viennent, toutes générations confondues, prier dans l'Église et tout autour jusque tard dans la soirée ; les petits enfants sont déjà en pyjama prêts ensuite pour leur nuit de sommeil.

Le partage autour de valeurs communes perdure.

Cette ville, cette plage, cette église sont pour nous *Provençaux* l'un des lieux les plus représentatifs de la dévotion. Elle y est encore pratiquée avec ferveur.

Traduction : Aurelia, Claire, Elisabeth, Esteban, Ines, Katerina, Petra, Stella

Contact : Allemand : elisabethvolk@gmx.de ; Anglais : brigittekhan@yoga-traditional.com ;

Français : pascale.rimet@sfr.fr ; clementl@bluewin.ch (pour la Suisse) ; Espagnol :
cabzasesteban@gmail.com

Grec : sofmavropoulou@gmail.com ; Italien : aureliadebe@gmail.com

Pour lire les anciens numéros et d'autres articles surfez sur www.yogakshemam.net

Yogakshemam, France, Les Courtioux, 38680 St André en Royans, France ;
Association Yogakshemam-Suisse, rue des Vermondins 18, 2017 Boudry, Suisse.